

PERSPEKTIEWE OP HEELHEID
‘N TERAPEUTIESE INTERVENSIEMODEL

A.C. BRÜMMER

**PERSPEKTIEWE OP HEELHEID
'N TERAPEUTIESE INTERVENSIEMODEL**

deur

ANNA CATHARINA BRÜMMER

Voorgelê luidens die vereistes vir die graad

DOCTOR EDUCATIONIS

in die vak

SIELKUNDIGE OPVOEDKUNDE

aan die

UNIVERSITEIT VAN SUID-AFRIKA

PROMOTOR: PROF. A. C. LESSING

Maart 2010

OPGEDRA AAN

Dié studie dra ek op aan my pa, wat vir my 'n voorbeeld was, veral ten aansien van;

- sy uitleef van die liefdesgebod in sy daaglikse lewe en sy onbaatsugtige hulp aan en respek vir mense;
- sy bewustheid van die wonder van die skepping en ons verantwoordelikheid jeens die skepping;
- sy uitleef van die beginsel om verantwoordelikheid te aanvaar vir wat jy doen of nie doen nie; en, in die besonder,
- dat hy my bewus gemaak het van die soeke na antwoorde op “de ongeweten dinge”, soos hy dit gestel het.

DANKBETUIGINGE

My studieleier, prof. Ansie Lessing, onder wie se bekwame, hulpvaardige leiding hierdie navorsing dikwels onder die moeilikste omstandighede kon kristaliseer.

My man, Samie, vir die onbaatsugtige wyse waarop hy die tik en persklaar maak van die verhandeling gedoen het, asook sy hulp en aanmoediging.

My kinders Erhard, Kobus, Marietjie en Celma asook kleinkinders Piero en Mila, vir soveel daar wees geleenthede wat hulle ontnem is.

My broer, Hennie, vir sy hulp onder alle omstandighede en sy onwrikbare vertrouwe dat ek suksesvol sal wees.

'n Besondere woord van dank aan Linette Downes-Webb vir baie jare se vriendskap, hulp, ondersteuning en aanmoediging.

Spesiale vriende en mede-hulpverleners soos drr. Piet Muller, Hans en Maureen Loots, Victor Webb, Inge Sonnekus en Faan Crous, wat die studie moontlik gemaak het.

Ander spesiale vriende vir hulle ondersteuning, hulp en aanmoediging, naamlik Kim Gurney, Acelia Snyman, Evelyn Ericksson, Louise Griesel en, in die besonder, Lenie Naude vir haar besondere hulp; asook Erika van der Hoven en Karin Erasmus vir spesiale tegniese hulp en ondersteuning.

Mabel Knobel en Rina Steenkamp vir bykomende tikwerk en in die besonder Marius de Villiers vir die herroeping van data, bykomende tikwerk en afronding.

Hester van der Walt, vir haar bekwame redigering en haar humoristiese aanmoediging.

My kliënte, wie se wysheid, insigte en groeigeleenthede hierdie studie moontlik gemaak het.

Laastens, bo alles, my innige dank aan my God en Skepper, my kragbron wat liefdevol en op wonderbaarlike wyses onder alle omstandighede my gedra en voorsien het.

OPSOMMING

SLEUTELTERME

Heelheid

Spiritualiteit

Filosofie

Psigologie

Menslike wesenskenmerke

Terapeutiese werkwyse

Elke mens het 'n versugting daarna om as 'n onafhanklike geïntegreerde persoon innerlike vrede en heelheid te beleef en sy unieke persoonsmoontlikhede te verwesenlik.

Die soeke na 'n lewenswyse wat tot wysheid en lewenskennis sal lei het volgens Hancock (2005:8) so vroeg soos 40 000 jaar gelede begin. Hierdie navorsingstudie sluit aan by hierdie soeke en wil menslike heelheid vanuit 'n spirituele, filosofiese en psigologiese perspektief aan die hand van sekere wesenskenmerke van die mens omskryf. Aansluitend hierby is toepaslike terapeutiese werkwyses nagevors waardeur 'n persoon gehelp kan word om heelheid te beleef.

Heelheidsterapie is 'n eklektiese werkwyse met mediese hipnoanalise as basis en toegevoegde invloede van rasioneel-emotiewe gedragsterapie van Albert Ellis, keuse-teorie van William Glasser en logoterapie van Victor Frankl.

Aan die hand van kwalitatiewe navorsing is 'n gevallestudie uit 'n sielkundige praktyk omskryf, waar 'n persoon deur heelheidsterapie in staat gestel is om heelheid te beleef.

ABSTRACT

KEYWORDS

Wholeness

Spirituality

Philosophy

Psychology

Essential human characteristics

Therapeutic intervention

Every person yearns to function as an independent and integrated human being who experiences inner peace and wholeness. The search for a way of life that leads to wisdom and life knowledge has continued through the centuries and according to Hancock (2005:8) it began as early as 40 000 years ago. This research study takes up this search, describing human wholeness from a spiritual, philosophical and psychological perspective, in the context of specific essential characteristics.

Together with this, applicable therapeutic approaches were researched to structure an intervention model to achieve wholeness.

Wholeness therapy is an eclectic approach based on medical hypnoanalysis with added aspects of the rational-emotive behavioural therapy of Albert Ellis, choice theory of William Glasser and Victor Frankl's logotherapy.

By means of qualitative research a case study from a psychological practice was described, in which a person was enabled to experience wholeness through wholeness therapy which is described in full.

INHOUDSOPGAWE

	BLADSY
HOOFSTUK 1	
INLEIDENDE ORIËTERING, PROBLEEMSTELLING, DOEL, METODE EN PROGRAM VAN ONDERSOEK	1
1.1 INLEIDENDE ORIËTERING	2
1.2 PROBLEEMONTLEDING	4
1.2.1 Gewaarwording van die probleem	6
1.2.2 Onderzoek van die probleem	8
1.3 PROBLEEMSTELLING	11
1.4 DOEL VAN DIE STUDIE	11
1.5 TEORETIESE BEGRONDING EN BEGRIPSVERKLARING	12
1.5.1 Teoretiese begronding van die navorsingsontwerp	12
1.5.2 Etiese oorweginge en optrede	14
1.5.3 Afbakening van die navorsingstudie	14
1.5.4 Begripsverklaring	15
1.5.4.1 Perspektief	15
1.5.4.2 Heelheid	15
1.5.4.3 Intervensiemodel	16
1.5.4.4 Terapeutiese werkwyse	17
1.6 NAVORSINGSONTWERP	17
1.6.1 Literatuurstudie	17
1.6.2 Kwalitatiewe navorsingstrategie	19
1.7 PROGRAM VAN ONDERSOEK	20
1.8 SAMEVATTING	21
HOOFSTUK 2	
SPIRITUELE, FILOSOFIESE EN PSIGOLOGIESE PERSPEKTIEWE OP MENSLIKE SOEKE NA HEELHEID	22
2.1 INLEIDING	23
2.2 ORIËTERING	23
2.3 DIE MENS AS SPIRITUELE WESE	24

2.3.1	Inleidende oriëntering betreffende die mens as spirituele wese	25
2.3.2	Godsdienstige perspektiewe op die menslike siel	26
2.3.3	Filosofiese oorsig op die mens, spiritualiteit en die goddelike	26
2.3.3.1	Sokrates se siening van die siel	27
2.3.3.2	Plato se siening oor die goddelike, die siel en die liggaam	27
2.3.3.3	Aristoteles se siening oor die verwantskap tussen siel en liggaam	28
2.3.3.4	Descartes se strewe na kennis, rasionalisme, siel en liggaam	29
2.3.4	Die holistiese siening	32
2.3.5	‘Oplewing’ in die studie van spiritualiteit	33
2.3.6	Aard en definiëring van spiritualiteit	33
2.3.7	Gesigspunte betreffende spiritualiteit en godsdiens	35
2.3.8	Psigologiese perspektiewe op spiritualiteit	36
2.3.9	Waarde van spiritualiteit vir die intervensie tot heelheid	39
2.3.10	Gevolgtrekking	40
2.4	DIE MENS AS UNIEKE WESE MET ‘N SPESIALE DOEL	41
2.5	DIE BETEKENISVOLHEID VAN DIE MENS SE LEWE	43
2.5.1	Die samehang tussen sinvolheid en waarheid	44
2.5.1.1	Die verband tussen waarheid en sinvolheid volgens Sokrates en Descartes	44
2.5.1.2	Verskeie religieuse perspektiewe op waarheid	45
2.5.2	Verskillende filosofiese en psigologiese gesigspunte op die sinvolheid van lewe	46
2.5.2.1	Sokrates se siening oor lewensingesteldheid en sinvolheid van bestaan	46
2.5.2.2	Aristoteles se siening oor die mens se einddoel	47
2.5.2.3	Frankl se siening oor geluk en sinvolheid	48
2.5.2.4	Kant se siening betreffende ‘n einddoel en volkomenheid	48
2.5.3	Die verband tussen sinvolheid en spiritualiteit	49
2.5.4	Verskillende religieuse perspektiewe op lewensbetekenis en sinvolheid	50
2.5.4.1	Christen perspektief op sinvolheid en betekenis van lewe	50
2.5.4.2	Judaïsme en sinvolle optrede	51
2.5.4.3	Islamitiese strewe na sinvolheid	51
2.5.4.4	Sinvolheid vanuit ‘n Buddhistiese perspektief	52

2.5.4.5	Die betekenis van 'n sinvolle lewe volgens Hindoeïsme	53
2.5.5	Opsomming van literatuurstudie met betrekking tot betekenisvolheid	54
2.6	DIE MENSLIKE WIL	54
2.6.1	Die verband tussen wil, ingesteldheid, sinvolheid, geloof en hoop	54
2.6.2	Filosofiese en psigologiese sienswyses oor wil	55
2.6.2.1	Kant se perspektief op die wil	55
2.6.2.2	Sartre se sienswyse oor die wil	57
2.6.2.3	Frankl se stellingname oor die wil van die mens	57
2.6.2.4	Die belangrikheid van die wil volgens Ellis	58
2.6.3	Die rol van die wil vanuit religieuse perspektiewe	58
2.6.4	Opsomming van sienswyses aangaande die menslike wil	59
2.7	MENSLIKE KEUSE EN VERANTWOORDELIKHEID VIR EIE KEUSES	59
2.7.1	Verskillende perspektiewe op keusevermoë en verantwoordelikheid	59
2.7.1.1	Sokrates se sienswyse oor keuse en verantwoordelikheid	60
2.7.1.2	Sartre se beskouing van keuse en verantwoordelikheid	60
2.7.1.3	Die verantwoordelikheid van lewenskeuses volgens Frankl	61
2.7.1.4	Die belangrikheid van keuses volgens Glasser	62
2.7.1.5	Religieuse perspektiewe op keuse en verantwoordelikheid	62
2.7.2	Die mens se beperkte keuses, vryheid en verantwoordelikheid	62
2.7.2.1	Sartre en Frankl se sienswyse oor vryheid en keuse	63
2.7.3	Opsomming van die mens se keuses en die verantwoordelikheid vir die keuses uitgeoefen	64
2.8	DIE MENS AS VERHOUDINGSWESE	64
2.8.1	Die mens en sy verhouding met sy God of godheid	64
2.8.2	Die menslike verhoudinge	65
2.9	OPSOMMING VAN LITERAATUURSTUDIE AANGAANDE DIE MENS SE SOEKE NA HEELHEID VANUIT 'N SPIRITUELE, FILOSOFIESE EN PSIGOLOGIESE PERSPEKTIEF	69

HOOFSTUK 3

PSIGOTERAPEUTIESE INTERVENSIEWERKWYSES	71
3.1 ORIËNTERENDE INLEIDING	72
3.2 DIE MEDIESE HIPNOANALITIESE WERKWYSE	74
3.2.1 Aard en omskrywing van hipnose en hipnoterapie	74
3.2.1.1 Hipnose	74
3.2.1.2 Hipnoterapie	77
3.2.2 Teoretiese omskrywing van die mediese hipnoanalitiese werkwyse	78
3.2.3 Boustene van die mediese hipnoanalitiese werkwyse	78
3.2.3.1 Drievoudige allergiese teorie	79
3.2.3.2 Die rangorde van belangrikheid	82
3.2.3.2.1 Spirituele oorlewing	83
3.2.3.2.2 Ego oorlewing	84
3.2.3.2.3 Fisieke oorlewing	85
3.2.3.2.4 Sosio-ekonomiese oorlewing	85
3.2.3.2.5 Seksuele of spesie-oorlewing	85
3.2.3.2.6 Diverse oorlewing	86
3.2.3.3 Die verband tussen die rangorde van belangrikheid en verdedigingsmeganismes	86
3.2.3.4 Mediese hipnoanalitiese sindrome	87
3.2.3.4.1 Wandelende zombie-sindroom	88
3.2.3.4.2 Identiteitsprobleme	89
3.2.3.4.3 Ponce de Leon-sindroom (PDL)	90
3.2.3.4.4 Geboortestofgebrek-sindroom of doodsvermoede-sindroom	92
3.2.3.4.5 Skeidingsangs-sindroom	94
3.2.3.4.6 Regspraak- of skuldigheid-sindroom	95
3.2.4 Diagnostisering in mediese hipnoanalise	96
3.2.5 Hulpverleningswerkwyse in mediese hipnoanalise	97
3.2.5.1 Die analitiese fase	98
3.2.5.1.1 Rapport	98
3.2.5.1.2 Ontspanning	99
3.2.5.1.3 Erkenning en besef van die probleem	99
3.2.5.1.4 Die verwydering van die foutiewe denkwyses	100

3.2.5.1.5	Die daarstelling van realistiese denkwyses	101
3.2.5.2	Die rehabilitasie fase	101
3.2.5.2.1	Die inoefening van verandering	102
3.2.5.2.2	Bykomende versterking deur gereelde toepassing	102
3.2.6	Samevatting van die mediese hipnoanalitiese werkwyse	103
3.3	RASIONEEL-EMOTIEWE GEDRAGSTERAPIE	103
3.3.1	Oorsprong en ontwikkeling	103
3.3.2	Grondbegrippe en teoretiese omskrywing van REBT	105
3.3.2.1	Rasionele optrede en kognisie	105
3.3.2.2	Die A-B-C-model van REBT	107
3.3.3	Terapeutiese werkswyse van REBT	113
3.3.3.1	Oriëntering tot A-B-C-intervensiewerkwyse	113
3.3.3.2	A-B-C-intervensiewerkwyse	115
3.3.3.3	Disputering van irrasionele sienswyses	115
3.3.3.3.1	Disputeringstrategieë	116
3.3.3.3.2	Disputeringstyle	117
3.4	KEUSE-TEORIE	121
3.4.1	Oorsprong en ontwikkeling	121
3.4.2	Teoretiese omskrywing van keuse-teorie	122
3.4.2.1	Volledige gedrag in keuse-teorie	122
3.4.2.2	Die belangrikheid van taalgebruik	123
3.4.3	Keuse-teoretiese terapeutiese werkswyse	124
3.4.3.1	Die vestiging van hoop en vertrouwe	125
3.4.3.2	Die komponente van keuse-teorie	126
3.4.3.3	Die basiese behoeftes van die mens en die invloed van die verlede	127
3.4.3.4	Die mens se <i>kwaliteit-wêreld</i>	129
3.5	LOGOTERAPIE	130
3.5.1	Inleiding betreffende logoterapie	130
3.5.2	Grondbegrippe en teoretiese omskrywing van logoterapie	131
3.5.2.1	Die vryheid van die wil	132
3.5.2.2	Die strewe na betekenisgewing	133
3.5.2.3	Die sin van die lewe	133
3.5.2.3.1	Kreatiewe waardes	135
3.5.2.3.2	Beleefde waardes	135

3.5.2.3.3	Ingesteldheid as waarde	135
3.5.3	Logoterapeutiese hulpverlening	136
3.5.3.1	Inleidende oriëntering betreffende logoterapeutiese hulpverlening	137
3.5.3.2	Grondbeginsels van logoterapeutiese werkwyse	138
3.5.3.3	Logoterapeutiese werkwyse betreffende eksistensiële frustrasie en noögeniese neurose	141
3.5.3.3.1	Logoterapeutiese gesprekvoering	142
3.5.3.3.2	Paradoksale voorneme as logoterapeutiese werkwyse	144
3.5.3.3.3	Aanvullende logoterapeutiese werkwyses	146
3.6	DIE INVLOED VAN BELEWENISSE GEDURENDE DIE KINDERJARE OP HEELHEID	147
3.6.1	Kinderontwikkelingsfases	148
3.6.1.1	Die bindings- of babafase	148
3.6.1.2	Die peuter- of waggelaartjiestaduum	151
3.6.1.3	Die kleuterfase	153
3.6.1.4	Die voorskoolse fase	154
3.6.1.5	Die laerskool- en vroeë hoërskoolfase	155
3.6.1.6	Die adolessensiefase	156
3.6.2	Opsomming van die invloed van die kinderjare	156
3.7	SAMEVATTING VAN SPESIFIEKE TERAPEUTIESE WERKWYSES	156

HOOFSTUK 4

NAVORSINGSONTWERP VIR DIE BESTUDERING VAN HEELHEID EN HEELHEIDSTERAPIE	158
---	-----

4.1	INLEIDING TOT NAVORSINGSONTWERP	159
4.2	DIE GESTELDE NAVORSINGSPROBLEEM, DOELSTELLINGE EN EMPIRIESE NAVORSING	159
4.3	FILOSOFIESE WÊRELDBESKOUIING OF NAVORSINGSPARADIGMA	160
4.3.1	Opbouende samelewing siening	160
4.3.2	Postpositivisme	161
4.3.3	Die voorspraak en deelgenoot denkwysse	161

4.3.4	Pragmatiese siening	162
4.3.5	Eklektiese siening	162
4.3.6	Nuttigheidsleer siening	162
4.3.7	Verbesonderde siening	162
4.3.8	Fragmentasie siening	163
4.3.9	Paradigma opsomming	163
4.4	NAVORSINGSAMEHANG, HOOF TREKKE VAN DIE NAVORSINGSONTWERP EN DIE NAVORSINGSMETODE EN NAVORSINGSTEGNIEKE	164
4.4.1	Navorsingsamehang van die studie	164
4.4.2	Navorsingsontwerp	164
4.4.2.1	Literatuurstudie betreffende navorsingsontwerp	165
4.4.2.2	Die navorsingsontwerp vir die studie	165
4.4.2.3	Kwalitatiewe navorsingsontwerp	166
4.4.2.4	Geselekteerde kwalitatiewe navorsingstrategieë	166
4.4.2.4.1	Gevallestudie	167
4.4.2.4.2	Fenomenologiese strategie	168
4.4.2.4.3	Narratiewe strategie	169
4.4.2.4.4	Etnografiese strategie	170
4.4.2.4.5	Begronde teoretiese strategie	170
4.4.2.4.6	Samevatting van geselekteerde kwalitatiewe navorsingstrategieë	170
4.4.3	Navorsingsmetode	171
4.4.4	Navorsingstegniese	172
4.4.4.1	Onderhoudvoering	173
4.4.4.2	Hipnoterapeutiese intervensie	173
4.4.4.3	Nuwe betekenisgewing deur disputering	173
4.4.4.4	Die vestiging van keusevermoë en die sinvolheid van die lewe	173
4.5	DIE SELEKTERING EN NAVORSING VAN 'N GEVAL	174
4.5.1	Die selektering van 'n persoon vir die gevallestudie	174
4.5.2	Die metode vir die verkryging van data	174
4.5.2.1	Data verkry van die bewuste	174
4.5.2.2	Data verkry van die onderbewuste	175
4.5.3	Betroubaarheid van data	175
4.5.4	Etiek in navorsing	175
4.5.4.1	Toestemming verkry vanaf 'n ingeligte kliënt	176

4.5.4.2	Beskerming van kwesbare deelnemer aan die navorsing en herstelling van die deelnemende respondent	176
4.5.4.3	Skending van privaatheid	177
4.5.4.4	Kundigheid van die navorser	177
4.5.5	Die rol van die navorser in kwalitatiewe navorsing	177
4.5.6	Die analisering van die data	177
4.6	SAMEVATTING VAN NAVORSINGSONTWERP	178

HOOFSTUK 5

	DIE ONTWIKKELING EN TOEPASSING VAN DIE HULPVERLENINGS- WERKWYSE VAN HEELHEIDTERAPIE	180
--	--	-----

5.1	INLEIDENDE ORIËTERING BETREFFENDE HEELHEIDSTERAPIE	181
5.2	GRONDBEGRIPPE EN KERNELEMENTE VAN DIE TERAPEUTIESE WERKWYSE	184
5.2.1	Terapeutiese hulpverlening en die spirituele	185
5.2.2	Taalgebruik en rapport	187
5.2.3	Die rol van insig in die terapeutiese werkwyse	189
5.2.4	Koppeling van die verlede, die hede en die toekoms	190
5.2.5	Die aaneenskakeling van die terapeutiese-sessies	191
5.2.6	Persoons groei	191
5.2.7	Die prenatale ontwikkelingsfase en die geboorteproses	193
5.2.7.1	Die eerste trimester	193
5.2.7.2	Die tweede trimester	195
5.2.7.3	Die derde trimester	196
5.2.7.4	Die geboorteproses	196
5.2.7.4.1	Die normale geboorteproses	197
5.2.7.4.2	Induksie-geboorte	197
5.2.7.4.3	Geboorte met behulp van instrumente	198
5.2.7.4.4	Keisersnit-geboorte	198
5.2.7.4.5	Die invloed van medikasie gedurende geboorte op die baba	199
5.3	HULPVERLENINGWERKWYSE VAN HEELHEIDSTERAPIE	199
5.3.1	Gevallestudies oorkoepelend omskryf	200

5.3.1.1	Sinopsis van die terapeutiese verloop van afsonderlike gevallestudies	200
5.3.1	Die inname-onderhoud	202
5.4	TOEPASLIKHEID VAN HEELHEIDSTERAPIE AS GEVALLESTUDIE OMSKRYF	203
5.4.1	Johan en sy terapeutiese verloop ter verkryging van heelheid	203
5.4.1.1	Ontmoeting van kliënt en individuele inname-onderhoud	203
5.4.1.2	Eerste hipnoterapeutiese sessie en inligting verkry van woordassosiasie-vraelys	207
5.4.1.3	Inligting verkry deur woordassosiasie-vraelys	213
5.4.2	Hipnoterapeutiese regressie-sessies	213
5.4.2.1	Die eerste hipnoterapeutiese regressie-sessie	213
5.4.2.2	Die tweede hipnoterapeutiese regressie-sessie	215
5.4.2.3	Die derde hipnoterapeutiese regressie-sessie	220
5.4.2.4	Die vierde hipnoterapeutiese sessie ter heling van kindertydseer	224
5.4.2.5	Terapeutiese regressie-sessie nommer vyf	226
5.4.2.6	Opsomming van terapie en ego-versterking sessie	228
5.4.3	Opsomming van terapeutiese verloop	229
5.4.4	Samevatting van terapeutiese hulpverlening	231
 HOOFSTUK 6		
	SAMEVATTING, BEVINDINGE, GEVOLGTREKKING EN AANBEVELINGS	233
6.1	INLEIDING BETREFFENDE SAMEVATTING, BEVINDINGE EN GEVOLGTREKKING	233
6.2	SAMEVATTING VAN DIE STUDIE	233
6.3	BEVINDINGE OOR DIE TOEPASSINGSWAARDE EN PRAKTIESE VERLOOP VAN HEELHEIDSTERAPIE	234
6.4	GEVOLGTREKKING VAN DIE STUDIE	236
6.4.1	Die navorsingsvraag of probleemstelling	236
6.4.2	Die doelstellingsnavorsing	237
6.5	AANBEVELINGS	238
6.6	BEPERKINGE VAN DIE STUDIE	238
6.7	UITDAGINGS VIR DIE SIELKUNDIGE	239
6.8	DIE BYDRAE VAN DIE STUDIE TOT DIE OPVOEDKUNDIGE SIELKUNDE	240

6.9	SLOTWOORD	241
6.10	SAMEVATTING	242

LYS VAN FIGURE

Figuur 1.1	Samevattende oorsig en kernbegrippe van hoofstuk een	1
Figuur 2.1	Spirituele, filosofiese en psigologiese perspektiewe op uitgesonderde wesenskenmerke van die mens	22
Figuur 3.1	Psigoterapeutiese intervensiewerkwyses wat heelheidsterapie beïnvloed het	71
Figuur 3.2	Skematiese voorstelling van die ontstaan van simptome volgens REBT	110
Figuur 3.3	Skematiese voorstelling van wisselwerking tussen gebeurtenis [A], sienswyse [B], uitkomst [C] en doelwitte [G]	111
Figuur 4.1	Skematiese samehang en onderlinge beïnvloeding van komponente van navorsingsontwerp	158
Figuur 5.1	Samevattende oorsig van hoofstuk betreffende heelheidsterapie en gevallestudie	180
Figuur 5.2	Skematiese voorstelling van die interverweefdheid tussen die menslike wesenskenmerke en terapeutiese werkwyses in heelheidsterapie	183
Figuur 5.3	Sinopsis van heelheidsterapie se werkwyse	201

LYS VAN TABELLE

Tabel 2.1	Definisies van spiritualiteit in die literatuur	34
Tabel 3.1	Definisies van hipnose uit die terapeutiese literatuur	75
Tabel 3.2	Skematiese voorstelling van rangorde vir oorlewing deur Bryan, Scott en Zelling	83

BRONNELYS	243
------------------	-----

BYLAE OF PROTOKOLLE

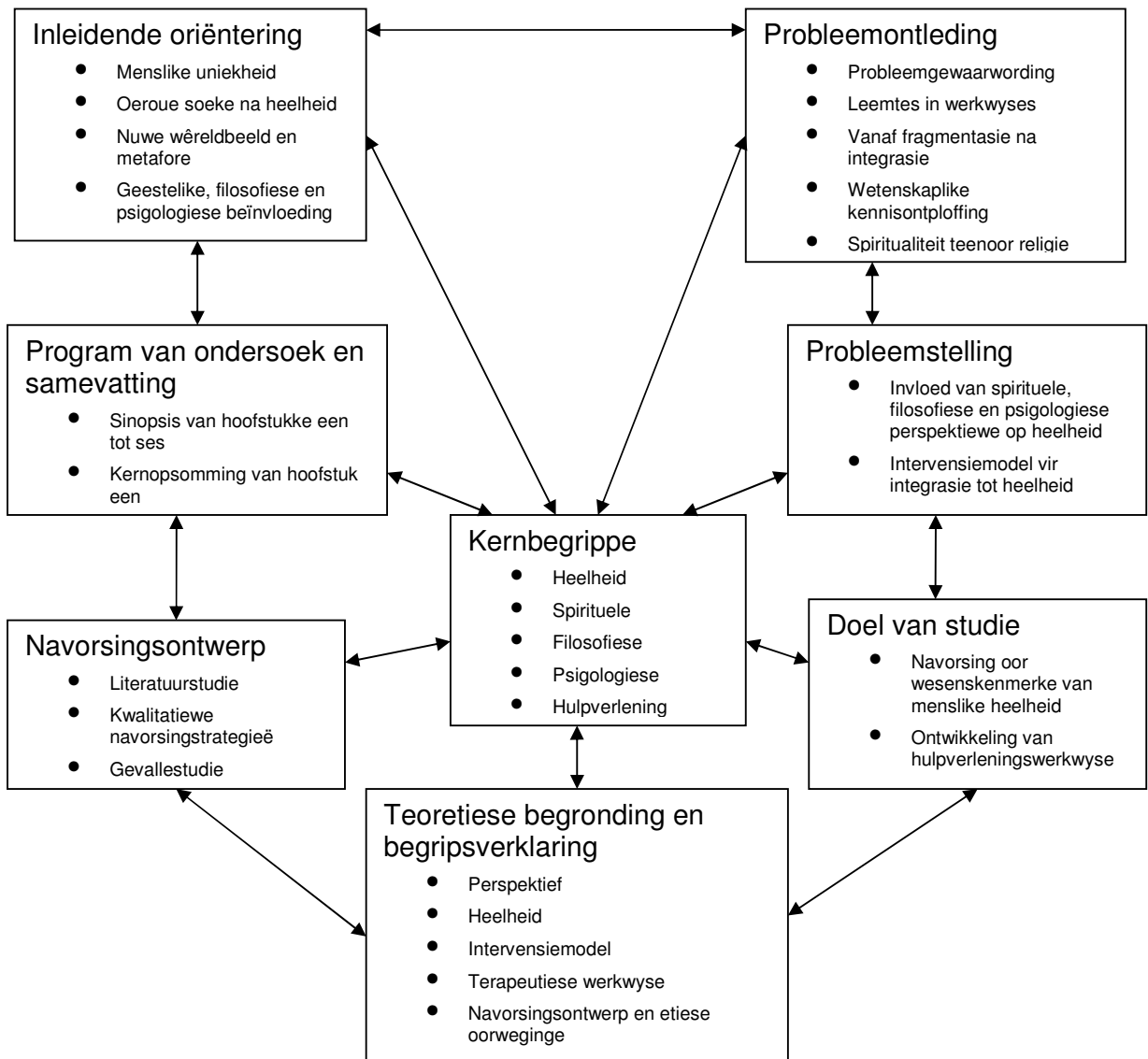
Bylaag 1	INNAMEONDERHOUD	260
Bylaag 2	DIE VERDUIDELIKING VAN DIE TERAPEUTIESE WERKWYSE AAN DIE KLIËNT	262
	2.1 DIE BEWUSTE EN ONDERBEWUSTE	263
	2.2 VERDUIDELIKING VAN HIPNOSE EN HIPNOTERAPIE	264
	2.3 DIE VASSTELLING VAN DIE STRES- EN ONTSPAN MODALITEIT VAN DIE KLIËNT	265
Bylaag 3	DAARSTELLING VAN 'N VEILIGE PLEKKIE	267
Bylaag 4	ALGEMENE INDUKSIE VIR HIPNOSE IN 'N TERAPEUTIESE SESSIE	268
	4.1 ALGEMENE HIPNOTIESE INDUKSIE	268
	4.2 VERDEDIGINGSUGGESTIES	270
	4.3 TERUGBRING NA DIE WERKLIKHEID NA 'N HIPNOTERAPEUTIESE SESSIE	271
	4.4 AFSLUITING VAN DIE SESSIE	271
Bylaag 5	WOORDASSOSIASIE-VRAELYS	272
	5.1 INDUKSIE VIR GEBRUIK MET DIE AFNEEM VAN DIE WOORDASSOSIASIE-VRAELYS	272
	5.2 DIE INDUKSIE WAT GEBRUIK WORD VIR DIE VOLGENDE DEEL VAN DIE WOORDASSOSIASIE-VRAELYS IS DIE ALGEMENE INDUKSIE (kyk bylaag 4.1)	274
Bylaag 6	DIE WOUDPREDIKASIE BY DIE WATERSTROOMPIE	278
Bylaag 7	DIE STORIE VAN DIE WURM EN DIE VLINDER	280
Bylaag 8	DIE VESTIGING VAN 'N PRAGTIGE LEWENSTUIN OF GEDAGTETUIN	285
Bylaag 9	VERBEELDINGSREIS NA DIE BAARMOEDER	286
	9.1 STASIE VERDIEPINGSINDUKSIE	286
	9.2 BAARMOEDER-BELEWENISSE EN DIE DOEL VAN JOU LEWE	287
Bylaag 10	KRONOLOGIESE HERBESOEK AAN PRE-NATALE FASE EN DIE GEBOORTEPROSES	292
	10.1 STRANDVERDIEPINGSINDUKSIE	292
	10.2 KRONOLOGIESE VERLOOP VAN DIE PRENATALE	

	FASE EN DIE GEBOORTEPROSES	293
10.2.1	Eerste trimester van swangerskap	293
10.2.2	Tweede trimester van swangerskap	295
10.2.3	Die derde trimester van swangerskap	296
10.2.4	Die geboorteproses	296
10.2.4.1	Die normale geboorteproses	296
10.2.4.2	Die keisersnit-geboorte	298
10.2.4.3	Die finale skeiding tussen moeder en baba	298
Bylaag 11	LEWENSASEM EN LEWENSLIG	300
Bylaag 12	VERWELKOMING VAN JOUSELF	302
Bylaag 13	DIE ONTDEKKINGSWÊRELD VAN DIE PEUTER	303
Bylaag 14	HELING VAN KINDERTYDSEER	307
Bylaag 15	INTEGRASIE TOT 'N HEEL VOLWASSENE	310
Bylaag 16	BYKOMENDE VERSTERKING VAN UNIEKE PERSOON	312

HOOFSTUK 1

INLEIDENDE ORIËTERING, PROBLEEMSTELLING, DOEL, METODE EN PROGRAM VAN ONDERSOEK

Die probleem wat in hierdie proefskrif ondersoek word, die navorsingsdoel, ondersoekmetode en program van ondersoek word diagrammaties in figuur 1.1 voorgestel.



Figuur 1.1: Samevattende oorsig en kernbegrippe van hoofstuk een

1.1 INLEIDENDE ORIËTERING

Elke mens is uniek geskape. Die enigheid van bestaan is van toepassing op die fisieke, psigiese en spirituele fasette van die mens. Hierdie uniekheid is visueel waarneembaar aangesien elke mens anders lyk, 'n spesifieke DNS-heliks en vingerafdrukke het. Net so, ten opsigte van die onsienlike, is die betekenis verleen aan sekere situasies, uitdagings, geleenthede, tekortkominge, trauma en ander lewenservaringe en belewenisse, eiesoortig aan elke mens. Hillman (1999:288) konstateer: "We ought never forget that we are each a different being".

Die mens, elkeen op sy eiesoortige manier, strewe daarna om gelukkig, tevrede en suksesvol te wees; en om 'n gevoel van 'ek is in staat tot', of 'innerlike heelheid' te beleef. Die soeke na antwoorde op lewensvrae kan weens die uniekheid van elke mens tot 'n groter mate persoonsgebonde as kultuur-, tyd- of geslagsgebonde wees (Frankl, 1985:131). " ... en waarom oordeel julle ook nie uit julleself wat reg is nie?" (Luk 12:57, Die Bybel (Naslaan), 2004:94). Geskryfte deur die eeue (Frey, Daaleman & Peyton, 2005:559; vergelyk ook Joh 9:3, Die Bybel (Naslaan), 2004:126) gee verskeie antwoorde op vrae soos: "Waarom het hierdie ding gebeur? Wat is die doel daarvan?" In die mens se persoonlike soeke na selfverwesenliking deur die verwerkliking van sy moontlikhede, die beleving van innerlike vrede, geestesvervulling en heelheid, mag hy hulp benodig.

Die versugting na heelheid en die gepaardgaande werk aan wyses van optrede of handeling om die nodige lewenskennis of wysheid te bekom, word geslagte lank vanuit vele perspektiewe, in talle rituele en geskryfte, beredeneer (Hancock, 2005:7; Matt 19:20, Die Bybel (Naslaan), 2004:29). Die bewustheid van en geloof in magte, kragte en die invloed van bomenslike verskynsels op die mens word weerspieël in religieuse grottekeninge in die suidweste van Europa wat dateer vanaf 40 000 en 30 000 tot sowat 12 000 jaar gelede (Hancock, 2005:7). Volgens Hancock (2005:8) is antropoloë en argeoloë van mening dat " ... the cave art expresses mankind's first and oldest notions of the supernatural, of the *soul*, and of realms of existence beyond death". Aanvullend hierby is die sienswyse van Esterhuysen (2009:34) dat die mens se soeke na 'n godsdienstige wyse om sin van die lewe en dood te maak, 'n oerverskynsel is. Die ontwikkeling van nuwe insigte, verklarings en bewyse (Tarnas, 1996:283) van voorheen

'onverklaarbare' en 'bonatuurlike' gebeure, het die bestaande kennis van die Middeleeuse kerk bevraagteken, asook gewysig (Tarnas, 1996:283). Na die Renaissance kon die antieke en Middeleeuse siening onder meer as primitief, bygelowig en onwetenskaplik omskryf word (Tarnas, 1996:283). Sodoende kon die mens en selfs die aarde se 'vaste' posisie loskom uit die statiese beperking van die hiërargiese Christelik-Aristoteliese wêreldbeeld om nuwe terreine te ontgin (Tarnas, 1996:283). Soortgelyk aan die invloed en verreikende gevolge wat die nuwe denkpatrone en uitvindinge van die Renaissance tot gevolg gehad het, is die bykomende belangrike denkwyses wat onder meer deur die ontdekking van die Nag Hammadi-geskrifte, plus die ontwikkeling van die kwantumfisika en astrofisika, daargestel is. Die ontdekking in 1945 van die Nag Hammadi-geskrifte in Egipte en ook die vertaling en die algemene beskikbaarheid daarvan, het nuwe sienswyses oor Jesus se lewe en die vroeë Christendom laat ontstaan (Muller, 2002b:15). Daarby het die voorheen onbekende terreine van die kwantumfisika en astrofisika (Muller, 2002b:12-13) 'n bewustheid geskep van 'n tans 'onmeetbare' bykomende dimensie (Muller, 2002b:12-13). Gevolglik het die wyse waarop na God verwys word, naamlik 'daar bo', of 'buite' die skepping, uitgedien geraak (Freke & Gandy, 2002:6, 47 & 74; Muller, 2002b:12-13).

Die nuwe wêreldbeeld, astrofisika (Muller, 2002b:12) en kwantumfisika (Bohm, 1997:134) het daartoe bygedra dat 'n dringende behoefte ontwikkel het aan nuwe metafore en nuwe maniere om sinvol oor die Skepper of die 'Al' te praat (Jordaan, 2002b:53; Muller, 2002b:12). In die rolprent *Star Wars* byvoorbeeld, sê die karakter Obi Wan Kenobi vir die jong held Luke Skywalker: "May the Force be with you" (Muller, 2002b:12). Net so bied die Internet vir miljoene mense demokratiese, ongesensureerde inligting oor geloofsake (Muller, 2002b:16), wat meebring dat inligting wat die predikant nie vanaf die preekstoel oordra nie, deur gemeentede van die Internet verkry kan word. Die benutting van wetenskaplike en tegnologiese kennis het 'n omvangryke verandering in denkwyses en 'n nuwe lewenswyse tot gevolg gehad (Muller, 2002b:16).

Denkwyses wat 'n kardinale invloed op die mens se lewe het, is die geestelike of spirituele, filosofiese en psigologiese perspektiewe. Die identifisering, benoeming en onderskeiding van verskillende gesigspunte beteken geensins dat hulle in isolasie of onafhanklik van mekaar funksioneer nie. Inteendeel, hulle is oorvleuelend, aanvullend

tot en geïntegreerd met mekaar – alles in een funksionele geheel – in die mens teenwoordig. Smuts (1987:100), die grondlegger van die holisme, maak die stelling: "It is curious that, while the general view-point of philosophy is necessarily largely holistic, it has never made real use of the idea of the whole. The idea runs indeed as a thread all through philosophy, but mostly in a vague intangible way".

Hierdie studie is 'n uitvloeisel van die navorsers se eie soeke na en betekenisgewing aan die oeroue soeke van die mens en daarmee saam 'n poging om hierdie verkreeë kennis tot heelheid te integreer. Die studie wil veral vanuit 'n spirituele, filosofiese en psigologiese perspektief lig werp op die soeke na persoonsvervulling, die verwerking van beleefde gebrokenheid en 'n belewenis van heelheid. Dikwels is terapeutiese hulp nodig om iemand in staat te stel om die negatiewe wat hy beleef, te verwerk. Hierdie studie kan moontlik ook aangewend word vir 'n ondersoek na 'n terapeutiese intervensie of 'n bemiddelingswerkplan. Ten einde 'n sinvolle studie van spesifieke perspektiewe op 'n omvangryke begrip soos die belewenis van menslike heelheid te doen, is dit eerstens nodig dat die navorsingsprobleem ontleed word.

1.2 PROBLEEMONTLEDING

Die uniekheid van elke mens, tesame met die soeke na antwoorde vir sy eiesoortige lewensvrae, behels verskeie invalshoeke en beklemtoninge. Die mens se doelgerigte strewe na die voltrekking van sy persoonsmoontlikhede, asook die verwerking van gebrokenheid en beperkinge wat hy mag beleef ten einde heelheid te beleef, is 'n kontinue proses. Die mens se lewe is 'n samehangende geheel en hierdie geheel is 'n aaneenlopende ontwikkelingsgang (Roof, 1993:68). Vir die ontleding van die menslike soeke na heelheid in hierdie studie sal die spirituele, filosofiese en psigologiese perspektiewe as kernelemente omskryf word. Die spirituele aspek is 'n integrale deel van die studie aangesien die mens reeds vir 40 000 jaar daarvan bewus is en ingestel is op die bonatuurlike of die siel van die mens (Hancock, 2005:7). Die filosofiese perspektief, wat besin oor die betekenis van die lewe, word ingesluit in die studie omdat betekenisgewing as 'n belangrike faset van menslike heelheid beskou word. Aangesien die studie primêr handel oor die menslike innerlike bewussyn of psige, is die psigologie die grondslag waarby die ander perspektiewe inskakel om 'n belewing van heelheid by die mens daar te stel. Die verwerking van die beperkinge asook probleme wat beleef is

gedurende die menslike soeke na heelheid sal vanuit 'n intervensiemodel-
moontlikheidsperspektief met riglyne vir die praktiese toepassing van die teoretiese
raamwerk nagevors word.

Vanuit 'n spirituele benadering beskou Frankl onder meer die mens se soeke na
persoonlike betekenisgewing as 'n uitreiking na 'n sinvolle verhouding met ander.
Pargament (1999:6) beklemtoon die byvoeging van 'n interaksie waar spiritualiteit
gesien word as 'n soeke na betekenisgewing, na 'n verbinding in eenheid, na
transendering en ook na die mens se hoogste potensiaal. Die mens se benadering tot
en interaksie met sy geestelike innerlike self, ander persone en die natuur is 'n wyse
waarop hy sy spirituele bewussyn vergestalt. Spirituele belewenisse is die kontak met
die geestelike, die heilige, die Goddelike in die mens se interaksie met homself, ander
mense sowel as die natuur. Vir 'n beredenering oor die mens se soeke na sin,
betekenis, asook die 'wie is ek?' is die filosofiese perspektief belangrik. Die onderrig in
filosofie het meer ten doel as intellektuele ontwikkeling. Filosofie is eerder die
hervorming van alle fasette van die persoon se hele wese, naamlik intellek, verbeelding,
sensitiwiteit en wil, met die inoefening van die lewenskuns as die uiteindelijke doel
(Hadot, 1995:21). Filosofie kan daarom omskryf word as die kuns van lewe waardeur
die mens 'n nuwe lewenswyse aanleer en van emosionele ongesteldhede bevry word
(Hadot, 1995:28).

Elke mens se soeke vanuit 'n psigologiese perspektief na die verkryging van kennis,
selfverwesenliking en die beleving van heelheid (Boero, Caviglia, Monteverdi, Braida,
Fabello & Zorzella, 2005:916), sowel as, indien nodig, oplossings en wyses van optrede
vir die opheffing van sy beleefde gebrokenheid; is 'n unieke proses. Hierdie uniekheid
van die mens word veral weerspieël in die eiesoortige wyse waarop die persoon sy
menslike probleme oplos (Fromm, 1966:50).

'n Mens se instelling jeens die sinvolheid van die lewe (Purdy & Dupey, 2005:102) en
wat belangrik is vir heelheid, word beïnvloed deur verskeie studierigtings en
perspektiewe, elkeen met 'n eiesoortige beklemtoning en impak. Die praktiese
toepassing daarvan in die daaglikse lewe mag tot gevolg hê dat bepaalde sieninge weer
eens bevraagteken, aangepas en soms selfs vervang kan word. Sodanige
gewaarwording van sinvolheid en heelheid is dikwels die motiverende rede vir 'n

bykomende en breër soeke na lewensantwoorde.

1.2.1 Gewaarwording van die probleem

Die soeke na antwoorde op lewensvrae en 'n verklaring van gebeure mag ook terselfdertyd 'n versugting na die integrasie van kennis van uiteenlopende en verwante studierigtings insluit. Tarnas (1996:396) verwys onder meer na hierdie soeke soos volg: "Hence the quest for knowledge must be endlessly self-revising".

Antwoorde op lewensvrae is omvangryk en sluit nie slegs die verstandelike en geestelike aspekte in nie, maar ook die liggaamlike. Die gesondheid van die liggaam is nou verweef met die inname van kos of voedsel, vandaar die belangrike rol wat voedsel in die mens se lewe vervul. Om hierdie rede kan die lot van die mens grootliks deur voedsel, of die gebrek daaraan, beïnvloed word (Robinson, Lawler, Chenoweth & Garwick, 1990:3). Die studie van die mens se daaglikse nutriëntbehoefte, ten einde 'n gesonde liggaam te verseker, word die wetenskap van voeding genoem (Robinson *et al.*, 1990:3).

As dieetkundige met 'n spesiale belangstelling in verslanking op 'n gesonde en blywende wyse, het die navorser 'n verslankingseetplan, met die klem op gebalanseerde maaltye en 'n lae kilojoule-waarde, opgestel en in die praktyk toegepas (Brümmer, 1975:8-25). Die deelnemers aan die program het weekliks in groepies bymekaar gekom om mekaar aan te moedig, geweeg te word, saam te oefen, asook bykomende inligting te ontvang. 'n Aantal vroue in elkeen van die sowat twaalf groepe kon weens 'n verskeidenheid 'persoonlike probleme' nie na wense verslank of met die eetplan volhou nie. Die soeke na redes vir die 'persoonlike probleme' by hierdie volwasse vroue het tot verdere studie gelei. 'n Studie van die oorsake van vetsug by kinders vanuit 'n fisiologies-metaboliese en voedselinname-perspektief, sowel as 'n opvoeding-gesitueerdheid, was die uitvloeisel van hierdie soeke. 'n Magistergraad (M.Ed. (Psig)) het gevolg waarin 'n bykomende aspek buite die wetenskap van voeding, naamlik die psigologiese invloed, betrek is.

Weer eens was daar steeds onopgeloste vrae in die terapeutiese praktyk, soos: "Ek weet nie waarom nie, hoekom slaag ek nie daarin nie?" en: "Ek weet daar is nie regtig

'n rede nie, maar tog voel ek asof iets my keer. Hoekom? Wat hou my terug?" In die soeke na antwoorde op die vrae van kliënte gedurende die terapeutiese intervensies, is hipnoterapie onder meer bestudeer en is kennis geneem van die belangrike rol wat die onderbewuste in hulpverlening en opheffing van beleefde probleme speel. Ten spyte van die hantering van die aanmeldingsprobleem, het kliënte dikwels gevra waarom hulle steeds 'n gemis beleef, so asof hulle iets kortkom: "Ek weet ek het 'hierdie' deurgewerk en kan verstaan hoe 'daardie' hanteer moet word, maar tog voel ek asof ek nog iets soek!" Hierdie onbeantwoorde vrae was die motivering vir die uitbreiding van die soeke en het die besef van die leemte aan en ook die noodsaaklikheid van bykomende inligting oor 'n spirituele perspektief laat uitkristalliseer. Die belangrikheid sowel as sensitiwiteit van die hantering van die spirituele in hulpverlening is omvangryk, aangesien die mens in sy soeke na die heilige en wyses van vergestaltung van spiritualiteit, velerlei lewenswyses, rigtinge en einddoele mag hê (Pargament & Mahoney, 2002:656). In dié verband noem Pargament en Mahoney (2002:655) dat sielkundiges meestal nie vertrouwd is met spirituele taal, transendering, geloof, verdraagsaamheid, die vermoë om afstand te doen, die mistieke, genade en gedaanteverandering nie. Aansluitend hierby huldig Muller (2002b:228) die siening dat die meeste mense wat sielkundiges besoek, waarskynlik nie worstel met sielkundige probleme nie, maar eerder met spirituele probleme, naamlik die probleme oor die sin van hulle bestaan. Betreklik onlangs het Moreland (1998:29) die uitspraak gemaak dat om in huidige psigologiese studies na die etimologiese oorsprong van die psigologie of sielkunde, naamlik die *siel*, te verwys, taamluk ru en onbeskof is. Moreland (1998:29) se sienswyse is dat die klem in sielkunde tans in so 'n mate op die ontwikkeling, funksionering en wese van die self is, dat die self die siel verplaas het. Hierdie sienswyse het die behoefte uitgewys aan 'n terapeutiese verloop of hulpverleningsproses waardeur die mens sy unieke menslike belewenisse, insluitende die spirituele, kon integreer. Voortspruitend hieruit het die volgende vrae ontstaan: Hoe kan mense, met in agneming van hul spirituele standpunt, gehelp word om die probleme wat hulle beleef, te verwerk en te integreer tot 'n gevoel van 'ek is in staat tot' en 'ek voel heel'? Wat moet 'n terapeutiese werkwyse bevat om aan hierdie behoeftes te voldoen?

1.2.2 Onderzoek van die probleem

Om van integrasie tot heelheid te vorder, is die verkryging van die nodige kennis oor die aspekte wat integreer sal word, die beginpunt van die ondersoek van die probleem. Vervolgens is kennis oor moontlike werkwyses waardeur hulp verleen kan word en riglyne vir die praktiese toepassing daarvan ook nodig.

Die klem in navorsing op bevraagtekening, ondersoek en analise het vanaf die tweede helfte van die sewentiende eeu 'n verskeidenheid bykomende, kenmerkende en gedetailleerde kennis tot gevolg gehad (Smuts, 1987:62). Hierdie spesialisering in gedeeltes of onderafdelings het daartoe bygedra dat fenomene geskei, losgemaak en in isolasie bestudeer is (Smuts, 1987:62-63). In hierdie verband verklaar Bohm (1997:1): "...for fragmentation is now very widespread, not only throughout society, but also in each individual; and this is leading to a kind of general confusion of the mind, which creates an endless series of problems and interferes with our clarity of perception". Volgens Smuts (1987:63) is die tyd verby waartydens 'n lewensfilosofie kan ontwikkel sonder kennis van en verwysing na wetenskaplike feite en sienswyses. Hierdeur onderskryf Smuts die behoefte aan 'n veranderde, geïntegreerde denkwysie waardeur die natuur, wetenskaplike gesigspunte en geesteswetenskaplike perspektiewe as fasette van 'n groter geheel gesien word.

Volgens Smuts (1987:322) is 'n breedvoerige en noukeurige analitiese omskrywing, ongeag van hoe waar die inligting ook al mag wees, steeds nie 'n volledige beskrywing van 'n objek of materie nie. Aansluitend by Smuts se siening van die behoefte aan 'n geïntegreerde denkwysie en Bohm se uitgesproke kommer oor die uitwerking van fragmentasie, verwys Bohm na 'n ander sienswyse, naamlik die van kwantumfisika. Die kwantum-teorie is geneig om die wêreld te beskou as relatief outonome dele wat onafhanklik bestaan, maar tog in interaksie met mekaar is (Bohm, 1997:134). Volgens Spear en Spear (1996:125) het die kwantumfisika 'n verreikende invloed uitgeoefen op alle fasette van die wetenskap, insluitend die mediese wetenskap en die sielkunde in die besonder.

Die primêre klem van die kwantumfisika val op die begrip van 'n onverdeelde heelheid waarin die waarnemingsapparaat nie apart gesien kan word van die objek wat

waargeneem word nie (Bohm, 1997:134). So sal die apparaat wat gebruik word in die bestudering van lig byvoorbeeld bepaal of 'n foton as 'n partikel of as 'n golf beskou kan word (Spear & Spear, 1996:127). Die feit dat dieselfde objek, afhange van die perspektief waaruit dit waargeneem word, as 'n partikel of as 'n golf waargeneem kan word, het die weg vir nuwe denkpatrone en waarneminge gebaan (Spear & Spear, 1996:127). In verskillende eksperimentele omstandighede kan materie meer soos 'n golf of meer soos 'n partikel reageer; maar dit kan op 'n bepaalde manier altyd soos altwee saam waargeneem word (Bohm, 1997:128). Danksy die kwantumfisika (Bohm, 1997:7) het die klem vanaf brokstukke, isolering of fragmentasie verskuif na samehang, integrasie en heelheid. Bohm (1997:7) is van mening dat: "... wholeness is what is real, and that fragmentation is the response of this whole to man's action, guided by illusory perception, which is shaped by fragmentary thought".

Die mens van die twintigste en een-en-twintigste eeu se wêreldbeeld word gekenmerk deur 'n kompleksiteit waarin 'n verskeidenheid voorstellinge en werklikhede erken word (Craffert 2002b:75). Volgens Zelling (1990:125) is daar in die huidige tydvak 'n wetenskaplike kennisontploffing wat die haas ondenkbare grootte van die ruimte, asook die kennis van bykans onmeetbare klein partikels omvat. Terselfdertyd is daar ook 'n spirituele ontwikkeling waar die sonderlinge uitwerking van innerlike heling op verstandelike, emosionele, fisieke en geestelike vlak herontdek word (Zelling, 1990:125). Die abstrakte studieveld van perspektiewe van menswees en die religie mag tot gevolg hê dat die klem wat op afbakening en spesifieke individuele sieninge gelê word, tot uitskakeling en vervreemding lei (Jordaan, 2002b:48). Zohar (1990:95) verwys na hierdie sienswyse as 'n drang om 'n verenigde verklaring vir alle dinge, insluitende die mens en sy plek in die heelal, te vind. Hierdie denkwyse het besonder sterk na vore getree met die aanhang van die moderne wetenskap en die drang om te glo dat alles deur die nuwe fisikawette verklaar of verantwoord kan word.

Wolmarans (2002b:63) omskryf die postmoderne siening waarin religieuse geskryfte, leerstellinge en godsdiens vanuit 'n twintigste-eeuse perspektief oordink word, as 'n wyse "... om God op eietydse maniere te herontdek; om teologies ongeskoolde gelowiges te betrek by 'n herverbeelding van God; dit gaan oor afskeid van primitiewe dogmas"; aangesien die mens die heilige weselik op 'n bykans onbeperkte aantal wyses kan ontdek en bewaar (Pargament & Mahoney, 2002:647). "Die Nuwe

Hervorming” (Wolmarans, 2002b:63) verwys na hierdie wyse van na die Bybel kyk. ’n Persoon se persepsie of waarneming van die heilige is nie inherent goed of sleg nie, maar afhanklik van die wyse waarop na die heilige gesoek word (Pargament & Mahoney, 2002:648). Smuts (1987:144) is van mening dat “It is in the sphere of spiritual values that Holism finds its clearest embodiment in fact, and its most decisive vindication as an ultimate category of explanation”.

In die literatuur word daar in ’n toenemende mate ’n onderskeid tussen spiritualiteit en religie getref (Pargament, 1999:5-6; Roof, 1993:64-65). Spiritualiteit is volgens Ingersoll (1994:106) besig om te ontwikkel in ’n dimensie van ‘iets wat leef’, in vergelyking met religie, wat ’n kulturele raamwerk is. Volgens Pargament (1999:5-6) verwys spiritualiteit in ’n meerdere mate na ’n dinamiese proses, asook persoonlike en emosionele belewenisse waarmee die individu uitdrukking kan gee aan sy besondere vermoëns en hoedanighede en die volheid van lewe kan beleef. Religie, daarenteen, is besig om te differensieer en verwys meer na die organisatoriese, ideologiese, rituele en kerklike instelling. Religie is ook besig om te beweeg van ’n wyer invloed sfeer wat instelling en individue sowel as die goeie en die slegte betrek het, na ’n meer beperkte veld, naamlik die institusionele sy van die lewe. Die institusionele beklemtoning mag ’n inhiberende en beperkende invloed op menslike potensiaal tot gevolg hê (Pargament, 1999:5-6). Daarenteen is Ingersoll (1994:106) van mening dat “ ... religion is conceptualized as a variety of frameworks through which spirituality is expressed”.

Die verskillende, aanvullende asook selfs kritiserende inligting uit die literatuur beklemtoon die uitgebreidheid en fragmentasie van die mens, maar veral die soeke na integrasie of heelheid (kyk hoofstuk twee). Volgens Bohm (1997:3) was die mens deur die eeue op soek na heelheid op intellektuele, sosiale en individuele vlak, omdat hy bewus was van sy bykans outonome bestaan in fragmentasie weens die verwydering tussen die mens en die natuur, sowel as tussen mens en mens. Om hierdie rede maak die mens dikwels in sy mites ’n projeksie van sy vroeë verbintnisse en heelheid (Bohm,1997:3). Vandaar die noodsaaklike vraag na die kernaspekte en riglyne vir ’n intervensiemodel waarmee iemand wat hulp in sy soeke na menslike heelheid benodig, met inagneming van sy spirituele sienswyse, suksesvol gehelp kan word.

1.3 PROBLEEMSTELLING

Uit die voorafgaande bespreking blyk dat menslike heelheid 'n omvangryke begrip met verskeie perspektiewe en wesenskenmerke is. Aanvullend hiertoe is die uniekheid van elke mens en sy eiesoortige betekenisgewing aan gebeurtenisse. Terapeute is nie altyd bewus van die vele aspekte en spesifiek die invloed van spirituele, filosofiese en psigologiese denkwyses op menslike heelheid nie. Gevolglik kan belangrike elemente waardeur die kliënt gehelp kon word, in die terapeutiese werkwyse ontbreek. Hierdie leemte bemoeilik die terapeutiese verloop, veral ten aansien van integrasie van verwerkte probleme te midde van die kompleksiteit van die kliënt se spirituele sienswyse. In die lig van die voorafgaande is die navorsingsvrae die volgende:

- Kan spirituele, filosofiese en psigologiese denkwyses in die literatuur betreffende spesifieke wesenskenmerke van die mens deurgetrek word na menslike heelheid?
- Wat is die kernaspekte van 'n terapeutiese intervensiemodel waardeur 'n persoon in sy spirituele uitkyk op die lewe met integrasie tot heelheid gehelp kan word?

1.4 DOEL VAN DIE STUDIE

Die oorkoepelende doel van die studie is om menslike heelheid aan die hand van spesifieke wesenskenmerke van die mens vanuit 'n spirituele, filosofiese en psigologiese perspektief na te vors. Aansluitend hierby is die ontwikkeling van 'n terapeutiese intervensiemodel of bemiddelingswerkplan om 'n persoon wat hulpverlening benodig, te ondersteun met die nodige verwerking, integrasie en verkryging van heelheid. Vervolgens word die toepassingsmoontlikheid vir die daarstelling van 'n gevoel van heelheid en 'ek is in staat tot' met behulp van die bemiddelingsplan gedurende 'n individuele gevallestudie nagevors. Die verkreeë kennis word in die ware sin van die woord geïntegreer in 'n prakties uitvoerbare intervensiemodel ten einde die kliënt 'n heelheidsgevoel te laat beleef.

Die hoofdoel van hierdie studie is om 'n terapeutiese intervensiewerkwyse met perspektiewe op heelheid as uitgangspunt te ontwikkel. Ten einde hierdie doel van hulpverlening ter verwesenliking van heelheid te bereik, word 'n literatuurstudie gedoen om;

- menslike heelheid aan die hand van uitgesonderde wesenskenmerke van die mens

- vanuit 'n spirituele, filosofiese en psigologiese perspektief te omskryf; en
- toepaslike terapeutiese werkwyses na te vors om 'n teoretiese raamwerk vir 'n moontlike terapeutiese intervensiemodel of bemiddelingswerkwysse daar te stel waardeur heelheid bevorder en beleef kan word.

Voortvloeiend uit die literatuurstudie sal kwalitatiewe navorsing deur middel van 'n gevallestudie gedoen word ter illustrasie van die hulpverleningswerkwysse vir die verwerking van probleme. Die doel van die hulpverlening is om die kliënt te begelei tot die integrasie tot heelheid met inagneming van die kliënt se spirituele sienswysse.

'n Geskikte navorsingsprogram is onontbeerlik vir die doel van die studie, naamlik die bestudering van spirituele, filosofiese en psigologiese perspektiewe op menslike heelheid sodat 'n terapeutiese intervensiewerkwysse vir integrasie tot heelheid opgestel kan word. Die navorsingswerkwysse sal aan die hand van 'n teoretiese begronding toegelig word.

1.5 TEORETIESE BEGRONDING EN BEGRIPSVERKLARING

Vir die studie van spirituele, filosofiese en psigologiese perspektiewe op menslike heelheid, asook moontlike wyses waarop heelheid bereik en bevorder kan word, moet die navorsingswysse oor 'n geldige teoretiese begronding beskik. Die omvangryke uniekheid van menslike belewenisse genoodsaak 'n toepaslike navorsingsontwerp.

1.5.1 Teoretiese begronding van die navorsingsontwerp

Die navorsingsontwerp vir die noukeurige ondersoek van perspektiewe op heelheid en 'n moontlike hulpverleningswerkwysse ter bevordering van heelheid is onder meer gebaseer op Creswell (2009:5) se navorsingsplan. Volgens Creswell (2009:5) is die drie hoofkomponente waaroor die navorser van 'n navorsingsontwerp uitsluitel moet kry, (1) sy filosofiese wêreldbeskouing, (2) 'n uitgesoekte strategie vir noukeurige navorsing en (3) die navorsingsmetodes wat gebruik sal word. Die filosofiese wêreldbeskouing vir hierdie studie is die opbouende samelewingsiening, aangesien die navorsingsdoel toegespits is op persoonlike betekenisgewing en heelheid. Creswell (2009:8) verduidelik die opbouende samelewingsiening soos volg: "**Social constructivists** hold assumptions that individuals seek understanding of the world in which they live and

work. Individuals develop subjective meanings of their experiences – meanings directed toward certain objects or things”. Die strategie wat vir die noukeurige navorsing gekies is, is kwalitatiewe navorsing.

Die grondslag van ’n kwalitatiewe stellingname is die drang om sin te maak van die werklike lewensbelewensisse van die mens (Marecek, 2003:56). Aangesien kwalitatiewe navorsing volgens Creswell (2007:3) behoort te fokus op begrip van die fenomeen wat bestudeer word en hierdie studie handel oor die begrip menslike heelheid, word kwalitatiewe navorsing as die mees geskikte werkwyse beskou. Daarby kan kwalitatiewe navorsing beskou word as ’n groot sambreel waaronder ’n verskeidenheid werkwyse, woordeskate, tradisies asook preteoretiese aannames gehuisves word (Marecek, 2003:49 & 61).

’n Kwalitatiewe, net soos ’n kwantitatiewe werkwyse het as grondbeginsel vooropgestelde teorieë of denkbeelde oor begrippe wat bestudeer word (Marecek, 2003:54). Volgens Marecek (2003:54) is die kwalitatiewe werkwyse hoofsaaklik induktief en kwantitatiewe navorsing is oorwegend deduktief van aard. Die absolute verdeling van induktiewe kwalitatiewe en deduktiewe kwantitatiewe navorsing word egter nie deur Marecek onderskryf nie, daar sekere beplanningswyse deur beide modelle gebruik word. Camic, Rhodes en Yardley (2003:10) omskryf die verskille en die aanvullende aspekte van kwalitatiewe en kwantitatiewe navorsing aan die hand van ’n video en ’n kaart. Kwantitatiewe navorsing (’n kaart) is uiters waardevol aangesien die presiese posisie van ’n plek, sowel as die verband tussen hierdie en ander plekke noukeurig en met juistheid weergegee word. Ongeag die akkuraatheid van ’n kaart, is dit egter nie in staat om die omstandighede van die plek weer te gee nie. Kwalitatiewe navorsing (’n video) daarenteen, kan die veranderende omstandighede weergee. Die video is in staat om ook die subjektiewe beleving van die omstandighede ten dele weer te gee (Camic *et al.*, 2003:10). Omdat kwalitatiewe navorsing gedeeltelike toegang tot die subjektiewe perspektiewe van ander moontlik maak, leen dit hom tot navorsing van subjektiewe belewensisse en betekenisgewing (Camic *et al.*, 2003:10). Deur kwalitatiewe navorsingsmetodes kan unieke toegang tot mense se belewensswêreld verkry word. Hierdie betekenisgewing is van onskatbare waarde in die verstaan van menslike belewensisse (Camic *et al.*, 2003:13).

Die navorsingsontwerp vir hierdie studie van die mens se belewenis van heelheid se ondersoekstrategie of metodologiese benadering is dus kwalitatief van aard (Creswell, 2009:11). Kwalitatiewe navorsing is volgens Marecek (2003:49) meer omvattend as die blote gebruik van verskillende tegnieke vir die versameling van inligting. Om hierdie rede gebruik hy eerder die terme kwalitatiewe houding of posisie as kwalitatiewe metode. Die navorsingswyse waarvolgens heelheid nagevors sal word, is 'n gevallestudie aangesien hierdie werkwyse die navorser in staat stel om in diepte ondersoek te doen (kyk hoofstuk vier vir 'n volledige omskrywing van die navorsingsprogram).

Die uniekheid van elke mens se beleweniswêreld noodsaak 'n navorsingswyse waarmee subjektiewe belewenisse nagevors kan word. Ten einde reg te laat geskied aan navorsing oor menslike heelheid, asook verwerking van problematiese belewenisse, sal van kwalitatiewe navorsing en 'n gevallestudie gebruik gemaak word. Daar menswaardigheid en agting vir die persoon se unieke belewenisse en betekenisgewing te alle tye gerespekteer word, is etiek ook in navorsing noodsaaklik.

1.5.2 Etiese oorweginge en optrede

Die wyse waarop die navorser persoonlike inligting verstaan, interpreteer en sy bevindinge weergee, is 'n etiese sowel as 'n wetenskaplike probleem-area sonder 'n eenvoudige oplossing (Marecek, 2003:65). Die volledige omskrywing van die etiese aspekte betreffende die verkryging van inligting bekom vir hierdie studie, sal in hoofstuk vier gegee word. Die etiese norm vir hierdie studie is om noukeurige ondersoek te doen betreffende die verkryging van die essensie van menslike heelheid, asook om terselfdertyd erkenning aan elke persoon se menswaardigheid te gee.

1.5.3 Afbakening van die navorsingstudie

In die afbakening van 'n navorsingstudie met spirituele, filosofiese en psigologiese perspektiewe oor menslike heelheid is nodig dat etiese oorweginge ook in ag geneem word. Ten aansien van die filosofiese en in 'n mindere mate die spirituele perspektiewe, is die navorsing grootliks op 'n literatuurstudie gegrond. Vir die psigologiese perspektief word 'n literatuurstudie gebruik oor die teoretiese navorsing van terapeutiese werkswyses. Gebaseer op die teoretiese begronding sal 'n teoretiese raamwerk vir 'n

bemiddelingswerkplan omskryf en in die praktyk toegepas word, wat dan aan die hand van 'n gevallestudie met in agneming van etiese oorweginge, toegelig word.

1.5.4 Begripsverklaring

Hierdie gedeelte gee die verklarings van kernbegrippe wat gebruik word. Hierdeur kan die betekenis en funksie van elke term soos gebruik in die studie, duidelik omskryf word. Ofskoon daar in die studie na *hy*, *hom* of die manlike verwys word, word daardeur geensins geïmpliseer dat tussen die geslagte onderskei word nie. Deur slegs na een geslag te verwys, word die leesbaarheid van die studie vergemaklik. Aansluitend hierby is woorde of sinsnedes wat verbesonder is, in kursief gedruk. Wanneer daar aan 'n sekere woord of sinsnede 'n besondere betekenis geheg word, word dit met enkel aanhalingstekens in die studie aangedui.

1.5.4.1 Perspektief

"Perspektief" verwys na die vermoë om die verhouding tussen dinge, asook hulle belang tot mekaar te sien (HAT: Verklarende Handwoordeboek van die Afrikaanse Taal, 2000:845). Ofskoon 'perspektief' nie algemeen só gebruik word nie, is die betekenis volgens die HAT (2000:845) ook "vergesig" of "vooruitsig". The Concise Oxford Dictionary of Current English (1964:907) verduidelik perspektief soos volg: "... relation in which parts of subject are viewed by the mind; view, prospect". Volgens die Groot Woordeboek (1971:1016) kan "mind" vertaal word as: "siel, gees, gemoed, verstand, mening, gedagte". Perspektief verwys in hierdie studie na die onderlinge verhouding en belangrikheid van dinge tot mekaar, ook vanuit 'n geestelike, verstandelike en gemoedsgesigpunt; sowel as 'n vergesig of vooruitsig op 'n spirituele, filosofiese en psigologiese onderlinge verband.

1.5.4.2 Heelheid

Die woord "heel" hou verband met die woord "heil" wat vanuit die Middelnederlands ongeskonde, geheel en opreg omskryf; vanuit Oudhoogduits verwys dit na gesond of ongedeerd (Muller, 1997:98). Heelheid verwys na 'n toestand van herstel na kwetsing en/of verwonding, volledigheid, intaktheid, onverdeeldeheid en eenheid. Hierdie heelheid is omvattend en sluit die geestelike of spirituele, emosionele en fisieke gesondheid van die persoon in. Die volle menswees van in verhouding wees, asook morele en sosiale

aktiwiteite, word hierdeur geraak (The Concise Oxford Dictionary of Current English, 1964:1491; The Oxford English Dictionary, Vol XII, 1961:88-89; HAT, 2000:367; WAT: Woordeboek van die Afrikaanse Taal, Vierde Deel H – I, 1972:122-123)

Vanuit 'n Joodse gesigspunt verwys die woorde *sjalom* en *tikkoen olam* ook na heelheid. Wikipedia (2008) beskryf *sjalom* as: "Shalom is a Hebrew word meaning peace ... Nothing missing, nothing broken, wellbeing, and complete". Die woord *tikkoen* (Engels *Tikkun*) word deur Google Web gedefinieer as: "... in ways of life, improving a regime or causing it to become more satisfactory to the soul".

Tikkoen is 'n Judaïstiese begrip: "It symbolizes the combined forces of healing, repair, transformation and completion" (Schleifer & Associates, 2007).

Heelheid verwys ook na 'n gedaanteverandering, herstel, individuele keusevermoë en betekenisgewing wat aan 'n persoon die vryheid gee om sy unieke persoonsmoontlikhede ten volle te verwesenlik. Vir die doeleindes van hierdie studie verwys heelheid na 'n geïntegreerde en onafhanklike persoon met 'n innerlike welstand en sekere wete van wat 'vir my waar en reg is', of optimale funksionering by die mens. Derhalwe beleef die mens dat hy die negatiewe emosionele betekenis wat hy aan gebeurtenisse in sy verlede verleen het en wat steeds 'n beperking op hom as mens uitoefen, verwerk het en dat die bande van 'nie in staat tot nie' verbreek is. Hierdeur is die mens 'vry', 'in staat tot' en 'heel'.

1.5.4.3 Intervensiemodel

Intervensiemodel verwys na die teoretiese raamwerk vir die ontwerp van die werkplan waarvolgens die bemiddelingshandeling aangepak word. Die woord "intervensie" word omskryf as: tussenbeide kom, 'n handeling van bemiddeling, ingryping, tussenkoms, toetrede, bemoeienis maak of inmeng ten einde die verloop en uitkoms van intervensie te beïnvloed en 'n verreikende uitwerking te hê (The Concise Oxford Dictionary of Current English, 1964:637; Groot Woordeboek, 1971:957; HAT, 2000:77, 444, 469 & 1185; WAT, Vierde deel H-I, 1972:656).

"Model" verwys na 'n vorm, 'n ontwerp, 'n model wat kan werk (Groot Woordeboek,

1971:1021), 'n voorbeeld van die maak van iets of 'n "teoretiese raamwerk vir wetenskapsbeoefening" (HAT, 2000:711) en 'n beskrywing of uiteensetting van of aanname ten opsigte van 'n bepaalde proses (WAT, Tiende deel M, 1996:451).

Die term 'intervensiemodel' verwys in hierdie studie na die uitvloeisel van 'n soeke waardeur bemoeienis wat op 'n terapeutiese wyse gemaak is, persoonsheelheid as uitkoms het. Die bemiddelingswerkplan berus op 'n teoretiese begronding van 'n terapeutiese werkwyse waardeur bemoeienis gemaak word ten einde persoonlike heelheid te verkry.

1.5.4.4 Terapeutiese werkwyse

Die term "terapeuties" is afgelei van die Latynse woord *therapeutica* wat omskryf word as "the art of healing" (The Oxford English Dictionary, Vol. XI 1961:280). Terapie is die verrigting van 'n daad of optrede gedurende 'n behandeling waardeur die persoon in staat gestel word om heling te kan beleef (HAT, 2000:1150).

1.6 NAVORSINGSONTWERP

Die navorsingsontwerp van die studie vloei voort uit die afbakening en begripsverklaringe van spirituele, filosofiese en psigologiese perspektiewe oor heelheid en die beoogde intervensiemodel. Die navorsingsontwerp word volledig in hoofstuk vier omskryf. Die grondslag van die navorsingsontwerp is die fenomeen wat bestudeer word (Creswell, 2007:3) asook 'n deeglike en sistematiese werkwyse met die oog op kennisuitbreiding (Landman, 1980:2) en praktykverbetering. In hierdie studie word 'n inleidende planmatige literatuurstudie gebruik om die navorsingsvraag te omraam, waarna kwalitatiewe navorsing uitgevoer sal word.

1.6.1 Literatuurstudie

'n Goeie literatuurstudie is 'n fundamentele deel van die navorsingsontwerp en stel die navorser in staat om op die voorpunt van navorsing te kom (Henning, Van Rensburg & Smit, 2004:27; Landman, 1980:33). Met behulp van 'n verkennende literatuurstudie (Creswell, 2009:26) aan die hand van 'n akademies gefundeerde mensbeskouing, word die menslike soeke na heelheid dus vanuit 'n spirituele, filosofiese en psigologiese perspektief nagevors. Die spirituele en psigologiese perspektiewe sal met die

kronologiese filosofiese perspektiewe geïntegreer word. Die standaard bronne wat vir 'n literatuurstudie gebruik word, is gepubliseerde boeke, vaktydskrifte, Internet verwysings, asook algemene tydskrifte en is ook in hierdie studie gebruik. Die navorsingsdoel van die literatuurstudie is die evaluering en verkryging van 'n breë en betekenisvolle kennisbasis (Creswell, 2009:26-27) oor menslike heelheid vanuit 'n spirituele, filosofiese en psigologiese perspektief, sowel as die integrasie daarvan in 'n persoonsperspektief. Aanvullend hierby is verskeie terapeutiese modelle en werkwyses nagevors met die oog op 'n moontlike terapeutiese intervensieprogram vir die verkryging of bevordering van menslike heelheid.

In hoofstukke twee en drie in die besonder word gebruik gemaak van primêre bronne, vertalings waar nodig en oerbronne sowel as resente bronne om sodoende 'n breër perspektief te verkry en daarby ook klemverskuiwinge in sieninge waar te neem. Die algemene beginsel van die publikasiedatum van bronne, naamlik dat liefs nie van publikasies ouer as vyf jaar gebruik gemaak word nie, was nie nageset in hierdie studie gevolg nie. Die rede hiervoor is dat die soeke na heelheid 'n oerverskynsel is; deur die perspektief van die skrywer in sy tydvak te bestudeer, kan klemverskuiwinge asook ooreenkomste duideliker na vore tree. Ten opsigte van ouer bronne redeneer Midgley (1992:180): "The temptation to assume so is naturally strong in academic areas where only the latest papers are read, and an article three years old is assumed to be useless. But in many central departments of human life this system of planned obsolescence does not work, because the essential problems are timeless". Ten aansien van die spirituele, filosofiese en psigologiese perspektiewe dek die literatuurstudie dus 'n breë tydraamwerk wat oerbronne sowel as meer onlangse publikasies insluit. In die literatuurstudie van hierdie navorsing sal spesiale aandag gegee word, veral ten aansien van die terapeutiese werkwyses aan publikasies deur die pioniers en baanbrekers in bepaalde terapeutiese werkwyses, asook van bydraes deur gesaghebbendes op die gebied.

Die literatuurstudie sal ook lig werp op navorsingsmoontlikhede vir 'n meer doelgerigte navorsingswyse gebaseer op kwalitatiewe navorsingswerkwyses.

1.6.2 Kwalitatiewe navorsingstrategie

Kwalitatiewe navorsing vereis volgens Camic *et al.* (2003:11) die inagneming van velerlei gesigspunte van 'n gebeurtenis ten einde 'n holistiese ontleding van betekenis te maak. Omdat elke mens se belewenisse, verhoudinge en sienswyse eiesoortig is, is die wyse waarop gebeurtenisse vergestalt word, uniek vir elkeen (Camic *et al.*, 2003:11). Aansluitend hierby is daar erkenning en waardering vir elke persoon wat deel vorm van die navorsingsontwerp se onderskeie verhoudinge met ander persone, asook die groter gemeenskap waarvan hulle deel is.

Kwalitatiewe navorsing leen hom daartoe om aan die hand van gevallestudies die eiesoortige verwesenliking vanuit daardie persoon se perspektief van heelheid na te vors. 'n Gevallestudie uit 'n algemene praktyk word as navorsingsmateriaal gebruik, aangesien hierdie navorsing oor die werklikheidsgebeure in die daaglikse lewe van mense handel.

Die navorsingsmateriaal sluit die inname-onderhoud en terapeutiese intervensie in, asook gesprekke voortspuitende uit die lewenspraktyk en terapeutiese inhoud, met die klem op deurlopende waarneming van die kliënt. Bykomende inligting oor die navorsingspraktyk word in hoofstuk vier gegee. Aanvullend hierby is die navorsing van 'n terapeutiese intervensiemodel, met as uitkoms menslike heelheid, die wyse waarop die navorsing in hierdie studie gebaseer is.

Hierdie studie is onderneem vanuit 'n Christelike perspektief waarin 'n nuwe bestaansreg verleen word aan die heilige, die Goddelike, met die klem op spiritualiteit pleks van religie. Die kwantumfisika bevestig op 'n meetbare vlak dat 'n verskynsel, afhangende die uitgangspunt of perspektief, op meer as een wyse waargeneem kan word (Spear & Spear, 1996:127), asook dat alles deel van 'n geheel is (Bohm, 1997:7). Die inkorporering van 'n kwantumfisiese uitgangspunt in hierdie studie stel die navorser in staat om spirituele, filosofiese en psigologiese perspektiewe te integreer en daardeur die aard van menslike heelheid na te vors, asook om 'n moontlike intervensiemodel vir hulpverlening wat die aard van menslike heelheid aanspreek, daar te stel.

1.7 PROGRAM VAN ONDERSOEK

In hoofstuk een is die inleiding tot die studie betreffende menslike heelheid vanuit 'n spirituele, filosofiese en psigologiese perspektief weergegee. Die mens se soeke na vervulling, asook die opheffing van die beperkende invloed van onverwerkte negatiewe belewenisse op die persoon se selfverwesenliking en heelheid, is uitgewys. Die ondersoek van die probleem en probleemstelling, naamlik spirituele, filosofiese en psigologiese perspektiewe op die aard van menslike heelheid, asook 'n geskikte terapeutiese intervensiewerkwyse wat menslike heelheid aanspreek, is omskryf. Die doel van die navorsing is 'n studie van perspektiewe op menslike heelheid, sowel as die intervensiewerkwyse ter bevordering van menslike heelheid in die praktyk. Die riglyne vir die teoretiese begroning en afbakening van die navorsingsontwerp, bestaande uit 'n literatuurstudie en kwalitatiewe navorsing is kortliks uiteengesit.

In hoofstuk twee word 'n literatuurstudie oor die spirituele, filosofiese en psigologiese perspektiewe op uitgesonderde wesenskenmerke van die mens en sy soeke na heelheid gedoen. Die literatuurstudie sal gebruik word om die mens te bestudeer vanuit 'n mensbeskouing waarin die mens as spirituele wese uniek en met 'n spesiale doel as verhoudingswese die sinvolheid van die lewe verken. Daarby het die mens ook 'n eie wil, is in staat om keuses uit te oefen en dra die verantwoordelikheid vir die keuses wat hy in sy soeke na heelheid uitoefen. Die genoemde fasette van menslike heelheid is ook die riglyne vir die daarstelling van 'n geskikte intervensiewerkwyse vir die aanspreek van menslike heelheid.

In hoofstuk drie word moontlik toepaslike terapeutiese werkwyses wat in ooreenstemming met die riglyne van perspektiewe op menslike heelheid wat in die studie geïdentifiseer is, bestudeer.

In hoofstuk vier word die navorsingsontwerp en die werkwyse wat gevolg word, volledig omskryf.

In hoofstuk vyf word die teoretiese begroning van die terapeutiese werkwyse van heelheidsterapie breedvoerig omskryf. Aansluitend daarby word die verwerking van die verkreeë versamelde data van die beskryfde gevallestudie se terapeutiese intervensie ter

verwesenliking van 'n gevoel van heelheid omskryf.

In hoofstuk ses word die studie saamgevat en die verband tussen en die toepaslikheid van die literatuurstudie en gevallestudie toegelig. Aanbevelings ten aansien van toepaslikheid en gebruik van die intervensiewerkswyse sal gemaak word. Die bevindinge word omskryf en die nodige aanbevelinge gedoen.

1.8 SAMEVATTING

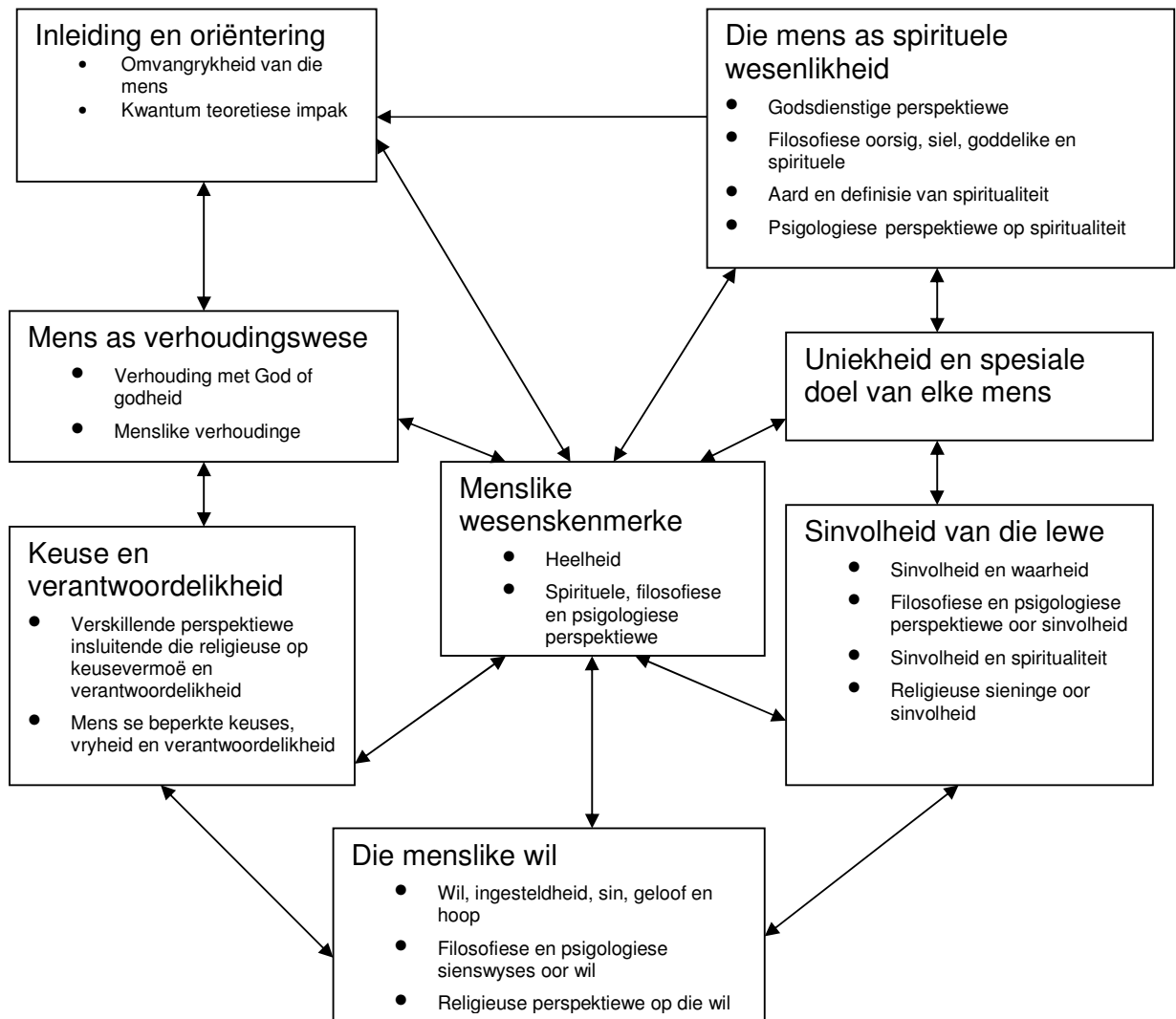
In hierdie hoofstuk is 'n oorsig oor die voorgenome studie gegee. Die inleiding is gebruik om 'n agtergrond te gee van die soeke van die mens, asook die navorser se eie soeke na antwoorde op lewensvrae en die versugting na heelheid. Die problematiese aspekte van hierdie eiesoortige vervulling van heelheid, gepaard met die gewaarwording van die probleem, was die motivering vir die verdere ondersoek van die mens se versugting na heelheid. Hierna is die probleem meer direk aangespreek deur die formulering van die navorsingsvraag, naamlik die kernaspekte van 'n terapeutiese intervensiewerkplan ter bevordering van heelheid. Voortvloeiend uit die probleemstelling is die doel van die studie gestel, asook inligting gegee ten aansien van teoretiese begroding, die afbakening van die studie en volg 'n begripsverklaring waarin die begrip heelheid omvattend omskryf is. Die navorsingsprogram, waarvolgens die geïdentifiseerde probleme wat die mens in sy soeke na heelheid beleef bestudeer gaan word, is kortliks gestel.

Die begrip heelheid is omvangryk, met verskeie perspektiewe daarop. Die belangrike spirituele, filosofiese en psigologiese perspektiewe op die mens se soeke na heelheid, word aan die hand van 'n literatuurstudie in die volgende hoofstuk toegelig.

HOOFSTUK 2

SPIRITUELE, FILOSOFIESE EN PSIGOLOGIESE PERSPEKTIEWE OP MENSLIKE SOEKE NA HEELHEID

Die uitgesonderde wesenskenmerke van die mens aan die hand waarvan sy soeke na heelheid vanuit 'n spirituele, filosofiese en psigologiese perspektief omskryf is, word in figuur 2.1 diagrammaties weergegee.



Figuur 2.1 Spirituele, filosofiese en psigologiese perspektiewe op uitgesonderde wesenskenmerke van die mens

2.1 INLEIDING

Die menslike soeke na heelheid word in hierdie hoofstuk vanuit 'n spirituele, filosofiese en psigologiese perspektief omskryf. Om die verskillende gesigspunte se invloed, belangrikheid en noodwendigheid vir menslike heelheid te bestudeer, is belangrike wesenskenmerke van die mens as uitgangspunt geneem. Vir menslike heelheid is die essensie van die mens wat uitgesonder is, die mens as spirituele wese, asook die uniekheid en spesiale doel van elke mens. Aanvullend hierby is die sinvolheid van die mens se lewe, die menslike wil, keusevermoë en verantwoordelikheid vir sy eie lewe, sowel as die verhoudinge waarin die mens betrokke is, in ag geneem. Met hierdie wesenskenmerke van die mens as basis, sal menslike heelheid vanuit 'n spirituele, filosofiese en psigologiese perspektief bestudeer word.

2.2 ORIËTERING

Die soeke na menslike heelheid, met spesiale verwysing na die spirituele, filosofiese en psigologiese perspektiewe, kan weens die omvang daarvan nie ten volle binne 'n enkele teoretiese benadering omskryf word nie. Omdat die aard van 'n mens meer uitgebreid, onberekenbaar en interverweef is, is die navorser van mening dat menswees waarskynlik grootliks aan die hand van die kwantum-teorie omskryf kan word. Vanuit die kwantum-teorie kan die objek wat waargeneem word vanuit 'n sekere perspektief as 'n partikel beskou word. Vanuit 'n ander perspektief kan dieselfde objek as 'n golf, of selfs as albei saam, omskryf word (Bohm, 1997:128). Bohm (1997:7-8) redeneer dat die mens se velerlei denkwyses gesien behoort te word as verskillende invalshoeke op een werklikheid; elkeen met 'n sekere domein wat duidelik en omvattend is. Die omvangrykheid van elke mens se karakter en hoedanighede bring mee dat bepaalde fasette onder spesiale lewensomstandighede sterk ontwikkel en na vore kom, terwyl ander fasette in ander omstandighede ontwikkel. In die mens se strewe na persoonlike heelheid mag 'n sekere aspek of aspekte besonder sterk ontwikkel en na vore kom. In hierdie studie van die mens se soeke na heelheid word die spirituele, filosofiese en psigologiese perspektiewe uitgelig en bepaalde aspekte in 'n spesifieke gedeelte of gedeeltes sterker beklemtoon as die ander. Hierdeur word geïmpliseer dat daar 'n rangorde tussen genoemde aspekte is of dat sekere aspekte onderafdelings van die mens is nie. Die mens in sy soeke na heelheid word as 'n onverdeelbare wese in totaliteit gesien en bestudeer.

Die spirituele, filosofiese en psigologiese perspektiewe word in hierdie studie tegelyk as aanvullend tot mekaar, interverweef en onafhanklik van mekaar beskou; maar al drie vorm 'n integrale deel van menslike heelheid. Omdat die verskillende perspektiewe elders in die hoofstuk meer volledig bestudeer word, volg hier slegs 'n bondige begripsomskrywing. In die *spirituele* is die klem op die onsigbare geestelike (HAT, 2000:1056) en by die *filosofie* word daar gefokus op die totale menslike kengegewens en betekenis van die lewe (HAT, 2000:223). Die *psigologie* behels die studie van die mens se innerlike, gees en sielkunde (HAT, 2000:880). Die verwantskap van die perspektiewe word onder andere aan die hand van die begrip “lewenskuns” omskryf. Lewenskuns vanuit 'n filosofiese perspektief vereis dat elke faset van die persoon se bestaan sy lewenswyse ten toon stel (Hadot, 1995:21). Aansluitend hierby beweer Tarnas (1996:43): “Through the labor of philosophical recollection, the human mind can bring to birth the divine wisdom that was its former possession”.

Die stelling in die Bybel dat die mens nie ten volle kan ken nie, maar slegs ten dele (I Kor 13:12, Die Bybel (Naslaan) 2004:212) mag beteken dat die mens homself ook nie ten volle kan ken nie, ofskoon hy steeds soekend daarna streef. Hierdie soeke word ook in die Bybelse skeppingsverhaal duidelik uitgebeeld. Selfs in die paradys, die tuin van Eden, lei Eva en Adam se soeke hulle na die vrug “... van die boom van die kennis van goed en kwaad” (Gen 2:17, Die Bybel (Naslaan), 2004:6). Vandag, eeue later, is die mens steeds soekend na die begeerde kennis van wat goed en reg is vir die verwesenliking van sy persoonsmoontlikhede op spirituele, filosofiese en psigiese vlak, om sodoende gevoelens van vervulling, genoegsaamheid en heelheid in homself te beleef. Hierdie studie is deel van dié soeke, maar meer spesifiek die navorser se eie soeke na 'n hulpverleningswerkwyse waardeur kliënte begelei en in staat gestel word om heelheid te kan beleef.

2.3 DIE MENS AS SPIRITUELE WESE

Die spirituele perspektief kan weens sy raakvlakke met die filosofiese en psigologiese perspektiewe as die kernperspektief oor menslike heelheid in hierdie studie beskou word. Spiritualiteit sal vanuit godsdienstige perspektiewe as 'n integrale deel van die menslike wese toegelig word. Aansluitend hierby gaan 'n breë filosofiese studie van die

rol van spiritualiteit gedoen word. Daar sal ook 'n beskrywing gegee word van die huidige klem wat vanuit 'n psigologiese en 'n omvattende welstandsperspektief op spiritualiteit geplaas is.

2.3.1 Inleidende oriëntering betreffende die mens as spirituele wese

In die navorsing oor die betekenis verleen aan die grondwoord vir die afleiding van die begrip 'spiritueel', is verskeie invalshoeke gebruik om 'n greep op die omvangryke betekenisgewing daarvan te kry. Die grondwoord waaruit 'spiritueel' afgelei is, naamlik die Latynse woord "spiritus", word met: "breath, spirit, soul" in Engels en "asem, gees, siel" in Afrikaans vertaal (Concise Oxford Dictionary of Current English, 1964:1236; Groot Woordeboek, 1971: 739, 1199 & 1195). Daarby kan "soul" ook beskryf word as: "The principle of thought and action in man, commonly regarded as an entity distinct from the body; the spiritual part of man in contrast to the purely physical"; asook "The seat of the emotions, feelings, or sentiments; the emotional part of man's nature" (Oxford English Dictionary, 1961:460-461). 'n Verdere verklaring van "gees" kan wees die "... onstofflike element in die mens wat hom 'n denkende, voelende, willende wese maak" en van "siel", die "... onstofflike deel van die mens, setel van die gevoel, die wil en die gedagte; lewende beginsel van Goddelike oorsprong wat as onsterflik beskou word" (HAT, 2000: 258 & 974). "Gees" kan ook verwys na 'n "Omvattende benaming vir psigiese inhoud en prosesse; groot geheel van alle bewuste en onderbewuste prosesse en verskynsels" (WAT, 1972:80). Chiu (2000: 30) konstateer: "The Greek and Hebrew words for spirit also stem from the root that means 'wind', referring to the breath". Die Chinese woord *ch'i* kan met "air, vapor, breath, ether energy" vertaal word (Schumacher & Woerner, 1999:69). Volgens taoïsme verwys *ch'i* na "... the vital energy, the life force, the cosmic spirit that pervades and enlivens all things and is therefore synonymous with primordial energy" (Schumacher & Woerner, 1999:69). In die Weste is taoïsme 'n kollektiewe bewoording wat na twee wesenlik verskillende beweginge verwys. In China word onderskei tussen filosofiese taoïsme en religieuse taoïsme (Schumacher & Woerner, 1999:360). Bykomend tot die kosmiese energie verwys *ch'i* ook na asem en die lug wat ons in- en uitasem (Schumacher & Woerner, 1999:69). Die verskillende sienswyses oor die siel of gees sal vervolgens vanuit 'n godsdienstige invalshoek toegelig word.

2.3.2 Godsdienstige perspektiewe op die menslike siel

Die mens as 'n spirituele wese is 'n samestelling van 'n stoflike sowel as 'n onstofflike komponent wat in verskillende godsdienstige geskrifte soos volg omskryf word:

“ ... en die Here God het die mens geformeer uit die stof van die aarde en in sy neus die asem van die lewe geblaas. So het dan die mens 'n lewende siel geword” (Gen 2:7, Die Bybel (Naslaan), 2004:6).

“When I have fashioned him (In due proportion) and breathed Into him of My spirit” (S.xv:29, The Holy Qur'an, 1993:643).

“... man indeed is a creation of God Himself” Aitareya Upaniṣad (I. ii. 3); “In man indeed is the soul first conceived” (Aitareya Upaniṣad, II.i. 1; Eight Upaniṣads Vol. Two, 1986:30 & 56).

Die direkte aanhalings uit geskrifte wat as heilige geskrifte beskou word, toon die onderliggende ooreenkomste tussen verskillende godsdienstige geskrifte aan. Die siel of gees, die onstofflike deel van die mens, is onsterflik, maar die mens se stoflike gedeelte of liggaam is sterflik. In Pred 12:7 (Die Bybel (Naslaan), 2004:696) word gestel dat: “ ... die stof na die aarde terugkeer soos dit gewees het en die gees na God terugkeer wat dit gegee het”. Hierdie onsterflike deel, die siel, wat die tydelikheid van bestaan transendeer, die spirituele, is die essensie, die kern en die middelpunt van die emosionele en morele deel van die mens (kyk na rangorde van belangrikheid volgens mediese hipnoanalitiese model; 3.2.3.2.1) (Rogers & Dantley, 2001:590-591). Die siel sal voorts vanuit 'n filosofiese perspektief bestudeer word.

2.3.3 Filosofiese oorsig van die mens, spiritualiteit en die goddelike

Die belangrike invloed van die siel, wat dui op die spirituele in die mens se lewe, het 'n eeu-oue besinning oor die vorm, werking en rol daarvan tot gevolg gehad. In die Westerse beskawing het die filosowe die aanvanklike baanbrekerswerk oor die invloed van die siel en die goddelike in die mens se lewe gedoen, waarna die verskillende religieuse perspektiewe ook 'n belangrike bydrae gelewer het. Die volgende filosowe se denkwyses sal aangeraak word in die soeke na die dinge wat tot voordeel van die siel en die goddelike is naamlik: Sokrates, Plato, Aristoteles en Descartes.

2.3.3.1 Sokrates se siening van die siel

Volgens die Westerse filosofie is die begrip siel sover bekend, deur Sokrates (469–399 v.C.) geskep (Matson, 1987:79; Taylor, 1951:139). Die siel, die deel wat binne ons is (Taylor, 1951:141), moet volgens Sokrates onderskei word van die liggaam en is daar om die liggaam as instrument te gebruik net soos 'n werker gereedskap gebruik (Guthrie, 1971:149; Jordan, 1987:73). Die funksie van die siel is volgens Sokrates om te weet, om kennis te hê van goed en kwaad en 'n mens se lewe só te lei dat die kwaad vermy en die goeie bewerkstellig word (Taylor, 1951:146-147).

Die mens se innerlike spirituele wese (bestaan) of die siel was die primêre uitgangspunt van Sokrates se filosofiese denkwys (McLean & Aspell, 1970:85). Volgens Sokrates beskik 'n persoon oor kennis van wat deugsam is en 'n mens doen die eerbare daad om die beswil van die siel en nie vir die gode, ander persone of owerhede nie (Drake, 1959:22-23; Magee, 1998:23-24). Hierdie kontinue soeke na 'n grondige kennis van wat eerbaar vir die self is, wat tot voordeel van die siel sal wees en waardeur die persoon uit innerlike oortuiging doen wat goed en reg is, kan 'n strewe na heelheid genoem word.

Omdat Sokrates geen oorspronklike geskifte nagelaat het nie (Kitto, 1975:36), word hy veral aan die hand van die geskifte van Plato, sy student, bestudeer (Jordan, 1987:61; Matson, 1987:75; May, 2000:9; Tarnas, 1996:31; Taylor, 1951:10). Om hierdie rede word daar dikwels in die literatuur saam na Sokrates en Plato verwys.

2.3.3.2 Plato se siening oor die goddelike, die siel en die liggaam

Die goddelike is volgens Plato in die tradisionele Griekse openbare godsdiens sowel as in die filosofiese pad wat die mens bewandel. Die verkryging van kennis van die mens se eie goddelike onsterflikheid is deur filosofiese besinning oor lig, waarheid en deug. Met hierdie denkwys beweeg Plato meer na die mistiese godsdienste, waar insig deur volgehoue intellektuele en morele inspanning verkry word (Tarnas, 1996:42-43). Volgens Plato, wat net soos Pythagoras in reïnkarnasie geglo het, is die "Ideale Vorm" goddelik, volmaak en heel. Die invloed van Pythagoras se denke op Plato word weerspieël in sy siening dat die filosofie die weg is waardeur verligte insig en eenwording met die goddelike verkry kan word. Deur die siel se ontmoeting met ewige

idees kan die siel sy eie ewigheid openbaar (Magee, 1998:29; Tarnas, 1996:42-43). Daarby huldig Plato 'n sterk oortuiging dat die siel apart van die liggaam is en die liggaam verlaat wanneer die persoon sterf (Drake, 1959:321; Flew, 1973:69; Hamilton & Cairns, 1987:839).

Volgens Plato is die siel op sigself 'n eenheid; maar wanneer die siel in verhouding tot die liggaam staan, vorm die twee saam 'n netwerk van verwante dele of elemente wat elkeen met sy unieke karakteristiek 'n geheel vorm. Plato onderskei drie elemente wat in die *Republiek* beskryf word. Eerstens is daar die verstandelike of rasonele gedeelte. Hierteenoor is daar 'n ander gedeelte wat liggaamlike behoeftes bevredig, die aptyt of ook die irrasionele genoem. Die derde element is die verhewe geestelike gedeelte of helper, wat 'n begeerte na selfrespek en respek van ander insluit (Hamilton & Cairns, 1987:681-683; Jordan, 1987:100-101; Matson, 1987:106).

Vanuit 'n Platoniese perspektief, is nodig dat elkeen van die bogenoemde elemente van die siel in verhouding tot die liggaam sy funksie of doel ten volle vervul in onderlinge respek en geregtigheid. Hierdeur kan elke element, naamlik die rasoneel veranderlike, die irrasioneel liggaamlike en die verhewe geestelike, sy doel eerlik en onpartydig vervul. Sodoende word die mens in diens van die siel onderrig aangaande die goddelike en die siel se ewigheid en kan die kontak met sy wesenlikheid herstel word (Jordan, 1987:102; Matson, 1987:106; Tarnas, 1996:43). Deur hierdie innerlike proses: " ... a process through which truth is not introduced into the mind from without, but is 'led out' from within" (Tarnas, 1996:43) kan: " ... the soul as a whole achieves excellence" (Jordan, 1987:102) en word die mens in staat gestel om heelheid te beleef.

2.3.3.3 Aristoteles se siening van die verwantskap tussen die siel en die liggaam

Volgens Edel (1982:89) het Aristoteles (384–322 v.C.) besin oor die kern, die innerlike en die essensiële van wat in die wêreld bestaan. Vir Aristoteles was 'n entiteit nie net materie of die samestelling van stowwe nie, maar was die struktuur en vorm 'n integrale deel daarvan (Magee, 1998:35). Die vorm en struktuur, nie die materie nie, bepaal die wese van die objek. Die vorm as die formele, verwys na die wyse waarop die materie gebruik en omvorm is om die finale doel te bereik en omvat die uiteindelijke rede vir bestaan, naamlik: Wat is die doel van die vorm? Waarvoor kan 'n mens die vorm

gebruik? (Edel, 1982:61-62; Magee, 1998:36).

Materie is volgens Aristoteles nie net die essensiële nie, maar 'n intelligente struktuur of vorm (*eidos*) ingelyf in die materie (Tarnas, 1996:57). Hierdie vorm is nie staties nie (Tarnas, 1996:57), maar is 'n handeling, iets wat gedoen is (McLean & Aspell, 1970:176). Die siel is volgens Aristoteles die vorm van die persoon, net soos die liggaam die materie van die persoon is (Hartman, 1977:98). Vervolgens kan 'n mens aanneem dat 'n persoon 'n vorm of siel is, met 'n liggaam of materie (Hartman, 1977:98). Die vorm as sodanig bestaan egter nie onafhanklik nie, aangesien die vorm nie 'n wese is nie, terwyl 'n wese deur die vorm bestaan (Tarnas, 1996:62). In beginsel is die siel volgens Aristoteles die belangrikste in die lewe (Flew, 1973:72). Die siel is die essensiële, as definieerbare vorm (Flew, 1973:77). Aangesien die siel nie oor massa beskik nie, is dit nie deel van die liggaam nie, maar wel betrokke by die liggaam as die aktualiteit van die liggaam (Flew, 1973:79).

Om 'n mens aan die filosofie te wy, was volgens Aristoteles die keuse van 'n lewenswyse waardeur die mens sy unieke persoonsvermoëns die beste kan realiseer. Filosofie was vir hom 'n eienskap van die bewussyn, die gevolg van 'n innerlike gedaanteverwisseling. 'n Lewe van bepeinsing is die realisering van algehele geluk (Hadot, 1995:29). Volgens Aristoteles is deugsaamheid 'n rasonele keuse in 'n werklike situasie waar deug die vermoë is om die goue middeweg tussen die twee uiterstes te kies en 'n gebalanseerde lewe te lei (Edel, 1982:270; Guthrie, 1981:353-354; Magee, 1998:38; Tarnas, 1996:67). Só is dapperheid die middeweg tussen lafhartigheid en roekeloosheid (Magee, 1998:38; Tarnas, 1996:67). Die persoon wat die middeweg kies, is goed en wys en sal met waardigheid optree onder alle omstandighede, hoe moeilik ook al vir hom. Só 'n persoon is iemand wat ontwikkel het tot 'n volwassenheid waarin sy moontlikhede ten volle geaktualiseer is en waardeur hy geluk gevind het (Nichomacheon Ethics, 1098a:15 & 1101a:1; vertaal deur Ostwald, 1962:17 & 26; Ross, 1980:13 & 21; Magee, 1998:38; Tarnas, 1996:58) en heelheid kan beleef.

2.3.3.4 Descartes se strewe na kennis, rasionalisme, siel en liggaam

Descartes (1596–1650) word dikwels die vader van die filosofie of eerste moderne filosoof genoem (Cottingham, 1992:2; Magee, 1998:89; Needham, 1981:11; Russell,

1975:542), wat ook verantwoordelik was vir die geboorte van die rasionalisme (Magee, 1998:88). Met sy definiërende stellingname oor die moderne self, word hy as die grondlegger van filosofiese denke op die Europese vasteland gereken (Tarnas, 1996:275). Descartes het hom ten doel gestel om 'n onweerlegbare basis vir kennis te kry. Vir hom was die eerste stap om alles in sy Jesuïtiese onderrig en latere regstudie te bevraagteken. Hierdeur kon hy alle vorige verwarrende en foutiewe aannames wegvee en sodoende slegs die onbetwyfelbare waarheid isoleer (Russel, 1975:547; Tarnas, 1996:276). Needham (1981:9) redeneer dat Descartes iets wou vind wat immuun was teen enige skeptiese argument en wat hy onteenseglik weet, die waarheid is. Vir Descartes was 'n metodiese werkwyse uiters belangrik om die onontdekte, onderskeidende denkkroetes van wat *die waarheid* en wat *onwaar* is, suksesvol te bestudeer (Haldane & Ross, 1955:9). Hierdie metode moes uit spesifieke, eenvoudige reëls bestaan, sodat 'n persoon die onbetwyfelbare waarheid akkuraat kon waarneem. Hy sou dan nooit 'n valsheid vir die waarheid aansien of sy intellektuele vermoëns verkwis nie, maar geleidelik sy kennis verbreed totdat hy wat binne sy vermoë is, waarlik kon verstaan (Haldane & Ross, 1955:9).

Volgens Descartes moet met kennisname van feite slegs twee aspekte in berekening gebring word, naamlik die mens wat ken en die objek wat geken moet word. Hiervolgens beskik die mens net oor vier vermoëns wat die mens vir hierdie doel kan aanwend, naamlik begrip, verbeelding, waarneming en geheue. Op sigself is die begrip inderdaad in staat om die waarheid waar te neem, maar die waarheid moet ook deur verbeelding, insig en geheue aangevul word. Hierdeur kan die mens verseker wees dat hy nie per ongeluk enige hulpmiddel wat binne sy vermoë is, uitsluit nie (Haldane & Ross, 1955:35). Hierdie soeke na sekerheid oor wat die waarheid is, kan gesien word as Descartes se strewe na heelheid.

Die eerste beginsel van alle kennis is volgens Descartes bepeinsing (bewustheid) of *cogito*. Daarby word 'n bepaalde rangorde in die wêreld sigbaar. Met die mens se sekerheid van sy bestaan, word sy onafhanklikheid van die eksterne wêreld duidelik (Cottingham, 1992:7-8; Needham, 1981:9-10; Tarnas, 1996:277). Wat die mens as binne-in hom waarneem, die *res cogitans*, is die aspek wat kan dink, subjektief kan beleef en oor bewussyn en spiritualiteit beskik (Haldane & Ross, 1955:151). Die *res cogitans* verskil wesenlik van die *res extensa*, waarvan hierdie aspekte verwyder en

daarbuite is, naamlik die objektiewe wêreld, die fisieke liggaam, plante, diere, klippe, sterre, die heelal. Slegs in die mens kom hierdie twee realiteite van bewussyn en liggaam, gesamentlik voor (Tarnas, 1996:277-278).

Hierin vind Descartes se dualisme uiting, naamlik 'n siel en 'n liggaam (Cottingham, 1992:10; Haldane & Ross, 1955:151; Tarnas, 1996:278). Needham (1981:10) verklaar die volgende: "... and so we have the famous Cartesian dualism of mind and body: I have a mind which is associated with a body, but the two are of essentially different natures. The essence of mind is thought; the essence of body is spatial extension". Eerste is die siel of gees, ook gesien as die spirituele of die menslike bewussyn, wat 'n duidelike deel van die denker is. Die siel is sonderling, subtiel en soos die wind (Haldane & Ross, 1955:151); dit beskik oor gewaarwording en is geneig tot variasie en foute. Die verbeelding is die slagoffer van fantasie en verwringing en die emosie wat ontoepaslik vir rasonale begrip kan wees (Haldane & Ross, 1955:151; Tarnas, 1996:278). Die liggaam daarenteen, in kontras met die siel, is sonder subjektiewe gewaarwording, 'n doel of besieling (Tarnas, 1996:278). Verder bestaan die liggaam uit verskillende liggaamsdele, wat op verskillende wyses kan beweeg en deur aanraking, visie, gehoor, smaak of reuk asook deur gevoel en denke, waargeneem kan word (Haldane & Ross, 1955:151).

In Zohar (1990:94) se verduideliking van die verskil tussen die liggaam en gees beskryf hy die menslike liggaam as saamgestel uit afsonderlike atome, onderling verbind aan mekaar in ooreenstemming met die wette van die chemie en fisika. Die gees daarenteen is holisties en het as 'n eenheid ontstaan van 'iewers.'

Volgens Descartes word die menslike bestaan en sy essensie bepaal deur die feit dat hy 'n denkende wese is, ofskeun die mens ook beskik oor 'n liggaam, waarmee hy verenig is. Aan die een kant is daar dus die gedeelte van die mens waarvan hy 'n helder en duidelike beeld het; as slegs 'n denkende wese wat nie uitgebrei in omvang is nie, en aan die ander kant het hy die duidelike beeld van liggaam; naamlik 'n reële komponent wat uitgebrei is en wat nie kan dink nie. Daarby is die siel – die deel wat bepaal wie en wat die mens is onderskeibaar en onafhanklik van die liggaam en kan sonder die liggaam bestaan (Haldane & Ross, 1955:190; Kriel, 1971:69). Met die bewering van die fundamentele verskil tussen die essensieel denkende gedeelte of die

spirituele en die omvattende essensiële liggaam, het Descartes daartoe bygedra dat die wêreld van materie losgemaak word van sy lang verbintenis met die godsdienstige oortuiging. Hiermee is die wetenskap van die godsdienstige dogma waarin die wetenskap vasgevang was, vrygemaak om te kon ontwikkel (Haldane & Ross, 1955:190; Tarnas, 1996:279). Tarnas (1996:280) verklaar: “Both the human mind and the natural world now stood autonomously as never before, separated from God and from each other”.

Vanaf die sewentiende eeu is daar groot klem gelê in die wetenskap, onder andere deur Newton (Rogers & Dantley, 2001:590) en in die filosofie deur Descartes (Haldane & Ross, 1955:190), op die afbreek in die onderskeie dele en die bestudering daarvan. Die Newtoniaanse denkpatroon van ’n universum met die klem op individualisme en onafhanklikheid het in die twintigste eeu na die beklemtoning van sintese en holisme verskuif (Rogers & Dantley, 2001:590).

2.3.4 Die holistiese siening

Holisme verwys na die onderlinge verband van samewerking en interafhanklikheid van die verskillende dele van die geheel; sowel as die geheel van die verskillende dele (Smuts, 1987:83). Volgens Smuts (1987:107): “ ... there emerge the ideal wholes, or Holistic Ideals, or Absolute Values, disengaged and set free from human personality, operating as creative factors on their own account in the upbuilding of a spiritual world”.

Die klassieke beskouing deur Galileo en Newton van ’n wêreld wat uit afsonderlike maar interaktiewe dele bestaan, is geensins meer geldig nie, want in die plek daarvan het ’n siening ontwikkel van ’n universum wat onverdeeld is en van ’n onverdeelde heelheid (Bohm, 1997:124-125).

Rogers en Dantley (2001:590) is van mening dat: “ ... people are coming to see a universe of connection and ‘separation without separateness’”. In die wetenskap het navorsing van voorspellings en verskynsels wat waargeneem kan word, verskuif na die kwantum-meganika, naamlik *moontlikhede* van subatomiese fenomene wat nie visueel waargeneem kan word nie en onmoontlik is om te visualiseer (Zukav, 2000:46). Bohm (1997:175) redeneer dat indien alle handeling in die vorm van afsonderlike abstrakte

hoeveelhede sou wees, sou die interaksie tussen verskillende entiteite soos byvoorbeeld elektrone bestaan uit 'n enkele struktuur met ondeelbare skakels. Daarom kan die hele universum bedink word as 'n ononderbroke geheel. Hierdie wegbreek van 'n siening van verdeeldheid en uniekheid na een van verbinding in 'n geïntegreerde en holistiese geheel, het 'n invloed op die postmoderne fokus op spiritualiteit tot gevolg gehad (Rogers & Dantley, 2001:589-590). Volgens Mahoney en Graci (1999:521) is spiritualiteit 'n onderwerp wat in die tweede helfte van die twintigste eeu 'n toenemende mate van aandag verkry het.

2.3.5 'Oplewing' in die studie van spiritualiteit

In die bestudering van spiritualiteit is belangrik dat die Cartesiaanse dualiteit waar liggaam en gees geskei is, met 'n holistiese siening van heelheid en integrasie vervang word (Chiu, 2000:45). Chiu (2000:45) verduidelik: "Spirituality is not for dissecting. On (sic) the contrary, spirituality is a process of evolving toward wholeness and integration". Spiritualiteit kan omskryf word as 'n wyse waarop die mens uitdrukking gee aan sy wesenlike, sy innerlike krag, sy emosies en sy diepste gevoelens wat 'heilig' is (Roof, 1993:64). Swinton (2003:22) sluit daarby aan en beklemtoon dat spiritualiteit 'n unieke en diep persoonlike belewenis is wat elke mens op sy besondere wyse vergestalt. Die klem op spiritualiteit in sekulêre publikasies, vaktydskrifte en selfs in ortodokse Christelike kerke in die postmoderne periode, word soms die "Nuwe Hervorming" genoem (Craffert, 2002b:172-173; Muller, 2002b:16).

Met spiritualiteit as sleutelwoord, toon Psyc INFO dat 3 205 artikels tussen 1980 en 2001 gepubliseer is (Cook, 2004:541-542). In die mediese literatuur word 'n soortgelyke tendens waargeneem. Volgens Kliewer (2004:617) het *MedLine* se soektog op die internet onder 'spiritualiteit' 'n styging van 52 gepubliseerde artikels tussen 1960 en 1990 tot 554 artikels tussen Januarie 2000 en April 2003 in publikasies getoon.

2.3.6 Aard en definiëring van spiritualiteit

Die omvangrykheid en onkenbaarheid van die begrip spiritualiteit vereis 'n algemene breë definisie waarin die individuele uniekheid van elke ervaring, asook die transendensie daarvan, beskryf kan word (Heath, 2006:158; Ingersoll & Bauer, 2004:301; McSherry & Draper, 1998:683). Ten spyte van die hedendaagse klem op

spiritualiteit in alledaagse aspekte sowel as in verskillende dissiplines op navorsingsvlak, is 'n definisie wat al die gesigspunte en eienskappe van spiritualiteit insluit, steeds 'n uitdaging. 'n Verskeidenheid definisies van spiritualiteit wat uit die literatuurstudie verkry is, word in tabel 2.1 weergegee. Die definisies omskryf elkeen, in 'n meerdere of mindere mate, die wese en besondere aard van spiritualiteit. Deur die onderskeie definisies as 'n eenheid te sien, word die verskillende kenmerke en insigte gekombineer om 'n meer volledige beskrywing van spiritualiteit daar te stel. Om die omvang van en verskillende beklemtonings in die omskrywing van spiritualiteit uit te lig, volg 'n aantal navorsers se definisies van spiritualiteit.

Tabel 2.1 Definisies van spiritualiteit in die literatuur

DEFINISIE	BRON
"...a way of being and experiencing that comes about through awareness of a transcendent dimension and that is characterized by certain identifiable values in regard to self, others, nature, life, and whatever one considers to be the Ultimate".	Elkins, Hedstrom, Hughes, Leaf en Saunders, 1988:10
"Spirituality is an inward journey of self-knowledge".	Bilotta, 1981:13
"Spirituality is the essence and core of our being".	McSherry en Draper, 1998:689-690
"... defining spirituality as the search for the sacred".	Pargament, 1999:13
"... spirituality, by definition, takes us beyond the physical-material realm; beyond matter, body, and form; and beyond sensual perception and the perceptual worlds, including beyond the emotional as well as the intellectual domains".	Beringer, 2000:161
"... a pattern of meaning, connectedness, and transcendence that is an integral part of the world".	Chiu, 2000:45
"Spirituality manifests in our search for wholeness, meaning, interconnectedness, and values".	Rogers en Dantley, 2001:591
"... ware spiritualiteit, [wat] vanuit 'n Christelike raamwerk beskou, neerkom op 'n diepgaande en vrye ontvanklikheid vir God én die wêreld en dat dit met verwondering gepaard gaan".	Jordaan in Muller (2002b:40)
"Spirituality is the outward expression of the inner workings of the human spirit".	Swinton, 2003:20
"... the individual life energy of each person".	Purdy en Dupey, 2005:98

DEFINISIE	BRON
"... spirituality is defined as a connectedness to God or a Supreme Being which serves as a personal or communal source of liberation, solace, hope, meaning of one's life purpose, centering, strength, willingness to cope, as well as an understanding and acceptance of self".	Heath, 2006:159
"Spirituality signifies the inner attitude of living life directly related to the sacred".	Van Dierendonck en Mohan, 2006:228
"... described spirituality as meaningful and purposeful in itself and therefore as an end in itself".	Mohan en Uys, 2006:53
"I define spirituality as <i>ways of relating to the sacred</i> ".	Hollingsworth, 2008:839

Samevattend blyk dit dat die verskillende definisies van spiritualiteit die omvangrykheid, verandering, asook kompleksiteit van die konsep, beklemtoon. Die betekenis verleen aan en opvattinge oor spiritualiteit is tans wisselvallig en onderworpe aan verandering (Mahoney & Graci, 1999:525). Volgens Cook (2004:547) word spiritualiteit ten beste vanuit 'n multidimensionele perspektief benader.

Spiritualiteit kan omskryf word as 'n mistieke belewenis (Van Dierendonck & Mohan, 2006:228), interverweef met die mens se bestaan (McSherry & Draper, 1998:689), 'n uitdrukking wat getuig van die vermoë tot groot menslike prestasie (Pargament, 1999:3), 'n soeke na die heilige, 'n verhouding met jouself, ander, die heelal en 'n Groter Mag (Beringer, 2000:161; Kliewer, 2004:616; Miller & Thoresen, 2003:27; Mohan & Uys, 2006:54), die essensie en die sin van die lewe (Rogers & Dantley, 2001:591; Van Dierendonck & Mohan, 2006:228) en multidimensioneel (Elkins *et al.*, 1988:9), asook 'n proses wat nie noodwendig aan ouderdom of psigologiese ontwikkeling gekoppel kan word nie (Chiu, 2000:46).

Die navorser definieer spiritualiteit as die kern van die mens se innerlike belewenis, in kombinasie met 'n kontinue gevoel van verwondering, 'n diep gevoel van vryheid, vrede dankbaarheid en 'n verbintenis met God en Sy hele skepping; dus heelheid in 'n dimensie wat nie in woorde uitgedruk kan word nie.

2.3.7 Gesigspunte betreffende spiritualiteit en godsdiens

Ofskoon spiritualiteit en godsdiens as konsepte baie in gemeen het, verskil die begrippe

ook wesenlik van mekaar. Daarby is die betekenis wat daaraan geheg word, steeds besig om te ontvou: dié van godsdiens neig om meer beperk te raak, terwyl dié van spiritualiteit besig is om te verbreed (Miller & Thoresen, 2003:28). Verder wys Pargament (1999:6) daarop dat “ ... an individual can be spiritual without being religious or religious without being spiritual”. Cook (2004:549) is van mening dat “ ... spirituality is a truly universal aspect of human experience – as all human beings experience ‘relatedness’, and must reach at least implicit conclusions about ‘meaning/purpose’, ‘authenticity/truth’ and ‘values’ in life”. Godsdiens daarenteen, is meer sigbaar, ideologies, ’n geslote gemeenskap, in die openbaar (Rogers & Dantley, 2001:591; Van Dierendonck & Mohan, 2006:228); ’n dogmatiese en beperkende instelling (Pargament & Mahoney, 2002:647) en word deur seremonies, kerkbywoning, rituele, gesagstrukture, voorskrifte en grense gedefinieer (Heath, 2006:158; Kliewer, 2004:616; Mohan & Uys, 2006:54; Pargament, 1999:6; Van Dierendonck & Mohan, 2006:228).

Spiritualiteit en godsdiens staan nie teenoor mekaar nie, maar is verskillende fasette van ’n geheel. Spiritualiteit kan beskryf word as ’n persoonlike soeke onafhanklik van enige religieuse gemeenskap (Roof, 1993:30). James (1929:31-32) redeneer dat godsdiens die volgende beteken: “ ... the feelings, acts, and experiences of individual men in their solitude, so far as they apprehend themselves to stand in relation to whatever they may consider the divine”. Aanvullend daarby is die spirituele ’n diepliggende dimensie waar die mens besin oor vrae betreffende sin en betekenis, waardes, sieninge, gemeenskap en heelheid (Rogers & Dantley, 2001:591). Volgens Pargament en Mahoney (2002:647) kan die soeke na die spirituele en die bewaring van die heilige op ’n onberekenbare aantal verskillende wyses voltrek word. Die spirituele wyse van soek sluit tradisioneel religieuse instansies, nuwe spirituele bewegings, nie-religieuse groepe asook meer individuele perspektiewe in. Daarby is die spirituele transendentiaal, onkenbaar en ’n wyse waarop die grense van die ervaring oorskry kan word (Dalmida, 2006:188).

2.3.8 Psigologiese perspektiewe op spiritualiteit

Die betekenisvolle invloed van spiritualiteit in die alledaagse lewenskwaliteit van die mens word weerspieël in die *World Health Organisation* (WHO) se aanvaarding van resoluie WHA 37.13 (WHA, 1985) van Mei 1984. Volgens hierdie resoluie word

spiritualiteit deel van die Wêreldgesondheidsorganisasie (WGO)-lidlande se strategie vir gesondheid (WGO, 1985:5-6). Die belangrikheid van spiritualiteit as 'n moontlike faktor in subjektiewe gesondheidstatus is nou verbind met funksionele fisieke welstand (Boero *et al.*, 2005:920) en word weerspieël in die *Diagnostic Statistical Manual of Mental Disorders* (DSM IV–TR, 2000:741) se onderskeid tussen religieuse en spirituele probleme.

Die ondeurgrondelikheid van spiritualiteit vereis dat elke persoon se unieke belewenis van, uitdrukking gee aan en kommunikasie met die goddelike gerespekteer moet word (Kasiram, 1998:173). Daarby moet elkeen sy spirituele pad en erkenning van goddelike krag sonder persoonlike vooroordele ag as 'n wyse, maar nie as die enigste wyse nie, waarop spiritualiteit beoefen word (Kasiram, 1998:173). As 'n instansie (organisasie) sy doel as ondersteuningstelsel vir die mens as multi-dimensionele wese wil dien, is dit belangrik dat daar vanuit 'n multi-dimensionele perspektief te werk gegaan sal word, volgens Ingersoll en Bauer (2004:306). Hulle sienswyse is dat “ ... each perspective can at best deliver partial truth” (Ingersoll & Bauer, 2004:306).

Frey *et al.* (2005:559) verwys na 'n nie-religieuse spirituele denkwysie waarin spiritualiteit voorgestel word as 'n gesindheid van soeke na belangrike eksistensiële vrae soos: Wie is ek? Waarom bestaan ek? Wat is my doel? Waar pas ek in die wêreld in? Hierdie vraagstelling en beantwoording vind in 'n nie-religieuse vorm plaas. Hiervolgens kan 'n nie-religieuse onderbou gebruik word om 'n waardestelsel te vestig waarin al die eienskappe van 'n spirituele gesindheid teenwoordig is. Volgens Helminiak (2001:163) bestaan die gevaar dat spiritualiteit uitsluitlik beperk word tot die sogenaamde kernvrae soos: Wie is ek? Waar kom ek vandaan? Waarheen is ek op pad? Wat is die sin van die lewe? Wat is waardig om voor te lewe? Aandag aan hierdie kernvrae mag tot gevolg hê dat 'n belangrike faset misgekyk word, naamlik dat wanneer die kernvrae beantwoord is, ander aspekte van die lewe ook in plek sal val.

Die soeke na wat heilig is en die insette om te behou wat heilig is, is 'n deurlopende proses; vandaar die gebruik van die metafoor 'om 'n reis te onderneem' (Pargament & Mahoney, 2002:647; Wulff, 1997:6). Die probleme en onsekerhede wat die 'reisiger' ondervind, noodsaak die persoon om hulp in verskillende vorme te vra van diegene wat alreeds sodanige gebeurtenisse beleef het. Dit kan direkte hulp deur 'n leier uit 'n

spirituele gemeenskap wees, óf kan vanuit spirituele geskrifte en ander erkende bronne verkry word (Wulff, 1997:6). Die klem val sterk op die persoon self, die neem van eie keuses, kennis, die persoon se verstaan van die self, die belangrikheid van persoonlike outonomieit, sowel as die mens se verwesenliking van sy eie potensiaal (Roof, 1993:30). Die manifestasie van hierdie soeke is vir elke mens uniek en ook eiesoortig aan 'n spesifieke gebeurtenis, omstandigheid en tyd. Die mens se soeke is omvangryk en onmeetbaar en ofskoon onwaarneembaar, word alle aspekte van die lewe in 'n verenigde wyse daardeur beïnvloed (McSherry & Draper, 1998:690).

Die ontwikkeling van spiritualiteit is 'n eg menslike eienskap (Ingersoll & Bauer, 2004:301; Helminiak, 2001:165). Cook (2004:548) se mening is: "Spirituality is a distinctive, potentially creative and universal dimension of human experience arising both within the inner subjective awareness of individuals and within communities, social groups and traditions". Ingersoll en Bauer (2004:301) redeneer weer dat spiritualiteit gesien moet word as 'n ontwikkelingsgang wat 'n inherente deel van die mens is. Hierdie ontwikkelingsgang is soortgelyk aan die kognitiewe, emosionele of seksuele identiteitsontwikkeling van 'n persoon (Ingersoll & Bauer, 2004:301). Hulle redenasie word deur Wulff (1997:6) onderskryf, wat verduidelik dat spiritualiteit as 'n natuurlike ontwikkelingsproses soortgelyk aan fisieke groei en ontwikkeling gesien moet word. Die opname van spirituele of religieuse probleme as kategorie in die DSM IV-TR vir relevante kliniese aandag, toon dat spiritualiteit as 'n komponent van normale identiteitsontwikkeling beskou word (Miller & Thoresen, 2003:32).

Volgens Gomez en Fisher (2003:1975-1976) is daar omvangryke navorsing oor spiritualiteit waarin alle aspekte van menslike belewenisse en lewenswyses geïntegreer word, wat tot gevolg het dat menslike gesondheid ook in 'n breër lig gesien word. Hierdeur het 'n klemverskuiwing plaasgevind na die welstand van die persoon in totaliteit, eerder as die behandeling van 'n siektetoestand. Die persoon se intraverhouding, met die klem op betekenis, sinvolheid en waardevolheid, die verhoudinge tussen een persoon en 'n ander, sowel as 'n omgewingsbewustheid en transenderende verhouding met iemand of iets bo-sinneliks, dra alles by tot en beïnvloed die spirituele welstand van 'n persoon (Gomez & Fisher, 2003:1975-1976). Ingersoll en Bauer (2004:302) verklaar: "From an integral perspective, we must draw on as many partial truths as we can to approach the whole truth because spirituality, if

anything, is about the truth”.

In die bestudering van die onderskeie dimensies van spiritualiteit is dit belangrik dat hulle onderlinge verband en geïntegreerdheid in gedagte gehou word. Die sienswyse van Mahoney en Graci (1999:525) is dat spiritualiteit van besondere belang vir mense in die een-en-twintigste eeu sal wees. Helminiak (2001:167) konstateer: “Because we are in part spirit, in the ideal we would understand everything about everything, embrace the whole, and in some way become one with all that is”. Elkins *et al.* (1988:10-12) is die mening toegedaan dat spiritualiteit ’n multidimensionele en komplekse samestelling is wat uit nege hoofkomponente bestaan;

- die transendentale dimensie,
- sinvolheid en ’n doel in die lewe,
- lewensmissie,
- heiligheid van lewe,
- materiële waardes,
- altruïsme,
- idealisme,
- bewustheid van tragiek, asook
- die vrugte van die spirituele.

Ingersoll (1994:101) postuleer: “Spirituality is described within the seven dimensions of meaning, conception of divinity, relationship, mystery, experience, play, and an integrative dimension”. Chiu (2000:35) het ’n studie gedoen oor die spirituele belewenis van ’n aantal vroue met borskanker. Hy het gevind dat die beleefde ervaring uniek vir elkeen van die vroue was. Die vroue het daarna verwys as ’n onbeskryflike evolusionêre ontwikkelingsproses na ’n groter sfeer, ’n hoër vlak van bewussyn en nie ’n stap-vir-stap proses nie. Hierdie navorsing deur Chiu toon die belangrikheid van spiritualiteit in hulpverlening.

2.3.9 Waarde van spiritualiteit vir die intervensie tot heelheid

Die essensie van die mens as spirituele wese en die raakvlakke van spiritualiteit met die ander wesenskenmerke van die mens, maak spiritualiteit die grondslag van die intervensie tot heelheid. Helminiak (2001:163) maak die stelling dat dit wil voorkom asof

spiritualiteit inherent relevant vir psigoterapie is. Tummala-Narra (2009:85) sluit aan by Helminiak se sienswyse deur haar stelling dat sy tot die gevolgtrekking gekom het dat spiritualiteit en religie noodsaaklik was vir die ontwikkeling van baie van haar kliënte se psigologiese identiteit. Die mens as spirituele wese se individuele soeke na persoonlike heelheid op spirituele gebied is onder andere in een van die Nag Hammadi geskifte soos volg verwoord: "... as julle die binnekant soos die buitekant maak en die buitekant soos die binnekant, die bokant soos die onderkant" (Ewangelie van Thomas, 22 b:17; Muller, (vertaler) 2002a).

2.3.10 Gevolgtrekking

In die verskeie definisies is gepoog om die omvangrykheid en bo-sinnelike dimensie van spiritualiteit wat moeilik in woorde uitgedruk kan word, asook die individuele ervaring en belewenis daarvan, te vergestalt. Die oeroue sienswyses van die mens as spirituele wese is in die literatuur aan die hand van verskillende hoofemas en temas, komponente of aspekte, asook domeine geïdentifiseer en omskryf. Die klem in die studie is om die omvangrykheid van die mens se individuele spirituele belewenisse uit te lig; wat veralgemenings, vergelykings of selfs onderlinge beoordelings nie toepaslik maak vir hierdie studie nie. Die bykomende dimensie wat die kwantum-meganika aan alle studieverlede verleen het, bring mee dat die ondeurgrondelike interverweefdheid van die mens as spirituele wese op die voorgrond geplaas word. Thurman (1994:26) redeneer: "There are no boundaries to our interconnectedness with limitless dimensions and universes". Spiritualiteit is in wese 'n bewus wees van, beleef en bedinking van die onsigbare, die dinge wat 'n mens in jou diepste wese voel; soms op 'n wyse waarop jy hierdie belewenisse kan verstaan, begryp en selfs daarvoor kan praat of omskryf. Die omvangrykheid van spiritualiteit kan vir 'n mens op 'n ander stadium 'n gemoedsbelewenis wees wat bykans so ondeurgrondelik voel dat die inhoud versluier verskyn, byna soos 'n droom of op 'n onderbewuste vlak, maar steeds 'n intense geestesbelewenis is. Vanuit sekere perspektiewe word hierna verwys as die inwerking van die Heilige Gees weens die subtiliteit van die belewenis, bykans 'n halfbewustheid maar terselfdertyd 'n diep bewustheid wat 'n mens in stille eerbied beleef en onbeskryfbaar versterk. Hipnose is ook 'n staat van 'n veranderde bewustheid waar die gees meer ontvanklik is om nuwe insigte en leiding te aanvaar; 'n vlak waar die mens meer bewus is van die bomenslike en sodoende in staat is om spirituele inligting te

aanvaar (Matez, 1992:12). Sodanige versterking maak dit vir die persoon in 'n moeilike situasie of omstandigheid moontlik om die taak wat hom opgedra is, te hanteer.

Aansluitend by die belangrikheid van die mens as spirituele wese se eiesoortige soeke na heelheid, is die bestudering van die mens se individuele uniekheid en spesiale doel ook ter sake.

2.4 DIE MENS AS UNIEKE WESE MET 'N SPESIALE DOEL

Die uniekheid van elke mens is waarskynlik die sigbaarste in elkeen se spesifieke uiterlike gelaatstrekke en liggaamsbou, asook die identifiseerbare, eiesoortige retinale patroon. Die gespesialiseerde, wonderbaarlike en komplekse ontwikkeling van die menslike embryo en fetus is steeds vir die mediese wetenskap 'n navorsingsuitdaging.

Ingebed in hierdie ondeurgrondelikheid en uniekheid is ook 'n spesiale doel vir elke mens en word onder andere soos volg in die Bybel verwoord: "Ek het jou by jou naam geroep" (Jes 43:1e, Die Bybel (Naslaan), 2004:736); "Voordat Ek jou in die moederskoot gevorm het, het Ek jou geken; en voordat jy uit die liggaam voortgekom het, het Ek jou geheilig" (Jer 1:5, Die Bybel (Naslaan), 2004:757). Frankl (1967:89) verwys na die mens as 'n unieke wese met 'n spesiale lewensdoel wat net deur hom vervul kan word. Die onherhaalbare enigheid van elke mens se lewe sluit hierby aan.

Die besonderse en kenmerkende/spesifieke betekenis wat die mens aan elke omstandigheid of oomblik gee, word grootliks bepaal deur die uniekheid van elke mens (Frankl, 1985:121). Hy verklaar: "This meaning is unique and specific in that it must and can be fulfilled by him alone; only then does it achieve a significance which will satisfy his own *will* to meaning" (Frankl, 1985:121). Ten aansien van die sigbare en/of die bewuste mag enige dag of gebeurtenis soortgelyk aan 'n ander wees, maar vanuit die onsigbare en/of onderbewuste is elke oomblik nuut, buitengewoon en eenmalig. Hierdie voortdurende verandering wat elke oomblik en mens uniek maak, is deel van die mens se wese en soeke na sinvolheid, wil en keuse, asook sy lewensreis na heelheid (Frankl, 1969:54). Uniekheid is omvangryk en betrek nie slegs die spesifieke omstandighede nie, maar ook die kenmerkende betekenis wat die persoon aan die gebeurtenis verleen. Die lewe in sy totaliteit is daarby betrek. Aangesien die lewe 'n samestelling van 'n reeks eiesoortige gebeurtenisse is, is elke mens se bestaan, maar ook sy wese, sy innerlike

kern, uniek (Frankl, 1969:54).

Die mens se spesiale doel of bestemming word grootliks deur die mens se spirituele perspektief en/of lewensomstandighede asook persoonlike ingesteldheid bepaal. Hillman (1999:9-10) beskou die aard van die uniekheid van elke mens as kwalitatief, wat deur 'n blywende eendersheid gekenmerk word. Elke persoon gee op 'n unieke wyse betekenis aan gebeure en tree op 'n spesifieke wyse op. Hierdie uniekheid vorm ook 'n konstante, naamlik ons karakter, waardeur die mens se enigheid as persoon met 'n lewensdoel kenbaar word. May (MCMXXXIX:53) se sienswyse dat die erkenning en aanvaarding deur die mens van sy eiesoortigheid en uniekheid 'n belangrike aspek van 'n gesonde lewensingesteldheid is, sluit hierby aan. Omdat elke mens op 'n unieke wyse betekenis aan gebeure gee, is elkeen se lewensoptrede en lewenspad na heelheid anders. Elke mens se rol is onvergelykbaar eiesoortig en beïnvloed die ander persone waarmee hy in kontak is op 'n besondere wyse en vervul sodoende sy onvervangbare lewensdoel. Frankl (1969:19) sê: “Ultimately every person is irreplaceable, and if for no other person he is so for him by whom he is loved”. Carl Rogers se sienswyse is dat elke persoon 'n kenmerkende neiging het om sy natuurlike talent te aktualiseer (Raskin & Rogers, 2005:130). Hierdie strewende na die ontdekking en vervulling van elke persoon se karaktertrekke is 'n groeiproses wat uniek vir elke persoon is. Tydens bykomende insette om die persoon te help in die verwerkliging van hierdie eiesoortige talente, is die kernmotief van die hulpverlening van die terapeut die onvoorwaardelike respek vir en vertrouwe in die persoon se vermoë om sy volle potensiaal self te aktualiseer (Moore, 2003:360; Raskin & Rogers, 2005:131).

Volgens Frankl (1967:44) lê die uniekheid van elke mens daarin dat daar spesiale geleenthede maar ook verpligtinge is wat slegs deur hom vervul kan word. Frankl (1985:131) is van mening dat elke mens se lewenstaak net so uniek is as die spesifieke geleenthede en omstandighede waarin hy die taak volbring. Elke mens het sekere opdragte of lewensake wat deur hom spesifiek na die beste van sy vermoë verrig moet word; nie slegs vir homself nie, maar as gevolg van sy unieke doel (Frankl, 1967:89). Hierdeur is elke persoon se lewe sinvol en het elkeen 'n lewensopdrag wat uitgevoer moet word om sodoende die onvervangbaarheid van elke mens te vergestalt (Frankl, 1967:44). Frankl (1967:44) konstateer: “Each human being is unique both in his essence (*Sosein*) and his existence (*Dasein*) and thus is neither expendable nor

replaceable”.

Die uniekheid en onvervangbaarheid van elke mens wat gekoppel is aan 'n spesiale doel of bestemming is van groot waarde in die hulpverleningsproses aan persone wat beleef dat hulle 'vasgevang' en 'nie in staat tot nie' is. Deur hierdie unieke doel te verwesenlik, verkry die mens se lewe sinvolheid en word betekenis, sinvolheid en doel verweef tot onverdeelde maar identifiseerbare aspekte van menslike heelheid.

2.5 DIE BETEKENISVOLHEID VAN DIE MENS SE LEWE

Die soeke na 'n betekenisvolle bestaan waarin die doel en sin van die lewe kenbaar word, is een van die wesenskenmerke van die mens. Ellison (1983:331) verwys daarna as “ ... the *spirit* of human beings which enables and motivates us to search for meaning and purpose in life”. Hierdie soeke na sinvolheid word deur elke mens op eiesoortige wyse vergestalt, want 'n mens kan slegs aan sy eie lewe sinvolheid verleen. Deur die belewenis van 'n sinvolle lewe, beleef die persoon 'n gevoel van heelheid.

Sinvolheid, betekenis en doel is nie eienskappe van 'n wese of iets wat afsonderlik kan bestaan, iewers kan rondryf of agter iets lê nie (Heidegger, 1986:224). Heidegger (1986:224) se sienswyse is deur bloot in-die-wêreld-te-wees, word betekenis, doel en sinvolheid verkry. Verder redeneer hy: “Hence only Dasein can be meaningful (*sinnvoll*) or meaningless (*sinnlos*)” (Heidegger, 1986:224). In die beskrywing van sin is nodig dat daar tussen die fisieke verskynsel aan die een kant, tesame met die handeling wat betekenis aan die verskynsel gee, aan die anderkant, onderskei sal word (Husserl, 1986:174). Die handeling wat betekenis en sinvolheid gee, is volgens Husserl (1986:174) meer as net 'n woord waardeur objektiwiteit verkry word. Husserl (1986:174) verwys daarna as “ ... the *acts* which give it *meaning* and possibly also *intuitive fullness*”. Aanvullend by Heidegger en Husserl se interpretasie van sin kan “sin” volgens HAT (2000:68 & 86) ook verwys na die bedoeling of die oogmerk van wat bereik wil word. Is die bedoeling van die optrede daarop gemik om die waarheid na te streef of om te mislei? Die rol van die waarheid en die verwantskap tussen waarheid en die sinvolheid van die lewe, wat bydra tot 'n belewenis van heelheid, word vervolgens aandag aan gegee.

2.5.1 Die samehang tussen sinvolheid en waarheid

Die samehang tussen sinvolheid en waarheid in die lewe van die mens sal voorts aan die hand van 'n aantal filosofiese en religieuse perspektiewe toegelig word. Daar is 'n nou band tussen wat sinvol en van betekenis is en wat die waarheid vir elke mens is.

2.5.1.1 Die verband tussen waarheid en sinvolheid volgens Sokrates en Descartes

Sokrates se passie vir die waarheid vind uiting in sy strewe om ander te oortuig van hulle onkunde en hulle sodoende te oorreed om te soek na 'n gelukkige lewe wat tot voordeel van die siel is. Hiervoor moet 'n mens egter die essensie van die goeie of die waarheid ken (Tarnas, 1996:33). Deur hierdie strewe na die waarheid het Sokrates 'n bewustheid geskep van die mens se siel as kern van die persoon se gewete, sedelike beginsels en intellektuele karakter. Volgens Sokrates kan dogmatiese of filosofiese stellings en wette as sodanig nie waarheid vasstel nie. Wat waar of reg is, word deur elke mens in elke omstandigheid bepaal (Taylor, 1924:72). Om vir 'n persoon van betekenis en sinvol te wees, moet die persoon self die waarheid uitken of identifiseer. Taylor (1924:72) is van mening dat Sokrates in sy gesprekke verwys het na die waarheid as 'n kontinue groeiproses ofte wel 'n lewenswyse gekenmerk deur 'n gedurige verandering en groei in die binneste van die mens, wat daarom nie voltooi of voleindig kan wees nie.

Descartes het ontdek dat alles wat vir hom as die waarheid voorgehou is in sy onderrig, beide sy Jesuïtiese onderrig en regstudie, vals was. Hierdie onnugtering het Descartes na 'n obsessiewe vraagstelling oor die waarheid gedryf (Flew, 1973:130; Magee, 1998:84; Tarnas, 1996:276). Deur 'n indringende bevraagtekening wou hy vasstel of daar enigiets is waarvan hy seker kon wees, of kon weet dat dit die waarheid was (Flew, 1973:130; Magee, 1998:84; Tarnas, 1996:276). Descartes verklaar (in Kriel, 1971:21): "Reeds 'n hele paar jaar gelede het ek agtergekom hoe baie valse dinge ek sedert my vroegste jeug vir waar aanvaar het en hoe twyfelagtig alles is wat ek daarna verder daarop gebou het". Descartes kom tot die gevolgtrekking dat die een onbetwyfelbare gegewe sy eie onsekerheid is. Van hierdie 'ek' wat homself bewustelik as onseker kan beleef, sowel as die 'ek' wat as denkende wese bestaan, is ek ten minste seker (Haldane & Ross, 1955:101; Tarnas, 1996:277): Descartes verklaar

derhalwe: “Cogito, ergo sum” (Cottingham, 1992:1; Magee, 1998:87; Tarnas, 1996:277) — “I think, therefore I am” (Flew, 1973:133; Haldane & Ross, 1955:101; Magee, 1998:87; Russell, 1975:548; Tarnas, 1996:277). “I came to the conclusion that I could receive it without scruple as the first principle of the Philosophy for which I was seeking” (Haldane & Ross, 1955:101). Descartes vind die waarheid en die sinvolheid waarna hy soek, in die wete dat alles bevraagteken kan word, behalwe die denker se bewussyn van die self (Haldane & Ross, 1955:101; Magee, 1998:87; Russell, 1975:548; Tarnas, 1996:277).

2.5.1.2 Verskeie religieuse perspektiewe op waarheid

Die sinvolheid, omvangrykheid en abstraktheid van wat die waarheid vir elke mens is, word deur die klem op waarheid in die verskillende religieuse geskrifte vergestalt en onder andere soos volg verwoord:

- Die Bybel: “ ... en julle sal die waarheid ken en die waarheid sal julle vrymaak” (Joh 8: 32, Die Bybel (Naslaan), 2004:125) ; “Ek het nie aan julle geskrywe omdat julle die waarheid nie ken nie, maar omdat julle dit ken en omdat geen leuen uit die waarheid is nie” (1 Joh 2: 21, Die Bybel (Naslaan), 2004:285).
- The Holy Qur’an: “But veri’y it is Truth Of assured certainty” (S. Lxix. 51); “All Truth is in itself certain. But as received by men, and understood with reference to men’s psychology, certainty may have certain degrees” (note 5673; The Holy Qur’an, vertaal Ali, 1993:1603).
- Upaniṣad vol. two: “Truth alone wins, and not untruth” (Muṇḍaka Upaniṣad, 111.i.6, Eight Upaniṣads Vol. Two 1986:153).
- The Bhagavad Gita: “Constancy in Self-knowledge, perception of the end of the knowledge of truth. This is declared to be knowledge, and what is opposed to it is ignorance” (DIS. xiii.11, The Bhagavad Gita, Sastry, 1985:342); “Knowledge, the Knowable, the Goal of knowledge, (It) is implanted in the heart of every one” (DIS. xiii. 17, The Bhagavad Gita, Sastry, 1985:353).

2.5.2 Verskillende filosofiese en psigologiese gesigspunte op die sinvolheid van lewe

Elkins *et al.* (1988:9) se literatuurstudie, vanuit 'n fenomenologiese perspektief, toon dat elke persoon op 'n unieke wyse die eksistensiële vakuum van sy bestaan vul met 'n bewuswording van 'n outentieke doel en betekenis van 'n sinvolle lewe, 'n komponent van spiritualiteit (Elkins *et al.*, 1988:11). Frankl as eksistensialis, met 'n positiewe ingesteldheid, het die belangrikheid van die betekenis, doel en sinvolheid van die lewe beklemtoon en daardeur hierdie soeke uitgelig en tot die vlak van algemeen bewuste daaglikse handeling verhef (Shantall, 2003:433). Frankl (1985:121) postuleer: "... this striving to find a meaning in one's life is the primary motivational force in man". Die menslike soeke na die betekenis, doel en sinvolheid van die lewe of heelheid is só omvangryk en word op 'n unieke wyse in elke faset van die lewe, vir elke omstandigheid of tyd, gemanifesteer.

2.5.2.1 Sokrates se siening oor lewensingesteldheid en sinvolheid van bestaan

Sokrates het met vraagstelling en kruisverhoor daarna gestreef om ander van hulle onkunde aangaande hulle innerlike self te oortuig (Drake, 1959:22). Sokrates se kenmerkende wyse van vraagstelling deur middel van kort vrae en antwoorde het hy gebruik om die Atheners bewus te maak van hulle onkunde aangaande die dinge wat tot voordeel van die siel is (Jordan, 1990:70). Deur hierdie redeneerkuns het Sokrates elke mens gedwing om sy eie siel te deursoek vir die waarheid (Drake, 1959:22). Met vraag en antwoord dwing Sokrates mense om aandag aan hulself te gee, hulself te leer ken en self verantwoordelikheid vir hul denkwyse te aanvaar (Hadot, 1995:89). Sodoende wou hy mense oorrede om te soek na 'n sinvolle lewe, wat tot voordeel van die siel is. Cornford (in Drake, 1959:613) merk op: "Socrates' discovery was that the true self is not the body but the soul. And by the soul he meant the seat of that faculty of insight which can know good from evil and infallibly choose the good". Om daartoe in staat te wees, moet 'n mens kennis dra van die essensie van wat goed en reg is (Tarnas, 1996:33). Wanneer 'n persoon oor hierdie kennis beskik, van daardie dinge wat in sy diepste wese tot sy voordeel is, sal hy onvermydelik doen wat reg is (Guthrie, 1971:141; Magee, 1998:22-23). Wanneer Sokrates na kennis verwys, is kennis eintlik in hedendaagse terme morele waardes – om te weet wat vir my sinvol en reg is.

Hierdie deug van kennis is nie aangebore nie, maar is iets wat verwerf moet word, 'n persoonlike stellingname (Taylor, 1951:154). Taylor (1951:152) verduidelik: "True virtue is an affair of intense conviction, personal *knowledge* of the true moral 'values'".

Wanneer iemand volgens Sokrates oor hierdie kennis beskik van wat tot voordeel vir die siel is, sal die kennis weerklank vind in sy gesindheid en optrede in alle lewensituasies (Jordan, 1987:69-70).

2.5.2.2 Aristoteles se siening oor die mens se einddoel

Aristoteles redeneer dat die hoogste goed of deurslaggewende einde die eindpunt moet wees waarna ons streef. Sou daar net een einddoel wees, dan is die goeie waarna ons streef, ons laaste handeling of die einddoel. Daarby is die einddoel op sigself meer beslissend as iets wat nagestreef word om iets anders te bereik (Nichomachean Ethics, 1097a 28-33, vertaal deur Ostwald, 1962:14-15; in Ross, 1980:11). Hierdie beskrywing is veral van toepassing op geluk of tevredenheid, want geluk of vreugde is altyd 'n einddoel en nie daar ter wille van iets anders nie. Eer of agting en aansien wat 'n persoon geniet, plesier en intelligensie is alles deugde wat ons net deels om hulself kies, maar in wese gebruik word om 'n ander einddoel te help bereik, of as tussenfase dien om geluk te vind. Aan die ander kant kies niemand geluk, vreugde of tevredenheid, om daardeur eer of plesier te kry nie — geluk is die einddoel (Nichomachean Ethics, 1097b 1-6, vertaal deur Ostwald, 1962:15; in Ross, 1980:13). Aristoteles kom tot die slotsom dat die siel se uiting van deugzaamheid die goeie in die mens is (Jordan, 1990:131; Nichomachean Ethics, 1098a 16, vertaal deur Ostwald, 1962:17; in Ross, 1980:13); en ook bydra tot 'n volkome en heel lewe (Jordan, 1990:131; Nichomachean Ethics, 1098a 17, vertaal deur Ostwald, 1962:17; in Ross, 1980:14).

Die mens se optrede het 'n bepalende uitwerking op sy lewe; diepgaande geluk en innerlike sekerheid en is nie op hatige gedrag gebaseer nie (Nichomachean Ethics, 1100b 35; vertaal deur Ostwald, 1962:26; in Ross, 1980:21). Volgens Aristoteles is die doel van die mens se lewe die bevrediging van jou wense en verlange, maar die voorvereiste hiervoor is deugzaamheid (McLean & Aspell, 1970:241). McLean en Aspell (1970:241) verklaar dit soos volg: "Since happiness is an activity of soul in accordance with perfect virtue, we must consider the nature of virtue; for perhaps we shall thus see better the nature of happiness". Die mens kies 'n wyse of optrede/handeling vir 'n spesifieke rede: "... the man who is truly good and wise will bear with dignity whatever

fortune may bring, and will always act as nobly as circumstances permit” (Nicomachean Ethics, 1101a 1; vertaal deur Ostwald, 1962:26; in Ross, 1980:21). Die uitoefening van ’n wyse en deurdagte keuse om sodoende die beste van elke omstandigheid te maak, kan ook gesien word as die verlening van sinvolheid aan jou lewe.

2.5.2.3 Frankl se siening oor geluk en sinvolheid

Frankl se stellingname oor geluk of vreugde verskil van dié van Aristoteles in die opsig dat geluk nie die einddoel is wat nagejaag word nie, maar die gevolg is van die vervulling van ’n strewe (Frankl, 1985:162, 1967:6-7). Volgens Frankl verskaf die vervulling van die mens se strewe geluk en is geluk in wese ’n newe-effek of byproduk. As die belewenis van geluk gekoppel word aan die bereiking van die strewe, die einddoel, vernietig sodanige geluk die strewe (Frankl, 1967:5-6). Daar is ’n rede waarom gebeure of optrede geluk verskaf. Die soeke na en realisering van hierdie rede gee betekenis en is sinvol in elke situasie (Frankl, 1985:162). Frankl (1985:162) se sienswyse is: “... a human being is not one in pursuit of happiness but rather in search of a reason to become happy”. Die persoon wat betekenis en sinvolheid in sy lewe gevind het, verkry ook die vermoë om pyn, vernedering of ander trauma suksesvol te kan hanteer (Frankl, 1985:163). Frankl is die mening toegedaan dat ’n persoon se ingesteldheid en wyse van optrede bepaal of ’n omstandigheid deur hom as sinvol beleef kan word.

2.5.2.4 Kant se siening betreffende ’n einddoel en volkomenheid

Kant se siening van ’n einddoel berus op die beginsel dat die mensdom in die algemeen en elke verstandelik begaafde wese, ’n einddoel op sigself is (Abbott, 1963:49). Abbott (1963:46) haal Kant (1724–1804) soos volg aan: “... man and generally any rational being *exists* as an end in himself, *not merely as a means* to be arbitrarily used by this or that will”. Vir Kant is die vermoë om moraliteit en ’n goeie wil as persoonlike einddoel te hê, van die uiterste belang, tesame met plig as ’n einddoel, om sodoende jou eie volkomenheid sowel as die geluk van ander daar te stel en uit te leef (Abbott, 1963:52). Die volkomenheid van ’n persoon bestaan daarin dat hy self by magte is om sy eie einddoel volgens sy opvatting as plig vir homself, daar te stel (Abbott, 1963:296). Waar die elemente van etiek volgens Kant ter sprake kom, kan die vraag gevra word: Watter

einddoel is ook 'n plig? Die antwoord hierop, volgens Kant, is jou eie volkomenheid of heelheid en die geluk van ander (Abbott, 1963:296). Hierdie kan nie omgekeer word sodat jou eie geluk aan die een kant en die ander se volkomenheid aan die ander kant 'n plig vir dieselfde persoon kan wees nie (Abbott, 1963:296). Ofskoon persoonlike geluk wel 'n einddoel van alle mense is, kan geluk nie sonder teenspraak as 'n plig beskou word nie (Abbott, 1963:296).

2.5.3 Die verband tussen sinvolheid en spiritualiteit

Volgens Adams, Bezner, Drabbs, Zambarano en Steinhardt (2000:167) beïnvloed 'n erkende doel in die lewe, asook 'n betekenisvolle en sinvolle lewensingesteldheid as 'n komponent van die spirituele, die waarneembare welstand van die mens. Die individuele soeke na 'n betekenisvolle doel en sin in die lewe, word deur verskeie skrywers as 'n onderdeel van spiritualiteit beskou (Boero *et al.*, 2005:916; Chiu, 2000:45; Cook, 2004:547; Frey *et al.*, 2005:560; Heath, 2006:158; Rogers & Dantley, 2001:591; Ross, 1995:459). Die wyse waarop betekenis aan die lewe gegee en die lewe as sinvol beleef word, toon 'n noue verband met die spirituele ingesteldheid van die persoon. Cook (2004:548) omskryf die verband tussen spiritualiteit en die sinvolheid van die lewe soos volg: "It is experienced as being of fundamental or ultimate importance and is thus concerned with matters of meaning and purpose in life, truth and values". 'n Lewensdoel en lewensvervulling, geloof, hoop en vrede wat kenmerke van spiritualiteit is, word vergestalt in menslike verhoudinge, tesame met 'n transenderende behoefte (Boero *et al.*, 2005:916). Volgens Ross (1995:459) het 'n betekenis- en sinvolle lewensingesteldheid, as 'n dimensie van spiritualiteit, 'n belangrike invloed op die persoon se gesondheid en lewenskwaliteit. Heath (2006:158) is van mening dat die soeke na iets wat sinvol is en betekenis het, 'n integrale deel van die mees lewenswekkende persoonlike stellingnames van die mens is en meer as die waarneembare, materiële of sintuiglike werklikheid behels. Die soeke na wat beskou kan word as die waarheid, wat sinvol en van betekenis is, is uniek vir elke persoon en elke gesitueerdheid. Aanvullend daarby is hierdie soeke eiesoortig aan elke filosofiese, psigologiese, spirituele en religieuse denkwysse of praktyk. Frankl (1967:12) is die mening toegedaan dat: "Meaning sets the pace for being".

2.5.4 Verskillende religieuse perspektiewe op lewensbetekenis en sinvolheid

Religie was deur die eeue een van die wyses waardeur mense sin, betekenis, 'n doel en 'n gevoel van heelheid, aan hulle lewens verleen het. Die wyse waarop sinvolheid van bestaan verkry kan word, mag vir elke religieuse groep of denominasie verskillend wees. Daarby is elke persoon se lewensdoel eiesoortig en die betekenis van die sinvolheid van bestaan uniek aan elke lewensituasie en omstandigheid. Vir die mens as geestelike wese is die soeke na wat van geestelike waarde is en die beywering daarvoor, 'n belangrike komponent van wat vir hom sinvol is.

2.5.4.1 Christen perspektief op sinvolheid en die betekenis van lewe

Vanuit 'n Christen perspektief word lewensbetekenis deur die aanbidding van God en die erkenning van die verlossingsdood van Jesus verkry. Deur die navolging van die geboorte en verordeninge in die uitvoering van daaglikse aktiwiteite in die liefdesgebod, word die lewe sinvol.

In Markus 12: 29-31 staan geskrywe:

“Die eerste van al die geboorte is: Hoor, Israel, die Here, onse God, is 'n enige Here; en jy moet die Here jou God liefhê uit jou hele hart en uit jou hele siel en jou hele verstand en uit jou hele krag. Dit is die eerste gebod en die tweede, hieraan gelyk, is dit: Jy moet jou naaste liefhê soos jouself. Daar is geen ander gebod groter as dié nie” (Die Bybel (Naslaan), 2004:63).

Die navolging van die dinge wat van goddelike waarde is, verkry prioriteit in die mens se ingesteldheid, optrede en denke. Die sake wat van aardse waarde is, is minder belangrik en sal volgens goddelike oordeel aan die mens geskenk word: “Maar soek die koninkryk van God en al hierdie dinge sal vir julle bygevoeg word” (Luk 12: 31, Die Bybel (Naslaan), 2004:93). Die belangrikheid vir die mens van die soeke na die dinge wat sinvol is en betekenis het, word onder andere in Matthéüs 16:26 soos volg verwoord: “Want wat baat dit 'n mens as hy die hele wêreld win, maar aan sy siel skadelik?” (Die Bybel (Naslaan), 2004:25).

2.5.4.2 Judaïsme en sinvolle optrede

Judaïsme is sterk ingestel op die uitvoering van daede, volgens die voorskrifte vervat in die gebooe (Neusner, 1974:96). Neusner (1974:99) verduidelik: “Judaism consists of the religious tradition enshrined in the holy books, expressed by the holy words, deeds, way of living, principles of faith, subsumed under the word *Torah*”. Deur die gebooe te gehoorsaam en dienooreenkomstig op te tree, word betekenis aan die lewe verleen. Die Ortodokse Joodse godsdiens is hoofsaaklik ’n godsdiens gebaseer op handelswyse of optrede (Epstein, 1954:2). Dié besondere beklemtoning van daede is nie weens die strewe om vir die verrigte daede beloon te word nie, maar omdat die uitvoering van die daede die regte optrede is (Ariel, 1995:123). Deur noukeurige bestudering van die *Torah* deur die rabbi’s, het 613 gebooe of *mitzvot* aan die lig gekom (Kramer, 1986:183; Krüger, Lubbe & Steyn, 1996:159; Neusner, 1974:95). Hiervan is 248 gebooe wat gedoen moet word, of positiewe gebooe, wat ooreenstem met die aantal bene wat in die menslike liggaam teenwoordig is (Kramer, 1986:183; Krüger *et al.*, 1996:159; Neusner, 1974:95). Daarteenoor staan 365 gebooe van daede wat ongeoorloof is, of negatiewe gebooe en dit klop met soveel dae as wat daar in ’n sonjaar is (Krüger *et al.*, 1996:159; Kramer, 1986:183; Neusner, 1974:95). Nie net die *Torah* nie, maar al die verwante geskrifte moet gereeld bestudeer word, sodat kennis van God verkry kan word (Krüger *et al.*, 1996:156). Deur kennis van God word wysheid verkry, wat ’n skeppingsdoel van die mens is (Glatzer, 1969:277). Die Hebreeuse bybel of *Tanakh* is uit die *Torah*, *Neviim* en *Ketuvim* saamgestel. Die *Torah*, ook bekend as die Pentateug, is saamgestel uit geskrifte van Moses, naamlik Genesis, Eksodus, Levitikus, Numeri en Deuteronomium (Cohn-Sherbok, 1994:131; Denny & Taylor, 1985:13 & 16; Krüger *et al.*, 1996:157; Neusner, 1975:7). Geloof as sodanig is onbelangrik in Judaïsme en is slegs ’n middel tot ’n doel, naamlik die bevordering van regte optrede ter verwesenliking van ’n goeie morele lewe (Epstein, 1954:72) en optrede wat die lewe volgens Judaïsme sinvol maak.

2.5.4.3 Islamitiese strewe na sinvolheid

Sinvolheid word volgens die Islamitiese instelling deur ’n strewe na en doelgerigte inspanning tot selfverbetering op individuele sowel as gemeenskapsvlak verkry (Krüger, *et al.*, 1996:245). In *The Holy Qur’an*, vertaal Ali (1993:77) word die strewe soos volg verwoord: “And make not your own hands Contribute to (your) destruction; But do good;

For God loveth those Who do good” (S. ii. 195, The Holy Qur’an, vertaal Ali, (1993:77). Volgens die Islamitiese leerstellinge is daar slegs een God wat verdien om aanbid te word, die een God van die Heelal, naamlik Allah (Kramer, 1986:261; Krüger *et al.*, 1996:232). Alle mense is voor God gelykwaardig en kan sonder tussenganger in ’n direkte verhouding met God staan (Krüger *et al.*, 1996:233).

Die Islamitiese geloof word deur die uitvoering van vyf elemente, waarna verwys word as vyf pilare, vergestalt. Hierdie “*Vyf Pilare*” waardeur alle Moslems verenig word, is:

Shahadah; belydenis dat daar geen God anders as Allah is nie;

Salat/Salah; die daaglikse gebed wat vyf keer per dag gebid word;

Saum/Sawm; deur gedurende die negende maand (Ramadan) te vas;

Zakat; die gee van liefdegawes;

Hajj; die pelgrimsreis vanaf Mekka na Medina (indien fisiek en finansiële moontlik) (Kramer, 1986:261-262; Krüger *et al.*, 1996:239-242; Howie, 2009:7).

Vir die Moslem is daar ’n duidelike onderskeid tussen intensies en daede wat betekenis het en sinvol in die lewe is; teenoor dié wat ongeluk tot gevolg het. “Verily, (the ends) ye Strive for are diverse. So he who gives (In charity) and fears (God), And (in all sincerity) Testifies to the Best, - We will indeed Make smooth for him The path to Bliss” (The Holy Qur’an, S.xcii. 4-7, vertaal Ali, 1993:1746-1747).

2.5.4.4 Sinvolheid vanuit ’n Boeddhistiese perspektief

Vanuit ’n Boeddhistiese perspektief kry die lewe sin en betekenis deur die navolging van vier edel waarhede wat deur Boeddha uitgeleef is (Krüger *et al.*, 1996:102-103). Boeddha word nie as ’n god beskou nie, maar as die mens wat die waarheid van die middeweg tussen selfbevrediging en selfpyniging ontdek het en ’n groot meester was (Krüger *et al.*, 1996:102-103). Na ernstige meditasie het Siddhartha Gautama ’nuwe insigte’ verkry en sy volgelingen het hom *Buddha* genoem, wat in Sanskrit verwys na “the awakened one” (Krüger *et al.*, 1996:99). Die Boeddha het in sy eerste leringsoptrede in die takbokpark sy volgelingen ingelig oor die vier edel waarhede (Bodhi, 1984:2-3; David-Neel, 1977:25; Ellinger, 1995:20-21; Humphreys, 1974:51; Kramer, 1986:79; Krüger *et al.*, 1996:109-110; Pye, 1979:69; Saddhatissa, 1976:34). Die pad waarna die Boeddha verwys het, is die Boeddhistiese ‘middelpad’ of ‘edel agtvoudige pad’ en word beskryf

as 'n wyse waardeur met geopende oë verstaan kan word; en sodoende word insig, vrede en 'n dieper wysheid bekom (Kramer, 1986:78). Die lering van die Boeddhistiese edel waarhede is (Bodhi, 1984:2-3; David-Neel, 1977:25; Ellinger, 1995:20-21; Humphreys, 1974:51; Kramer, 1986:79; Krüger *et al.*, 1996:109-110; Pye, 1979:69; Saddhatissa, 1976:34);

- die eerste Boeddhistiese edel waarheid is die waarheid van 'n lewe vol lyding of smart;
- die tweede edel waarheid is die oorsprong of oorsaak van die lyding of smart;
- die derde edel waarheid is die staking of afstanddoening van die lyding of smart;
- die vierde edel waarheid verwys na die agtvoudige weg of wyse waarop daar 'n einde aan die lyding gebring kan word.

Pye (1979:69) verduidelik: "The teaching on the four noble truths is given in a simple form entirely consistent with its appearance in the enlightenment story. First comes the truth of suffering, or sorrow (*dukkha*), then the cause of suffering, then the cessation of suffering, and lastly the path which leads to that cessation". Die edel agtvoudige pad word voorgestel as die volledige lewenswyse waardeur lyding oorwin kan word en sluit die vier edel waarhede in (David-Neel, 1977:56; Humphreys, 1974:51-52; Kramer, 1986:79; Krüger *et al.*, 1996:110-111). Die edel agtvoudige pad word ook na verwys as die pad met agt takke (David-Neel, 1977:56) en kan soos volg opgesom word;

- wysheid wat bestaan uit regte motiewe of sienswyse en
- regte voorneme;
- moraliteit wat gekenmerk word deur regte wyse van spraak,
- regte optrede,
- regte lewenswyse en
- regte ingesteldheid wat ontwikkel moet word ten einde die finale vlak van
- regte aandag en meditasie te bereik waardeur
- die gemoed, gesindheid en verstand beheer kan word (David-Neel, 1977:56; Humphreys, 1974:51).

2.5.4.5 Die betekenis van 'n sinvolle lewe volgens Hindoeïsme

Die Upaniṣads vorm vir die Hindoe die hoogtepunt van hulle soeke na betekenis, sinvolheid en 'n doel in die lewe (Krüger *et al.*, 1996:67). Die soeke na kennis van

subjektiewe belewenisse, eerder as dade, is vir die Hindoe van groot belang (Krüger *et al.*, 1996:67). In die *Eight Upaniṣads Vol. Two* (1986:84) staan dit soos volg: “O adorable sir, (which is that thing) which having been known, all this becomes known?” (Muṇḍaka Upaniṣad, I.i.3). Die persoonlike ingesteldheid in die soeke na sinvolheid en betekenis se belangrikheid word soos volg gestel in die *Eight Upaniṣads Vol. Two* (1986:158): “The man of pure mind wins that world which he mentally wishes for and those enjoyable things which he covets” (Muṇḍaka Upaniṣad III i 10). Vanuit ’n Hindoeïstiese perspektief word ’n sinvolle lewe verkry deur insig in en verryking deur subjektiewe belewenisse (Krüger *et al.*, 1996:67).

2.5.5 Opsomming van literatuurstudie met betrekking tot betekenisvolheid

Die soeke na die sin en betekenis in die lewe is ’n komponent van menslike heelheid. Die verskillende gesigspunte oor sinvolheid verwys na elke persoon se eiesoortige betekenisgewing aan die sinvolheid van sy lewe. Die sinvolheid van ’n persoon se lewe, ’n beleving van heelheid, gaan gepaard met ’n persoonlike ingesteldheid en word willend deur elke mens vir homself verkry.

2.6 DIE MENSLIKE WIL

Die omvangryke invloed wat ’n persoon se wil op menslike sienswyse het, het tot gevolg dat groot belangrikheid aan die wil toegedig word. Hierdie wil, vermoë of strewe gee rigting aan ’n persoon se lewe; maar kan ook deur mense, situasies of spirituele oortuiginge beïnvloed word.

2.6.1 Die verband tussen wil, ingesteldheid, sinvolheid, geloof en hoop

Die mens beskik oor ’n inherent onafhanklike wil waardeur sy ingesteldheid en optrede gerig word. Hierdie onafhanklike wil en vryheid van optrede is volgens Plotinus (205–270) nie gerig op die uiterlike waarneembare dade nie, maar op die innerlike begrip en bemeestering van deugsaamheid (MacKenna & Page, 1952:345). In die agtste traktaat van die sesde *ennead* (negetal boeke of redevoerings), omskryf Plotinus die selfbeskikking van die vrye wil ten spyte van eksterne voorskrifte of opdragte (MacKenna & Page, 1952:345) en verwoord die vryheid van die wil soos volg: “... herein lies our will which remains free and self-disposing in spite of any orders which

it may necessarily utter to meet the external. All then that issues from will and is the effect of will is our free action". Ofskoon die wil as entiteit omskryf word, is dit ook onlosmaaklik verweef met sinvolheid, keuses en verantwoordelikheid, geloof, hoop en 'n strewe na heelheid. Die wil of begeerte om sinvolheid te beleef, is 'n werklikheid en nie slegs 'n geloofsaak nie (Frankl, 1979:31).

Die wil om te lewe is nou verwant aan hoop, wat een van die belangrikste motiverings vir lewenskrag is (Ross, 1995:459). Aangesien 'n persoon wat hoop verloor, 'n gevoel van magteloosheid beleef, word die wil om te lewe sodoende negatief beïnvloed (Ross, 1995:459). Die teendeel is ook waar, aangesien 'n sterk wil om te lewe, gekombineer met hoop en geloof, die spreekwoordelike *wonderwerke* kan laat gebeur (Ross, 1995:459).

Volgens Aurelius Augustinus (354–430) het die menslike wil oppergesag oor die intellek (Matson, 1987:196). Daarby word die menslike wese bepaal deur die wil en nie die intellek nie. Verder word geloof nie deur die wil gedra nie, maar die wil is nogtans beslissend vir die geloof (Matson, 1987:196-197). Matson (1987:197) stel die verband soos volg: "Belief does not determine the will; on the contrary the will determines belief. The phrase '*will to believe*', made famous in our century by William James, comes from the Saint's writings".

2.6.2 Filosofiese en psigologiese sienswyses oor wil

Die vryheid van die wil bring mee dat die doel waarvoor die wil aangewend word, bepaal of die wil goed of sleg is. Vir 'n wil om volgens Augustinus goed te wees, moet waarheid die wil omsluit (Matson, 1987:199). 'n Aantal filosowe se sienswyse betreffende die menslike wil word vervolgens omskryf.

2.6.2.1 Kant se perspektief op die wil

Volgens Kant kan niks op hierdie aarde of selfs daarbuite bedink word wat sonder kwalifisering, onvoorwaardelik as goed omskryf kan word nie, behalwe 'n goeie wil (Abbott, 1963:9; Lindsay, 1970:169; Rabel, 1963:154). Enige ander hoedanigheid of talent is ongetwyfeld goed, maar kan ook geweldig sleg en nadelig wees, afhangend van die onderliggende wil waardeur die saak gedra word. Die wil is die ingesteldheid

wat aan optrede en gebeure karakter gee, wat bepaal wat die uitkoms sal wees (Abbott, 1963:9; Lindsay, 1970:169; Rabel, 1963:154). Vandaar die stelling deur Kant (in Lindsay, 1970:169): “ ... the autonomy of the will is the supreme principle of morality”. Die basiese stelling waarop Kant se formulering van deugdelikheid berus, is die wil (Lindsay, 1970:169). Voortreflikheid word volgens Kant (Lindsay, 1970:169) bepaal deur die verhouding daarvan met die wil. Deug of 'n goeie eienskap is 'n direkte eienskap van die wil, terwyl die saak wat gewil is, 'n indirekte eienskap van die wil is. Daar is wel sekere eienskappe wat in diens van 'n goeie wil kan wees en sodoende 'n bydrae kan lewer. Maar niks is onvoorwaardelik van waarde nie; alles is ondergeskik aan en voorveronderstel 'n goeie wil (Abbott, 1963:9). Kant (in Abbott, 1963:9) skryf in dié verband: “Thus a good will appears to constitute the indispensable condition even of being worthy of happiness”.

Volgens Kant kan 'n goeie wil nie op sigself goed of nie goed wees omdat iets daardeur gedoen of bereik kan word nie, maar word deug suiwer deur die eerbaarheid van die wilsinspanning bepaal (Abbott, 1963:10; Rabel, 1963:154). Vir Kant is die wil as 'n soort kousaliteit 'n deel van lewende wesens in die mate dat die wil rasioneel is (Abbott, 1963:65). Met vryheid kan daar dan effektief en onafhanklik van vreemde oorsake gehandel word (Abbott, 1963:65). Hierdeur word aan die wil 'n onafhanklikheid gegee waardeur wil dan in elke handeling 'n reël of wet vir homself kan wees (Abbott, 1963:65-66). Kant (in Abbott, 1963:66) verklaar: “Now this is precisely the formula of the categorical imperative and is the principle of morality, so that a free will and a will subject to moral laws are one and the same”.

Alles in die natuur is, volgens Kant, aan wette onderhewig. Verstandelik begaafde wesens wat oor 'n wil beskik, beskik oor die vermoë om volgens die begrip en kennis van wette en wettiese beginsels op te tree (Abbott, 1963:29). Aangesien die vermoë om van beginsels tot aksie oor te gaan, afhanklik is van verstandelike beredenering, is die wil niks anders as praktiese beredenering nie (Abbott, 1963:29). Wanneer redelikheid nie genoegsaam bepalend vir die wil is nie, wanneer die wil ook onderhewig aan subjektiewe toestande is, is die optrede subjektief wisselvallig (Abbott, 1963:29). Dan is die wil volgens objektiewe wette 'n verpligting en is die verhouding tussen objektiewe wette en die wil nie heeltemal goed nie (Abbott, 1963:29-30). Wanneer 'n objektiewe beginsel verpligtend vir die wil is, ontstaan 'n opdrag van die rede wat gebiedend is en

deur die woord *moet* omskryf word (Abbott, 1963:29-30). Die wil is daargestel as bepalende faktor om in ooreenstemming met sekere aanvaarde wette op te tree. Kant redeneer dat slegs rasonale wesens oor hierdie vermoë beskik (Abbott, 1963:45; Rabel, 1963:161).

Die einddoel, volgens Kant, is aspekte wat vir die wil in besluitneming as objektiewe rigtinggewer dien. As hierdie vermoë aan rede toegeskryf kan word, moet hierdie vermoë op alle rasonale wesens van toepassing wees (Abbott, 1963:45). Kant onderskei tussen 'n subjektiewe wilsrag wat begeerte as oorsprong het en 'n objektiewe wil wat op grond van die motief bepaal word (Abbott, 1963:45). Om in volkome harmonie met die universele praktiese rede te wees, moet die wil 'n universele, wetgewende wil wees (Abbott, 1963:49). Die wil wat die optrede of daed rig, is daarom nie net onderworpe aan die wet nie, maar moet as 'n wet op sigself gesien word (Abbott, 1963:49). Vandaar Kant se sienswyse dat plig gekoppel is aan 'n goeie wil, maar ook aan hindernisse en beperkinge waardeur die suiwerheid van die wil duidelik na vore kom (Rabel, 1963:155). Aanvullend hierby is die verpligting op elke rasonale wese om homself, sowel as elke ander wese nie te sien as 'n middel wat gebruik word nie, maar onder alle omstandighede terselfdertyd ook as die oorsprong, 'n innerlike bron te erken (Abbott, 1963:52).

2.6.2.2 Sartre se sienswyse oor die wil

Volgens Sartre is die mens die wese wat oor 'n subjektiewe lewe beskik en word hy gedefinieer deur die wyse waartoe hy homself met bereidwilligheid laat ontwikkel (Mairet, 1973:28). Sartre se siening is dat die mens self verantwoordelik is vir sy optrede en wyse van bestaan in ooreenstemming met sy doel, oftewel wat hy veronderstel is om te wees en hoe hy homself sien en daardeur sy eie lewensportret skilder (Mairet, 1973:42) (verwys Ellis se stellingname oor die invloed van die wil op die mens se optrede: 3.3.2).

2.6.2.3 Frankl se stellingname oor die wil van die mens

Volgens Frankl (1979:47) beskik die mens oor 'n wil wat aan hom onbeperkte vryheid, as 'n eg menslike verskynsel verleen, omdat hy onder alle omstandighede 'n stelling kan inneem. Die objektiewe omstandighede waarin die mens hom bevind, is slegs

bepalend ten aansien van die kenmerke van die wilsbesluit wat hy uitoefen (Frankl, 1979:47). Deur die menslike vermoë om op enige gegewe moment sy vrye wil te verander, is die mens in staat om te eniger tyd sy eie karakter te vorm, te smee en ook te vervorm (Frankl, 1967:61). Volgens Frankl (1985:154) is die betekenis en sinvolheid van elke lewensituasie 'n voortvloeiende van die persoon se vrye wil. Frankl (1985:154) konstateer: "Man does not simply exist but always decides what his existence will be, what he *will* become in the next moment" [kursivering deur die navorser]. Hierdie wil tot sinvolheid, mag as betroubare waardebevestiging van 'n persoon se geestesgesteldheid gebruik word, aangesien 'n wil tot betekenis 'n ware manifestasie van menslikheid is (Frankl, 1979:34). Die wil vir 'n sinvolle lewe wat betekenis het, het in moderne sielkundige terminologie beskryf ook oorlewingswaarde.

2.6.2.4 Die belangrikheid van die wil volgens Ellis

Albert Ellis (1994:248) beklemtoon die belangrike en moontlik omvangryke rol wat die mens se wil op sy denke, gewaarwording en optrede het. Deur die invloed van die wil op die emosionele ingesteldheid en omstandighede uit te lig, te omskryf en 'n integrale deel van die hulpverleningswerkwyse te maak, word die persoon in staat gestel om heelheid te beleef (kyk 3.3.2.1 vir die invloed van die wil op rasonale optrede en kognisie).

2.6.3 Die rol van die wil vanuit religieuse perspektiewe

Vanuit 'n Christen perspektief word die vryheid van die menslike wil beklemtoon deur die volgende gedeelte in Openbaring 3:20: "Ky, Ek staan by die deur en Ek klop. As iemand my stem hoor en die deur oopmaak, sal Ek ingaan na hom toe en saam met hom ..". (Die Bybel (Naslaan), 2004:294). Paulus omskryf die waarde van die innerlike ingesteldheid en die beheer van die wil in die eerste brief aan die Korintiërs soos volg: "Maar hy wat in sy hart vasstaan en nie onder dwang verkeer nie, maar mag het oor sy eie wil en dit in sy hart besluit ..." (1 Kor 7:37, Die Bybel (Naslaan), 2004:206).

Die belangrikheid van 'n vrye wil is fundamenteel in Judaïsme, want daar is geskryf: "The freedom of the will is as axiomatic as the existence of God and the moral endowments of man" (Cohon, 1968:96). Vandaar volgens Glatzer (1969:324) die noodsaaklikheid van die bestudering van die geskrifte, maar veral die *Torah* in vertaling

deur Kaplan, sodat die mens kan onderskei: “See! Today I have set before you (a free choice) between life and good (on one side), and death and evil (on the other)” (Deut 30:15, *The Living Tora’h* (vertaal Kaplan), 1981:1017). Aan elke mens is ’n vrye wil toevertrou waardeur hy oor die mag beskik om sy begeertes te kan rig op die eerlike en goeie, indien hy daardie weg kies (Glatzer, 1969:324).

Vanuit ’n Islamitiese perspektief het die mens ’n vrye wil, maar word dringend versoek om wat reg is en wat God behaag, asook die aspekte wat tot voordeel van die mensdom is, te kies (Krüger *et al.*, 1996:235). In *The Holy Qur’an*, vertaling Ali (1993:1697) word daarna verwys soos volg: “ ... to whoever Among you wills To go straight” (S. L xxxi. 28); “Verse 28 points to human free-will and responsibility” (note 5996, *The Holy Qur’an*, 1993:1697).

In Sastry se vertaling van *The Bagavad Gita* (DIS vi.6) (1985:187) word verklaar: “To him who has conquered himself by himself, his own self is the friend of himself”.

2.6.4 Opsomming van sienswyses aangaande die menslike wil

Die veelduidigheid van die mens, sowel as sy lewe wat ’n immer veranderende kontinuum is, verleen belangrikheid aan die wil. Die wil mag selfs in ’n sekere situasie bepalend wees vir die strewe na en ook vervulling van heelheid. Daarby is die menslike wil nie losstaande van die maak van keuses en die verantwoordelikheid vir keuses nie, maar geïntegreer daarmee.

2.7 MENSLIKE KEUSE EN VERANTWOORDELIKHEID VIR EIE KEUSES

Die mens beskik oor die inherente vermoë om ’n keuse te kan maak. Reeds in die skeppingsverhaal word die mens voor ’n keuse gestel, gepaardgaande met die verantwoordelikheid vir sy keuse: “Van al die bome van die tuin mag jy vry eet, maar van die boom van die kennis van goed en kwaad, daarvan mag jy nie eet nie; want die dag as jy daarvan eet ..”. (Gen 2: 16-17, *Die Bybel* (Naslaan), 2004:6).

2.7.1 Verskillende perspektiewe op keusevermoë en verantwoordelikheid

Die belangrikheid van die uitoefening van ’n keuse en die verantwoordelikheid vir die gevolge gekoppel aan die besluit, kan omvangryk wees. Die mens kom elke dag voor

keuses te staan en die meeste daarvan is gekoppel aan alledaagse gebeure sonder 'n groot uitwerking; ander keuses is van groot belang met verreikende gevolge. Die keuses wat deur 'n persoon gemaak word, het 'n groot invloed op sy weg na, sowel as sy belewenis van heelheid. Glasser (1999:4) se sienswyse is: "We choose all our actions and thoughts and, indirectly, almost all our feelings and much of our physiology". Vervolgens sal 'n aantal filosofiese en psigologiese sienswyses oor keuses en die verantwoordelikheid vir dié besondere keuses omskryf word.

2.7.1.1 Sokrates se sienswyse oor keuse en verantwoordelikheid

Sokrates het groot klem gelê op elkeen se verantwoordelikheid teenoor kennis van die self, as die oorsprong van selfontwikkeling en integriteit (Drake, 1959:22-23; Magee, 1988:23). Deur die kontinue geestelike groei en verwesenliking van die mens se ingebore moontlikhede het Sokrates geglo die mens sal ontwikkel tot volkommenheid (Drake, 1959:23). Met sy kenmerkende induktiewe dialektiek het Sokrates sy volgelinge deur vraagstelling gelei tot hulle die nodige insig in, of kennis van morele waardes verwerf het. Hierdeur het die persone die denkvermoë ontwikkel om met ernstige analise die werklike betekenis en beperkinge van 'n omskrywing te wete te kom en sodoende die sin van 'n goeie lewe te ontdek. Dan sal hulle volgens Sokrates wys wees, in staat om die kennis waaroor hulle beskik met goeie oordeel te gebruik, die regte keuses te maak en 'n aanwinst vir hulself en hul land te wees (Drake, 1959: 23). Vandaar die bekende stelling deur Sokrates dat om 'n lewe sonder hierdie vraagstelling of noukeurige ondersoek te lei, eintlik nie van waarde is nie (Guthrie, 1971:93; Hamilton & Cairns, 1961:23; Jordan, 1987:70; Vlastos, 1995 :18): "... the unexamined life is not worth living by man".

2.7.1.2 Sartre se beskouing van keuse en verantwoordelikheid

Volgens Sartre is die mens 'n eie persoon, in staat om hom teenoor 'n objek te stel, vir homself oogmerke daar te stel en bewuste keuses te maak (Mairet, 1973:28). Hierdeur is elke persoon in beheer van homself en rus die volle verantwoordelikheid van sy bestaan op sy skouers. Hierdie verantwoordelikheid is egter omvattend en sluit verantwoordelikheid vir sy eie individualiteit, maar ook dié van alle mense in (Mairet, 1973:29). Daarom moet die mens homself afvra wat die uitkoms sal wees wanneer elke ander persoon optree soos hy optree (Mairet, 1973:30-31). Vandaar die stelling deur

Sartre (in Mairret, 1973:30): “In fashioning myself, I fashion man”.

Die mens bevind homself volgens Sartre in 'n georganiseerde situasie waarby hy nou betrokke is, waarin sy keuse homself sowel as die mensdom raak (Mairret, 1973:48). Hy moet kies, hy kan nie anders as om te kies nie — 'n keuse kan nie vermy word nie. Deur nie 'n keuse te maak nie, het hy wel 'n keuse gemaak (Mairret, 1973:48). Hierdeur word impliseer dat of 'n persoon in enige situasie doen of nie doen nie, sy keuse is; maar dit het ook tot gevolg dat om niks te doen nie, ook 'n keuse is wat 'n persoon uitoefen (Mairret, 1973:48). Sartre (in Barnes, 1956:481) postuleer: “In addition freedom is the freedom of choosing but not the freedom of not choosing. Not to choose is, in fact, to choose not to choose”.

2.7.1.3 Die verantwoordelikheid van lewenskeuses volgens Frankl

Die wyse waarop elkeen verantwoordelikheid vir sy optrede en gebrek aan optrede aanvaar, beïnvloed die verskillende keuses wat die persoon uitoefen.

Verantwoordelikheid bring mee dat die mens geroepe is om na die beste van sy vermoë die beste keuse op 'n gegewe tydstip te maak, sowel as om die beste gebruik te maak van elke oomblik (Frankl, 1967:31). Weliswaar is die keusevermoë onder sekere omstandighede beperk, maar die vermoë om 'n keuse uit te oefen, is 'n eg menslike vermoë. Frankl (1975:26) is die mening toegedaan: “I would say that being human is being responsible – existentially responsible, responsible for one's own existence”. Onlosmaaklik aan keusevermoë, is die verantwoordelikheid vir die uitwerking wat die keuse tot gevolg het. Frankl (1967:64) verklaar: “Man is free to be responsible, and he is responsible for the realization of the meaning of his life, the *logos* of his existence”.

Daar die mens se lewe 'n eenmalige gebeurtenis is wat deur geen ander mens of lewe vervang of herhaal kan word nie, is daar 'n verantwoordelikheid geplaas op elke menslike lewe (Frankl, 1967:17). Hierdie verantwoordelikheid is om die juiste antwoord op 'n vraag te gee, om die ware betekenis van die omstandigheid te vind (Frankl, 1969:62). Hierdie tweevoudige uniekheid dra by tot die mens se verantwoordelikheid (Frankl, 1967:17).

2.7.1.4 Die belangrikheid van keuses volgens Glasser

Die mens aanvaar volgens Glasser (2001:225) nie net volle verantwoordelikheid vir sy optrede nie, maar ook vir die keuses wat hy uitoefen. Hiervolgens is die mens verantwoordelik vir sy gedrag, denkwyses, gevoelens en ook fisiologie (Glasser, 2001:226-227). Deur verantwoordelikheid vir sy optrede te aanvaar, kan hy beleef 'ek is in staat' en ek voel heel (kyk betreffende die rol van die keuse van die mens: 3.4.2).

2.7.1.5 Religieuse perspektiewe op keuse en verantwoordelikheid

Daar die mens deur 'n wilsbesluit keuse uitoefen, dra hy ook die verantwoordelikheid van sy keuses en hul gevolge. Romeine 7:18 stel die volgende: "... want om te wil, is by my aanwesig" (Die Bybel (Naslaan), 2004:191).

"Maar hy wat in sy hart vasstaan en nie onder dwang verkeer nie, maar mag het oor sy eie wil en dit in sy eie hart besluit" (I Kor 7:37, Die Bybel (Naslaan), 2004:206). Elders, veral in die paradysgebeure (Gen 3), die gelykenis van die muntstukke (Matt 25:14-28; Luk 19:11-24) asook die verhaal van die verlore seun (Luk 15:11-31), word keuse en verantwoordelikheid uitgespel (Die Bybel (Naslaan), 2004:7, 37-38, 102-103 & 97-98).

The Holy Qur'an vertaal deur Ali (1993:738) konstateer: "Let him who will, Believe, and let him Who will, reject (it): For the wrong-doers We Have prepared a Fire" (Sxviii. 29); "Our choice in our limited Free-will involves a corresponding personal responsibility" (note 2371, *The Holy Qur'an*, 1993:738).

The Bhagavad Gita vertaal deur Sastry (1985:187) verklaar: "Let a man raise himself by himself, let him not lower himself; for, he alone is the friend of himself, he alone is the enemy of himself" (DIS. VI. 5).

2.7.2 Die mens se beperkte keuses, vryheid en verantwoordelikheid

Die mens beskik nie oor onbeperkte mag nie; hy is altyd onderhewig aan beperkinge, hetsy fisiek, intellektueel of emosioneel. Frankl (1969:65) redeneer: "It is true, man is free and responsible. But his freedom is finite. Human freedom is not omnipotence". Die belewenis van hierdie beperkinge is verskillend vir elke persoon, lewensomstandigheid

of situasie. Hoewel 'n mens oor 'n keusevermoë en vrye wil beskik en onder alle omstandighede 'n keuse uitoefen, is hy ook aan beperkinge van lewensomstandighede onderhewig. Sekere verswarende situasies het tot gevolg dat die persoon se keusevermoë baie beperk is.

Persoonlike stellingname en ingesteldheid, asook waardes, norme en die sinvolheid van lewe is bepalend vir en rig 'n persoon se optrede (Fromm, 1966:233). Die mens is geensins 'n hulpelose uitgelewerde aan omstandighede nie, maar danksy sy vrye wil is hy in staat om veranderinge, hoe beperk ook al, aan te bring. Die mens is by magte om ongeag die omstandighede, die inwerking van kragte, soms slegs ten dele, binne en buite homself te beheer om sodoende die invloed van gebeure te verander (Fromm, 1966:231 & 233). Chiu (2000:37) het in 'n studie van die beleefde ervaring van 15 Taiwanese vroue met borskanker gevind dat die meeste vroue die durf gehad het om volle verantwoordelikheid vir hulle lewens en hulle keuses te aanvaar. Chiu (2000:37) stel dit só: "Most of the women mentioned that they had taken responsibility for their survival and that they also were responsible for their own happiness". Deur hierdie moed aan die dag te lê, het hulle minder jammer vir hulself gevoel en is hulle lewens verryk (Chiu, 2000:29-37).

2.7.2.1 Sartre en Frankl se sienswyse oor vryheid en keuse

Sartre, net soos Frankl in sy eksistensiële siening, lê klem op die mens se vryheid van keuse, asook die gepaardgaande verantwoordelikheid vir die uitkoms van die keuses. Die mens is verantwoordelik vir die vervulling van betekenis en sin in sy eie lewe (Frankl, 1975:121) en daarby ook volgens Frankl (1969:74) "... responsible for what to do, whom to love, and how to suffer. Once he has realized a value, once he has fulfilled a meaning, he has fulfilled it once and forever". Die wese van vryheid is die betekenis wat daardeur aan 'n spesifieke optrede gegee word. Die keuse wat die mens in die wêreld maak, is terselfdertyd ook die wyse waardeur hy die wêreld ontdek (Barnes, 1956:461). Die vryheid waaroor die mens beskik, skep ook die beperkinge wat die mens verduur (Barnes, 1956:495). Hierdie vryheid waaroor die mens beskik, is terselfdertyd afhanklik van die vryheid van ander; en die vryheid van ander is afhanklik van dié persoon se vryheid (Sartre, 1973:51-52). Sartre (in Barnes, 1956:495) verduidelik: "Thus our freedom itself creates the obstacles from which we suffer". Vryheid kan slegs

as beperkte vryheid bestaan aangesien die keuses van wat die mens gaan doen en wat vir die persoon moontlik is, daardeur bepaal word (Barnes, 1956:495). Elke keuse wat die mens maak, impliseer seleksie, elke keuse het beperkinge vanweë die begrensdeheid van die mens (Barnes, 1956:495). Sartre (in Barnes, 1956:495) is van mening: "Thus freedom can be truly free only by constituting facticity as its own restriction".

2.7.3 Opsomming van die mens se keuses en die verantwoordelikheid vir die keuses uitgeoefen

Die verantwoordelikheid gekoppel aan die feit dat die mens ook in die wêreld is, bring mee dat sy besluite ook die beswil van ander mense beïnvloed. Die mens is geensins uitgelewer, willoos of sonder 'n eie inset nie. Hy is in 'n uitvoerende posisie as mens gestel, maar is ook verantwoordelik vir sy eie keuses, besluite en optrede om sodoende sinvolle betekenis aan sy lewe te gee. Die aanvaarding van hierdie verantwoordelikheid is dikwels 'n moeilike taak, veral wanneer die besluit onder moeilike en beperkende omstandighede uitgevoer moet word. Die uitkoms hiervan is dat die mens uitvoering gee aan sy keuse en/of die verantwoordelikheid gekoppel aan die keuse, mag probeer vermy of die blaam op 'n ander wil plaas. Die keuses wat 'n persoon maak in sy soeke na heelheid, beïnvloed homself, sy medemens, sowel as sy verhouding met sy medemens.

2.8 DIE MENS AS VERHOUDINGSWESE

Die mens is 'n wese wat deurentyd op verskillende vlakke en uit verskeie perspektiewe, in vele verhoudinge staan. Hierdie veelvoudige verhoudinge word op 'n sigbare sowel as 'n onsigbare wyse voltrek.

2.8.1 Die mens en sy verhouding met sy God of godheid

Die uiters belangrike en meestal rigtinggewende verhouding is die transenderende verhouding wat die mens met sy God of godheid het. Die mens se verhouding en verbinding met ander mense, sowel as die goddelike of hoër mag, is 'n integrale komponent van spiritualiteit (Adams *et al.*, 2000:167; Beringer, 2000:163; Chiu, 2000:36; Cook, 2004:547; Ingersoll, 1994:102; Purdy & Dupey, 2005:101; Rogers &

Dantley, 2001:591).

Daar word in talle religieuse geskifte deurgaans na hierdie goddelike verhouding verwys: “ ... en God het gesê: Dit is die teken van die verbond wat Ek sluit tussen My en julle en al die lewende wesens wat by julle is, vir ewige geslagte” (Gen 9:12, Die Bybel (Naslaan), 2004:13); “Ek is die Here jou God” (Eks 20:2, Die Bybel (Naslaan), 2004:85); “Tog was Ek, die Here, jou God” (Hos 13:4, Die Bybel (Naslaan), 2004:909).

“I will make a covenant between Me and you” (Gen 17:2); “I am God your Lord” (Lev 26:13, The Living Tora’h, 1981:75 & 641).

“Ye people! Adore your Guardian – Lord”, (S. ii. 21); “God is enough for a Protector, And God is enough for a Helper” (S. iv. 45) (The Holy Qur’an, 1993:21 &194).

“ ... but whoso worship Me with devotion, they are in Me, and I am also in them” (DIS. ix. 29, The Bhagavad Gita, vertaler Sastry, 1985:256).

“He is hidden in all beings; and hence He does not appear as the Self (of all)” (Kaṭha, Eight Upaniṣads, Vol. I, 1986:162).

2.8.2 Die menslike verhoudinge

Vir Martin Buber (1878–1965) is die kern van die lewe in verhoudinge geleë. Buber (in Smith, 1987:43) verduidelik: “In the beginning is relation – as category of being, readiness, grasping form, mould for the soul; it is the *a priori* of relation, *the inborn Thou*”. Volgens Buber is die primêre woorde “I, Thou, It” so belangrik dat hy hulle met hoofletters geskryf het. Vir hierdie studie sal die primêre woorde wanneer gebruik, met hoofletters weergegee word. (Die *Thou* is ’n vertaling uit die oorspronklike Duits van *Ich* und *Du*, waar “du” na “jy” verwys en nie na “U” nie, aangesien “Sie” na U verwys.)

Die primêre woorde is nie enkele woorde nie, maar is samestellinge, tweevoudig en in ’n spesiale verhouding met mekaar (Smith, 1987:15). Buber (vertaal Smith, 1987:15) verwoord dit soos volg: “Primary words do not signify things, but they intimate relations”. Hierdie primêre woorde word in *Ek–Jy* en *Ek–Dit* vervat (Smith, 1987:15). *Ek* is

tweevoudig, naamlik of in verhouding met *Jy* of *Dit*. *Jy* daarenteen, is altyd in verhouding met die *Ek* en kan slegs met die hele wese gesê word (Smith, 1987:15). Verder omskryf primêre woorde nie iets wat onafhanklik bestaan nie, maar word deur spraak, vanuit die hele wese, daargestel (Smith, 1987:15).

Volgens Buber kan *Ek* nie op sigself bestaan nie, maar is die *Ek* teenwoordig as primêre woordpaar wat in verhouding staan, naamlik *Ek–Jy* of *Ek–Dit* (Smith, 1987:16). Daarom, wanneer *Ek* gesê word, is daar 'n verhouding met of *Jy* of *Dit* (Smith, 1987:16). Net so wanneer *Jy* of *Dit* gesê word, is die *Ek* ook teenwoordig (Smith, 1987:16). *Ek* is teenwoordig as persoon, want deur die primêre woord te sê, vind vergestaltung plaas (Smith, 1987:16). Aangesien *Ek–Jy* en *Ek–Dit* nie in isolasie gesien of verstaan kan word nie, maar altyd in verhouding is; naamlik óf *Ek–Jy* óf *Ek–Dit*. Daar *Ek–Jy* en *Ek–Dit* essensieel onderling verbind is, huldig Cooper (2003:133) die sienswyse dat Buber se filosofie in sy wese fundamenteel holisties is.

Die subjektiewe wêreld kom tot stand wanneer *Ek* en *Jy* gesê word. Die drang om *Jy* te kan sê, word nie van 'n skeppende instink verkry nie, maar is die ingeskape drif tot verbinding in die mens. Buber (in Smith, 1964:114) maak die stelling: "... it is the longing for the world to become present to us as a person, which goes out to us as we to it, which chooses and recognizes us as we do it, which is confirmed in us as we in it". Hierdie *Ek* is in gesprek met 'n ander, hetsy deur woorde of in stilte, met die daarstelling van 'n lewende, wedersydse verbinding tussen hulle as oogmerk. Buber omskryf die verbinding soos volg (vertaal Smith, 1964:37): "There is genuine dialogue – no matter whether spoken or silent – where each of the participants really has in mind the other or others in their present and particular being".

Volgens Buber is daar in die verhoudingswêreld verskillende sferes teenwoordig (Smith, 1987:18). Die verhoudingsfeer tussen mense neem die vorm van spraak aan, is oop en die mens kan aan die *Jy* gee, asook van die *Jy* aanvaar (Smith, 1987:18-19). Daarenteen is die verhoudingsfeer met spirituele wesens 'n verhouding wat sonder spraak verwek is.

Die verhouding is versluier want selfs al word die verhouding aan die mens openbaar, is daar steeds geen spraak of direkte waarneming nie, ofskoon die mens beleef dat hy

aangespreek word. Die mens antwoord met sy wese, sonder woorde, maar deur gedagtes, vorme en optrede (Smith, 1987:19). Buber (in Smith, 1987:19) postuleer: “We speak the primary word with our being, though we cannot utter *Thou* with our lips”. Die mens wat die woord God sê, maar die ware *Jy*, watter vorm hy ookal daaraan heg, in gedagte roep, spreek die ware *Jy* van sy lewe aan. Die mens is in ’n verhouding met hierdie ware *Jy* wat alle ander insluit en ook deur geen ander *Jy* beperk kan word nie (Smith, 1987:100). Indien die mens wat homself as sonder ’n god sien en die goddelike verfoei, met sy hele wese die *Jy* in sy lewe aanspreek, die *Jy* wat volgens hom deur geen ander ingeperk kan word nie, spreek daardie mens God aan (Smith, 1987:100). Die ewige *Jy* word deur die mens op verskillende wyses en name aangespreek (Smith, 1987:99).

Die mens se ingesteldheid bepaal of hy met sy medemens ’n *Ek–Jy*- of ’n *Ek–Dit*-verhouding het. Cooper (2003:134) stel die verskil as: “ ... the I–It attitude and the I–Thou attitude is that, in the former, an other person is *experienced*, whereas in the latter, the other is *related to*”. Hiervolgens distansieer die mens homself van die ander in die *Ek–Dit*-verhouding en beskou hom as iets waarop ek fokus en aan aandag gee, of waarvan ek kennis verkry (Cooper, 2003:134). Die *Ek* van die *Ek–Dit* word bewus van homself as individualiteit en persoon wat kan gebruik en beleef. Hierdie individualiteit beteken dat hy hom onderskei van ander individue, in ’n natuurlike afgetrokkenheid en verwyder van sy ware wese (Smith, 1987:86).

In die *Ek–Jy*-verhouding daarenteen staan die mense nie teenoor mekaar nie, maar langs mekaar, stig verhouding en ag mekaar (Cooper, 2003:134). Sodoende is die mens in verhouding met ander en is hy in ’n geestelike vorm van natuurlike eenheid en in verbintenis. Hy is bewus van homself as persoon wat met ander kan deel en saamleef, bewus van sy ware wese, as enkeling of persoon in verbintenis (Smith, 1987:86). Buber (in Smith, 1987:22) verduidelik: “I do not experience the man to whom I say *Thou*. But I take my stand in relation to him, in the sanctity of the primary word”. Selfs al is die persoon wat ek as *Jy* aanspreek, te midde van sy eie belewenisse onbewus hiervan, bestaan die verhouding steeds aangesien die *Jy* meer is as wat die *Dit* kan bedink (Smith, 1987:22). Hieruit verduidelik Buber (in Smith, 1987:40) dat: “ ... the spiritual reality of the primary words arises out of a natural reality, that of the primary word *I–Thou* out of natural combination, and that of the primary word *I–It* out of natural

separation”.

Die mensdom word nie in *Ek–Jy*- of *Ek–Dit*-groepe verdeel nie. Hierdie is slegs die twee pole van menswees en elke persoon beleef die dualiteit van die *Ek* (Smith, 1987:88). Buber (in Smith, 1987:88) is van mening: “No man is pure person and no man pure individuality”. Die mens is as verhoudingswese, waar die *Ek* altyd tweevoudig en in samestelling met die *Jy* of die *Dit* is. Hierdie verhouding mag ‘n afsydige of ‘n toenaderende verhouding wees, maar geen mens is ‘n absolute enkeling sonder enige verhoudingsband nie.

Die belangrikheid van die menslike behoefte aan ‘n verhouding met ‘n ander mens is deel van die wese van die mens. *Die Bybel* (Naslaan) 2004:6 verwys daarna soos volg: “Dit is nie goed dat die mens alleen is nie. Ek sal vir hom ‘n hulp maak wat by hom pas” (Gen 2:18). In die skeppingsverhaal in Genesis 1, is die mens, man en vrou, na die beeld van God geskep (*Die Bybel* (Naslaan), 2004:6). Volgens Freeman is beide manlikheid en vroulikheid ‘n deel van God (Freeman, 1988:178). Freeman (1988:178) is van mening dat seksualiteit dikwels die grootste probleem in die mens se verhouding met God, die verhouding met homself, sowel as sy verhouding met ander is. Seksuele gevoelens en die ontvouing van seksualiteit is ‘n wyse waarop die mens uit homself beweeg, uitreik en bekend maak dat hy ‘n verhoudingswese is, wat ‘n behoefte aan intimiteit met ‘n ander beleef (Bilotta, 1981:22-23).

Volgens Buber (Smith, 1987:18) gebruik die mens die belewenisse van *Ek–Dit* om die wêreld rondom hom, naamlik die natuur, kennis en persone, te belewe. Hier leef en beweeg die mens saam met ander skepsels sonder dat die mens hulle bereik en wanneer die mens hulle as *Jy* aanspreek, kan hy nog nie met hulle praat nie. Die mens is in ‘n verhouding waarin hy aan die drumpel van spraak hang (Smith, 1987:18). Ruimte en tyd staan in verband met die *Dit*-wêreld ; terwyl die wêreld van *Jy* nie met enigeen in verband staan nie (Smith, 1987:50 & 128). Die wêreld van *Jy* vorm die middelpunt, daar waar die verlengde verhoudinge in die onsterflike *Jy* ontmoet (Smith, 1987:129). Die *Ek–Jy* is in verhouding, daar is ‘n verbintenis tussen hulle, terwyl die *Ek–Dit* ‘n verwydering bring, want nou is daar ‘n voorwerp (Smith, 1987:86). Die *Jy* is deel van die onsterflike en dit is hier waar die verlengde lyne van verhouding ontmoet: “ ... the inborn *Thou* is realised in each relation and consummated in none” (Smith,

1987:99).

Buber se sienswyse is dat daar 'n verhouding met die ware *Jy* van 'n persoon se lewe moet wees, ongeag watter vorm die verhouding vir hom aanneem. Hierdeur word die *Ek* nie geminag nie, want die *Ek* is belangrik vir die verhouding; maar dit dui daarop dat die versperring van verdeeldheid verwyder moet word (Smith, 1987:100-101). Hierdeur kry die persoon stabiliteit en is hy in staat tot die allerbelangrikste ontmoeting, wat Buber (vertaal Smith, 1987:101) verwoord as : "He has become an effective whole".

2.9 OPSOMMING VAN LITERATUURSTUDIE AANGAANDE DIE MENS SE SOEKE NA HEELHEID VANUIT 'N SPIRITUELE , FILOSOFIESE EN PSIGOLOGIESE PERSPEKTIEF

In hierdie hoofstuk is die menslike soeke na heelheid aan die hand van die wesenskenmerke van die mens oorwegend vanuit 'n spirituele en filosofiese perspektief omskryf. Die kwantum-teorie en kwantum-meganika het die mens se perspektief op navorsingsterrein in totaliteit verander van identifiseer, meetbaar omskryf en onderverdeel, na moontlike hipoteses en beredenerings soortgelyk aan dié eie aan die filosofie, met 'n klem op interverweefdheid. Hierdie verandering in denkwyse se rimpeleffek het alle ander studievervelde beïnvloed.

Die omvangrykheid van die mens is sodanig dat, hoewel aspekte van menswees en menslike soeke vanuit 'n spirituele, filosofiese en psigologiese perspektief toegelig is, die mens in totaliteit veel meer is as wat met woorde omskryf kan word. Aansluitend hierby is die onderskeie wesenskenmerke van die mens se omvangrykheid beklemtoon deur die sienswyses van verskillende filosowe, psigoloë asook religieuse perspektiewe te verbesonder. Ofskoon die mens se spiritualiteit grotendeels in 'n sfeer, waar die mens slegs 'n beperkte insig het soos om deur 'n spieël in 'n raaisel te kyk, funksioneer, is aspekte van daardie insig weergegee.

Die oplewing in spiritualiteit, veral vanuit die psigologiese perspektief, asook die beklemtoning van die belangrike veranderde rol van spiritualiteit in die lewe van die postmoderne mens, is uitgelig. Aansluitend hierby is die velerlei wyses waarop die mens spiritualiteit beleef en die leemte aan, asook sensitiwiteit vir die hantering van

spiritualiteit in die terapeutiese situasie omskryf. Vir die mens as spirituele wese is die integrering van spiritualiteit in die mens se lewe onlosmaaklik deel van heelheid; vandaar die verskeidenheid sieninge wat ingesluit is in die studie.

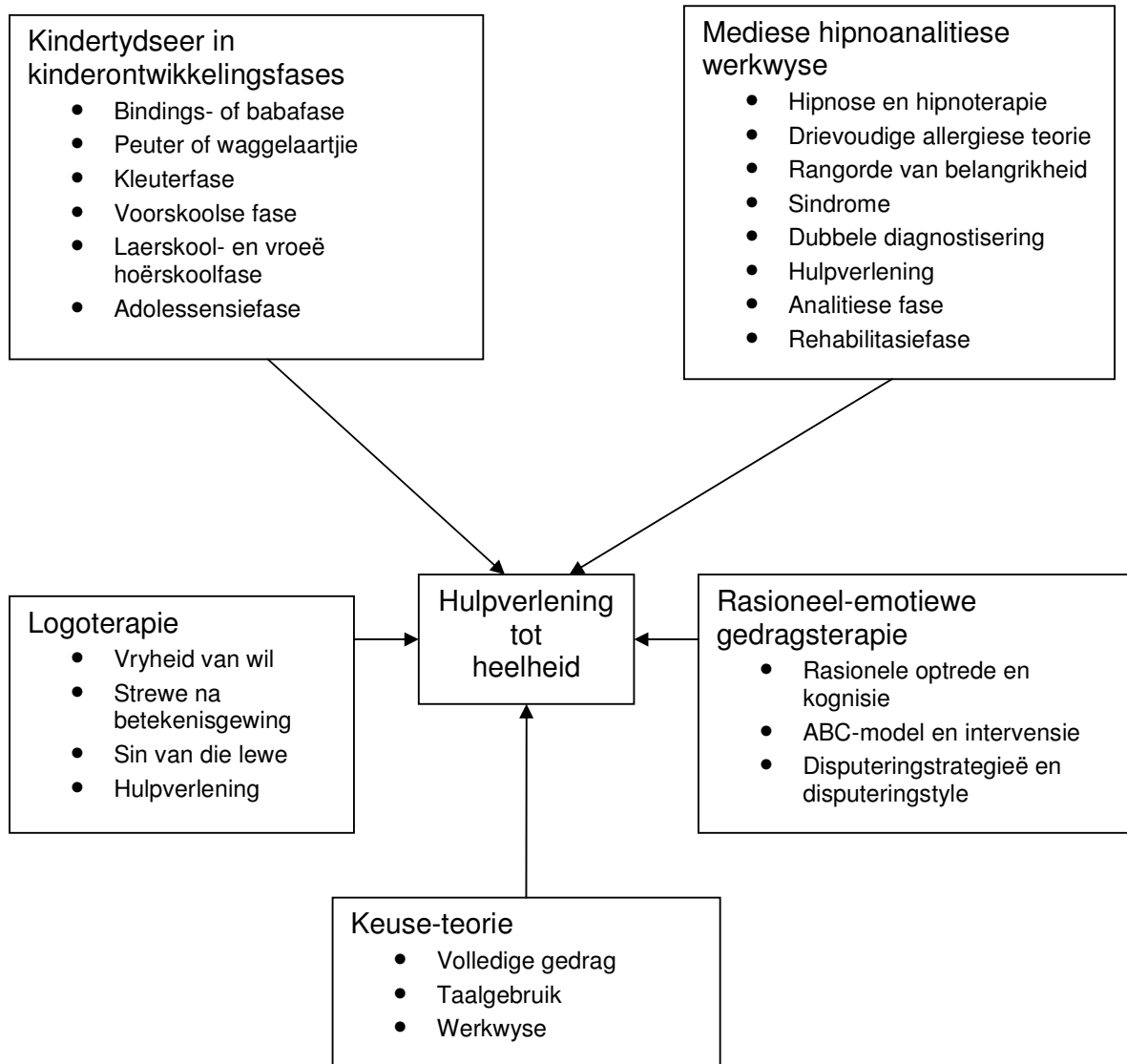
Die mens se uniekheid en eiesoortigheid word vergestalt in die wyse waarop hy willend optree, keuses uitoefen of vermy en ook die volle verantwoordelikheid aanvaar vir sy lewensreis in totaliteit en beleefde heelheid. Bykomend hierby is daar 'n spesiale doel vir elke mens om te verwesenlik, want daardeur sal sy lewe sinvol en betekenisvol wees en kan hy 'n gevoel van heelheid beleef. Gepaardgaande hiermee is die mens 'n verhoudingswese wat verhoudinge in verskillende sfere stig, asook sinvolheid en betekenis aan sy lewe gee. Fromm (1966:43) maak die stelling: "Man is alone and he is related at the same time". Die bespreking van fasette van die omvangrykheid van die mens, het ten doel die verkryging van 'n duideliker beeld van die mens se soeke na heelheid.

In hoofstuk drie sal die klem val op die beskrywing van 'n aantal psigoterapeutiese intervensiemetodes ten einde 'n intervensiemodel of hulpverleningswerkwyse waardeur persoonsheelheid verkry kan word, daar te stel. Hierdeur kan die mens wat 'n gebrokenheid, vasgevangenheid en onmag om sy lewensreis sinvol voort te sit beleef, in staat gestel word om 'n gevoel van heelheid te beleef.

HOOFSTUK 3

PSIGOTERAPEUTIESE INTERVENSIEWERKWIJSES

Die psigoterapeutiese werkwyses waardeur heelheidsterapie sterk beïnvloed is, word in figuur 3.1 diagrammaties voorgestel.



Figuur 3.1 Psigoterapeutiese intervensiewerkwyses wat 'n invloed op heelheidsterapie gehad het

3.1 ORIËNTERENDE INLEIDING

Die unieke omvangrykheid van die mens bring mee dat elke mens heelheid op 'n besondere wyse vergestalt. Heling is 'n proses wat 'n mens toelaat om die negatiewe wat in die verlede gebeur het, te verwerk, ten einde positiewe veranderinge by die mens te laat plaasvind. Wanneer terapeutiese hulpverlening vir die verkryging van persoonlike heelheid nodig is, gee elke mens op 'n eiesoortige wyse aan die terapeutiese inhoud betekenis. Deur die houvas wat die verlede op die hede het, te verbreek, is die mens in staat om denkpatrone oor die uitwerking van gebeure uit die verlede in die hede te wysig en nuwe denkpatrone aan te leer, want: "... therapy is learning, everyone can change" (Mosak, 2005:89). Hierdeur kan die mens 'n nuwe perspektief op die verlede, die hede en die toekoms verkry; en met heelheid die geleenthede en misterie van die huidige, sowel as die toekoms, tegemoet gaan (Zelling, 1996a:20). Zelling (1996a:20) verwoord hierdie proses soos volg: "Healing is an allowing, and we need to do everything we can physically, emotionally and spiritually to help that allowing to happen". Vanuit 'n psigologiese perspektief is Moreland (1998:42) van mening dat die tyd ryp is vir Christenfilosowe, -sielkundiges en -teoloë om die siel weer sy regmatige plek in die sielkunde te gee.

Galileo se bevindinge dat die aarde en ander planete in 'n wentelbaan om die son beweeg, het 'n omwenteling in die bestaande kennisbasis veroorsaak en 'n nuwe fase in die mens- en wêreldbeskouing van sy tyd tot gevolg gehad, met verreikende veranderinge. Die revolusionêre invloed van die kwantum-teorie op veral die hedendaagse mediese wetenskap se kennisbasis is soortgelyk aan Galileo se omwenteling. Moderne medici is egter steeds vasgevang in die Newtoniaans-Cartesiaanse beskouing dat slegs die dinge wat sintuiglik waargeneem kan word, bestaan. Die inmeekaargevlegtheid oftewel inmekaarverweefdheid van sielkundige hulpverlening met die psigiatrie mag tot gevolg hê dat sielkundige hulpverlening deur medici se siening beïnvloed word (Ritzman, 1990:146). Hoofstroom-medici tree volgens Spear en Spear (1996:126) nog steeds op asof hulle vas glo aan die Newtoniaanse perspektief, wat reeds meer as 50 jaar gelede as onjuis bewys is. Weens dié verouderde oortuiging is baie hedendaagse geneeskunde en sielkunde steeds op Newtoniaanse fisika uit die 1700's gebaseer. Ofskoon sekere nuwer en moderne ontdekkings soos antibiotika, polio-immunisering en orgaanoorplantings aan boord

geneem is, is die filosofie van die kwantumfisika waardeur die natuurwetenskap 'n nuwe denkwysse ontwikkel het, nie deur medici aanvaar nie (Ritzman, 1990:146). Wanneer uit die kwantumfisiese perspektief na individuele spirituele perspektiewe asook die invloed daarvan op die mens se lewe gekyk word, bepaal die religieuse of nie-religieuse denkpatoon die naam waarmee God, die Godheid, die Universele kragbron, die kosmos of 'natuurwette', omskryf word. Volgens Spear en Spear (1996:127) bepaal 'n persoon sy leefwêreld deur sy gedagtes en verwagtinge en sodoende word elke persoon die skepper van sy wesenlike wêreld.

Die algemene denkwysse dat 'n mens bestaan uit 'n liggaam en verstand ("body-mind"), of liggaam, verstand en gees, is volgens Zelling (1993:81) 'n foutiewe aanname, aangesien die uitgangspunt die liggaam in plaas van die gees is. Zelling (1993:81) is die mening toegedaan: "... we are a spirit and we have a body, a mind, and emotions". Vir heling om te kan plaasvind, word die gees (spirituele), die liggaam (fisieke) en die verstand (intellek) betrek. Ofskoon al drie die afsonderlike komponente saam 'n onverdeeltbare eenheid vorm, waarvan elke komponent se begin of einde onbekend is, is die spirituele die belangrikste komponent (Ritzman, 1990:149-150). As die invloed van die verstandelike en spirituele aspekte van heling as 'n eenheidsproses genegeer word, sal die helingsproses volgens Ritzman (1990:147) 'n misterie bly. Janas (1990:30) se sienswyse is: "It may be time to start reversing the trend and let physicians be the 'healers' they have been in the past; and let psychotherapists be the 'soul healers' as the noun implies".

Die doel van psigoterapie word deur Corsini (2005:6) soos volg beskryf: "All psychotherapies are intended to change people; to make them think differently (cognition), to make them feel differently (affection), to make them act differently (behavior)". Met die bespreking in hoofstuk twee betreffende die wesenskenmerke van die mens sal as uitgangspunt verskeie terapeutiese werkwyses bestudeer word om 'n moontlike intervensiewerkwyse vir heelheid daar te stel. In die literatuurstudie van die onderskeie werkwyses is gekonsentreer op bronne deur die grondleggers van sodanige terapeutiese werkwyses. Die eerste werkwysse wat vervolgens omskryf word, is mediese hipnoanalise.

3.2 DIE MEDIESE HIPNOANALITIESE WERKWYSE

Mediese hipnoanalise is 'n gefundeerde wyse van terapeutiese hulpverlening aan 'n persoon in nood en word soos volg deur Pizzi (1992:122) omskryf: “ ... in Medical Hypnoanalysis is the term ‘*Medical*’, which stands for the medical model: Find the cause, deal with it and cure the symptom”. Die aard en omskrywing van hipnose en hipnoterapie word as inleiding tot hierdie psigoterapeutiese hulpverleningswerkwyse gebruik.

3.2.1 Aard en omskrywing van hipnose en hipnoterapie

Hipnose mag steeds, ten spyte van dekades se suksesvolle gebruik van hipnoterapie, foutiewelik met verhoogkunstenaars of magiese, selfs demoniese magte geassosieer word. Hierdie natuurlike toestand, gekenmerk deur 'n kombinasie van ontspanning, konsentrasie en ontvanklikheid, vind spontaan in 'n mens se lewe plaas.

3.2.1.1 Hipnose

Ofskoon die ontstaan van die gebruik van die hipnotiese fenomeen dikwels aan Mesmer toegedig word, dateer hipnose uit die antieke tyd en is hipnose deel van primitiewe kulture se sangerige praat en trommeslag (Bryan, 1963a:11; Whitehead, 1965:19). Volgens Hunter (2000: 32-33) toon hiërogliewe dat die Egiptenare so vroeg as 3000 v.C. oor die nodige kennis beskik het om hipnose te gebruik. In religieuse seremonies, helingseremonies en ander seremonies van mense regoor die wêreld, dalk selfs in die prehistoriese era, is elemente gevind wat essensieel is om mense in 'n hipnotiese trans te plaas (Bryan, 1963a:11; Hunter, 2000:32-33). Whitehead (1965:19) maak die stelling: “Thus it is with hypnosis, it is as old as man himself and through our studies and research we only ‘rediscover’ those truths”.

Die veelvuldige definisies van hipnose is 'n aanduiding van die omvangryke gebruiksmoontlikhede daarvan. Enkele definisies van hipnose vanuit 'n terapeutiese perspektief word in tabel 3.1 weergegee.

Tabel 3.1 Definiesies van hipnose uit die terapeutiese literatuur

DEFINISIE	BRON
"It is an unusual state in which the mind is so completely focused on immediate thoughts or events that it disregards all surrounding stimuli".	Boswell, 1961b:27
"Hypnosis is an altered state of consciousness in which the patient's mind is concentrated on certain things suggested by the hypnotist so that most other incoming stimuli are ignored".	Parlour, 1961:15
"Hypnosis is a normal, physiological, altered state of consciousness, similar to but not the same as being awake; similar to but not the same as being asleep, and is produced by the presence of two conditions: (1) A central focus of attention, and (2) surrounding areas of inhibition".	Bryan, 1962:41
"Hypnotism is the science of communication with and utilization of the entire human mind, both conscious and subconscious".	Boswell, 1965:25
" ... a normal, physiological state of mind, having some characteristics of both the state of sleep and the state of waking, but being in actuality neither".	Bryan, 1968:35
"Let us use the term <i>increased suggestibility</i> to describe this state of mind. Now let me hasten to explain that hypnosis is accomplished <i>through</i> increased suggestibility".	Rappaport, 1974:93
"Hypnosis is both a natural state of mind and a process in which patient and doctor cooperate to benefit the patient".	Janas, 1976:66
"My definition of hypnosis is expectancy and acceptance".	Zelling, 1987:3
"A hypnotic state is a state in which the conscious mind is so preoccupied or confused, that a thought created by a statement or by experience can bypass the critical factor and pass powerfully into the subconscious mind".	Ritzman, 1987a:48

Definisie	Bron
<p>“Hypnosis is an <i>altered state of consciousness</i>, a state of mind, where the body is relaxed and the mind is super-concentrated, and the mind is more open to receive and accept suggestions”.</p>	<p>Matez, 1992:12</p>
<p>“The state of hypnosis is that condition wherein the right brain is dominating the thought processes, the mind is concentrated, the critical factor is minimal and by some unknown neurological correlates, there is an emotional sensitivity which goes beyond just right brain functioning”.</p>	<p>Scott, 1996:49</p>

Samevattend uit bostaande definisies volg dit dat hipnose 'n normale fisiologiese toestand is, gekenmerk deur 'n andersoortige bewussynstaat. Die regterbrein wat denkprosesse domineer, is so gefokus dat daar wedersydse betrekkinge tussen die bewuste en die onderbewuste is. Sodoende kan 'n emosionele sensitiwiteit vergestalt word waardeur suggesties ontvang en aanvaar word. Die toestand van in hipnose wees of trans, kan op 'n aantal wyses verkry word. Die mees voor die hand liggende vir hipnoterapie, is wanneer die terapeut iemand met die persoon se samewerking en vir terapeutiese hulpverlening in trans plaas. 'n Impak soortgelyk hieraan, is gedurende 'toevallige hipnose' waar 'n jong kind byvoorbeeld in 'n toestand van outomatiese trans mag wees. Die rede vir outomatiese trans is dat die vermoë om bewustelike denke te skep waardeur inligting verkry, gekritiseer, verander of totaal uitgeblok word, nog nie voldoende by die kind ontwikkel is nie (Ritzman, 1987a:49). Volgens Ritzman (1987a:49) word na hierdie tipe hipnose deur Dave Elman, as “waking hypnosis” verwys. Scott (1996:43) verduidelik onder die opskrif “spontaneous trance”: “Reality situations may be exemplified by what is sometimes called waking hypnosis. Such situations happen frequently with children wherein a particularly captivating or traumatic event takes place and makes a lasting impression on the memory system”. Kinders en siek mense is bereid om alles te glo wat aan hulle gesê word, aangesien hulle volgens Ritzman (1987a:49) outomaties in 'n hipnotiese toestand is. Vandaar die sterk suggestiewe vermoë en belangrikheid van die woorde wat ouers met kinders, sowel as 'n mediese dokter met sy pasiënte gebruik.

Wanneer 'n persoon emosioneel kwesbaar is soos 'n jong kind, 'n siek persoon of

gedurende die voer van 'n sterk emosie belaaide gesprek, kan sterk negatiewe betekenisgewing plaasvind. Herhaalde soortgelyke gebeurtenisse met dieselfde gevoelswaarde mag so oorweldigend wees dat die gebeure 'n beperkende invloed op die persoon se lewenskwaliteit uitoefen. Gedurende die beplanning van die terapeutiese werkwyse na die inname-onderhoud, gebruik die terapeut hierdie inligting as 'n belangrike uitgangspunt vir die herbetekening van gebeure. Sodanige inligting is vir die terapeut van kardinale belang vir suksesvolle hulpverlening tot heelheid (kyk hoofstuk 5). Die gebruik van hipnose tydens 'n terapeutiese werkwyse word vervolgens omskryf (kyk 5.3.1).

3.2.1.2 Hipnoterapie

Hipnoterapie is 'n omvattende term vir 'n eklektiese werkwyse wat na die gebruik van terapeutiese tegnieke in 'n hipnotiese staat verwys. Hunter (2000:5) is van mening dat: "All hypnotherapy employs the use of hypnosis; but not all hypnosis is hypnotherapy". Hipnose is volgens Scott (1996:ix) 'n eklektiese modaliteit omdat hipnose vir verskillende teoretiese benaderinge vatbaar is. Vir 'n eklektiese werkwyse moet die praktiserende hipnoanalise onderlê wees in 'n verskeidenheid teoretiese beginsels van psigoanalise en oor 'n grondige kennis van bestaande terapeutiese werkwyse, in die besonder psigoterapeutiese teorieë en werkwyse, beskik (Scott, 1989a:24). Goldstein (1974:123) sluit aan by Scott se siening en beklemtoon dat hipnose in 'n verskeidenheid psigoterapeutiese werkwyse met vrug gebruik kan word.

Indien 'n gedagte of gevoel vinniger as die spoed van lig beweeg en ook vorentoe en agtertoe beweeg, is die uitvloeisel daarvan dan dat 'n mens die verlede sowel as die toekoms deur jou gedagtes kan beïnvloed? Indien hierdie vraagstelling moontlik is, kan 'n mens volgens Spear en Spear (1996:127) deur die herevaluering van traumatiese gebeure uit die verlede, die gedagte of gevoel in die hier-en-nou volgens jou huidige behoefte herstruktureer. Spear en Spear (1996:127) voer aan: "In hypnotherapy we abreact individuals through past traumas until they change their interpretation of the event and can experience it with neutrality or a positive attitude". Vervolgens word mediese hipnoanalise omskryf as 'n terapeutiese intervensiewerkwyse waardeur hulp verleen word aan 'n persoon met 'n gevoel van 'vasgevang' en 'ek is nie in staat tot nie'.

3.2.2 Teoretiese omskrywing van die mediese hipnoanalitiese werkwyse

In die teoretiese omskrywing van die mediese hipnoanalitiese werkwyse word veral op die omvang en praktiese terapeutiese toepassing daarvan gefokus. Die hipnoanalitiese werkwyse is in wese 'n psigoanalities-georiënteerde terapeutiese werkwyse deur middel van hipnose, gebaseer op die mediese model (Scott, 1996:36). Die term 'mediese' in die mediese hipnoanalitiese intervensiewerkwyse verduidelik die wyse of volgorde van die terapeutiese verloop (Matez, 1992:12).

Die terapeutiese verloop in mediese hipnoanalise is soortgelyk aan dié wat 'n mediese dokter in die behandeling van 'n pasiënt volg. Eerstens word 'n volledige historisiteitsgesprek gevoer, waardeur die terapeut agtergrondkennis deur verbale en nie-verbale kommunikasie bekom. Hierdeur kan die terapeut 'n voorstelling van die persoon se lewensgebeure verkry (Ayers, 1993b:40; Bryan, 1963b:27, 1972:225, 1986:59; Matez, 1986:70; Ritzman, 1988:96; Scott, 1996:35). Aanvullend tot die historisiteitsgesprek word in hipnotiese trans 'n woordassosiasie-vraelys en moontlik ook 'n droomanalise gedoen, ten einde die onderliggende 'oorsaak' van die toestand of probleem te vind (Bryan, 1972:225, 1986:59-60; Ritzman, 1988:96; Scott, 1996:35). Die prosedure vir hulpverlening, waardeur die pynlike belewenis verwerk word, is soortgelyk aan 'n operasie wat uitgevoer word. Net soos die sjirurg 'n skalpel gebruik vir toegang tot die probleem gedurende 'n operasie, kan trans vir toegang tot die onderbewuste gebruik word. Deur die hipnotiese trans kan die terapeut toegang tot die onderbewuste verkry waar die emosionele uitwerking van die gebeure gehuisves is (Ritzman, 1988:96; Matez, 1992:12). Vervolgens word die boustene van die mediese hipnoanalitiese werkwyse omskryf.

3.2.3 Boustene van die mediese hipnoanalitiese werkwyse

Die boustene van die mediese hipnoanalitiese werkwyse wat toegelig word is; die drievoudige allergiese teorie, die rangorde van belangrikheid en die gebruik van eiesoortige sindrome as rigtingwysing vir die terapeutiese verloop.

3.2.3.1 Drievoudige allergiese teorie

Die term 'medies' is ook die onderbou van die drievoudige allergiese teorie ("triple allergenic theory") wat verwys na 'n situasie waar sterk emosiebelaaide belewenisse 'n residu opbou. Hierdie opbou is soortgelyk aan die opbou van teenliggame in die menslike liggaam, tot op 'n punt waar 'n allergiese reaksie verskyn. Met 'n fisiologiese allergie is die liggaam gesensiteer en onverdraagsaam teenoor 'n sekere verbinding (Geer, 2000:115; Modlin, 1999:50-51; Schoeman, 2003:67; Scholtemeyer, 2002:92; Scott, 1996:59; Spear, 1987:75; Zelling, 1988a:60). Hierdie verbinding mag in die bloedstroom kom deur die inname van 'n voedselsoort, óf vanaf 'n eksterne bron soos kothare, 'n bysteek, medikasie soos sekere antibiotika, of via die ingeasemde lug soos met stuifmeel van grassade of ou huisstof. Die onverdraagsaamheid van die liggaam teen 'n sekere antigeen stimuleer die vorming van teenliggaampies, sonder dat waarneembare simptome van 'n allergiese reaksie voorkom. By 'n volgende blootstelling aan die antigeen het dit 'n antiliggaam-antigeenreaksie tot gevolg (Geer, 2000:115; Modlin, 1999:50-51; Schoeman, 2003:67; Scholtemeyer, 2002:92; Scott, 1996:59; Zelling, 1988a:60). Gedurende hierdie reaksie word die histamien-d sulfaatverbinding verbreek, waardeur histamien vrygestel word. Die vry histamien sirkuleer deur die bloed, wat tot gevolg het dat allergiese simptome waargeneem word (Geer, 2000:115; Zelling, 1988a:60).

Volgens Zelling (1988a:60) is die term "triple allergenic theory" deur William Bryan, Louis Boswell en ander daargestel, na aanleiding van 'n artikel deur Boswell in die sestigerjare oor die verband tussen die oorspronklike gebeure en emosionele versteuringe. Scott (1996:36) verwys daarna soos volg: "A description of the etiology (also after the medical model) is analogous to the development of an allergy with an Initial Sensitizing Event, a Symptom Producing Event, and usually one or more Symptom Intensifying Events (developed by Boswell in 1961)".

Vanuit die mediese perspektief se soeke na die oorsaak van die aanmeldingsprobleem, word in die terapeutiese situasie met herhaalde vraagstelling indringend gesoek na die "eerste keer" of oorspronklike gebeure waar hierdie emosie beleef is (Ayers, 1993a:19; Boswell, 1961a:13, 1987:155; Bryan, 1971:137; Ritzman, 1992:100; Scott, 1975:179, 1996:59). Boswell (1961a:13) verduidelik: "In our search for the origin of the patient's

problem, we must accept the tenet of logic that states '*there is a (sic) universal premise as the basis for each problem*'. Die oorspronklike gebeurtenis ("initial sensitizing event") is 'n situasie waar die persoon se oorlewing in so 'n mate bedreig is, dat 'n angsgevoel by die persoon geregistreer is (Boswell, 1961a:13, 1987:155).

Vir die identifisering van die oorspronklike gebeurtenis is dit noodsaaklik dat die wesenlike daarvan in ag geneem word. 'n Daadwerklike fisiologiese trauma wat só kragtig is dat jy *voel asof jy doodgaan*, vorm die kern van die oorspronklike gebeurtenis [beklemtoneing deur die navorser] (Ritzman, 1992:100). Die intensiteit van die lewensbedreigende belewenis is sodanig, dat die onderbewuste die beeld en ook die vrees van sterf, tesame met die emosie gekoppel aan die fisiologiese trauma, vaslê (Ritzman, 1992:100). Hierdie gebeurtenis vind baie vroeg in die persoon se lewe plaas en omdat die kind nie bewustelik oor die kennis beskik om tot 'n logiese stellingname te kom nie, word die verwagte dood, deur die onderbewuste as werklikheid beleef (Ritzman, 1992:100-101).

Volgens Spear (1987:75) is die konsep van 'n 'emosionele allergie', soortgelyk aan die fisiologiese allergie, 'n hele aantal jare gelede ontwikkel. Hiervolgens sal 'n sterk emosiebelaaide gebeurtenis in die verlede 'n persoon in so 'n mate sensiteer, dat 'psigologiese teenliggaampies' gevorm word, sonder dat enige simptome waarneembaar is. Hierdie oorspronklike gebeurtenis, wat die onderliggende probleem vorm, kan nie deur die bewuste herroep word nie. Inligting betreffende hierdie belewenis mag wel subtiel in taalgebruik of liggaamshouding waargeneem word. Spear (1987:76-77) stel voor dat in plaas van die term *oorspronklike gebeurtenis*, die term *kernoortuiging* gebruik word om die oorsaak van die probleem te beskryf. Die term kernoortuiging verwys na 'n ingesteldheid of siening wat 'n groot houvas op die persoon se lewe uitoefen wanneer die siening deur die persoon aanvaar is. Ofskoon die bedoeling van die kernoortuiging is om die persoon te help om 'n probleem op te los, mag die uitkoms volgens logiese denke as irrasioneel en dwaas bestempel word. Die kernoortuiging is die hele redenasie waartoe die mens gedurende die gebeurtenis kon kom, oftewel die beste wyse van optrede wat hy kon bedink.

Volgens die navorser is die terme, *oorspronklike gebeurtenis* en *kernoortuiging*, verskillende perspektiewe van dieselfde fenomeen. Die *oorspronklike gebeurtenis*

verwys na 'n trauma wat só erg is dat die persoon voel of hy doodgaan (Ritzman, 1992:100). Gedurende die eerste gebeurtenis of omstandigheid waartydens die spesifieke bedreigende negatiewe emosie beleef is, het die persoon, volgens sy kognitiewe vermoë op daardie stadium, tot 'n kragtige en ingrypende siening oor lewe of dood gekom. *Die kernoortuiging* is dan die gevolgtrekking of siening waartoe die persoon gedurende die *oorspronklike gebeurtenis* gekom het (Spear, 1987:76-77). Die term "initial sensitizing event", afgekort "ISE" wat in die literatuur vir mediese hipnoanalise gebruik word, word in hierdie studie gebruik.

Die gebeurtenis wat bewustelik beleef word as 'die eerste keer wat ek so gevoel het,' of 'n emosie soortgelyk aan die emosie wat tydens die oorspronklike gebeurtenis beleef is, word na verwys as die 'simptoomveroorsoekende gebeurtenis' ["symptom producing event, SPE"] (Scott, 1996:60; Zelling, 1988a:61). In die fisiologiese allergiese toestand, met elke daaropvolgende blootstelling aan die stof wat die allergiese reaksie veroorsaak, word die allergiese reaksie al hoe hewiger totdat dringende mediese hulp noodsaaklik is (Zelling, 1988a:61). Soortgelyk aan die fisiologiese allergiese reaksie, kan die emosionele belewenis van gebeure die belewenis by die persoon vererger. Herhalings van hierdie belewenis kan die intensiteit van die verhoogde emosionele lading later so versterk en vererger dat die persoon genoodsaak word om hulp te soek. Vanuit 'n terapeutiese perspektief is baie belangrik om in gedagte te hou dat 'n aantal totaal verskillende gebeurtenisse 'n soortgelyke negatiewe emosionele belewenis by dieselfde persoon tot gevolg kan hê (Zelling, 1988a:61).

Die verskillende omstandighede of gebeurtenisse gekoppel aan en waartydens die negatiewe emosie só sterk beleef is dat hulpverlening gevra word, word die 'simptoomversterkende gebeurtenis' ["symptom intensifying event, SIE"] genoem (Zelling, 1988a:61). Die impak van die simptome wat beleef word, volgens die drievoudige allergiese model, is gekoppel aan die rangorde van belangrikheid wat aan gebeurtenisse geheg word. So sal simptome wat op 'n minder belangrike vlak beleef word, 'n minder ingrypende uitwerking tot gevolg hê as simptome wat die belangrikste rangorde van oorlewing, naamlik die spirituele, beïnvloed. Hierdie rangorde van belangrikheid en die groot betekenis daarvan vir terapeutiese hulpverlening word volgende omskryf.

3.2.3.2 Die rangorde van belangrikheid

Die rangorde van belangrikheid vorm saam met die drievoudige allergebingsel die belangrike boustone in diagnose en hulpverlening volgens die mediese hipnoanalitiese werkwyse. Die mens in totaliteit in sy wesenlike van siel, liggaam en verstand is op oorlewing ingestel. Volgens HAT (2000:798) word die woord “oorleef” omskrywe as “te bowe kom, nie ondergaan nie”. Daar die mens gebeurtenisse op verskillende dimensies beleef, word die impak van gebeure ook op verskillende dimensies deur die mens verwerk. Hierdie verskillende dimensies kan gesien word as intuïtiewe lewensprioriteite (Scott, 1996:64), of die instinktiewe gebingsel van oorlewing (Zelling, 1996b:194). Die belangrikste en die mees blywende oorlewing kry voorkeur; die oorlewing van die ‘onsterflike siel’ kry voorrang bo die oorlewing van die ‘sterflike liggaam’ (kyk 2.3.2 vir godsdienstige perspektiewe op die menslike siel, asook 2.3.7 vir gesigspunte betreffende spiritualiteit en godsdienst). Vir die doel van hierdie studie sal die oorlewing van die siel, vanuit ’n Christenperspektief, met ’n sensitiwiteit vir ander spirituele sieninge, toegelig word.

In die mens se drang na oorlewing is daar ook ’n rangorde ter sprake ten opsigte van wat die belangrikste is om voor te lewe. Bryan (1971:135), die vader van mediese hipnoanalise, postuleer: “... [in] *The Order of the Importance of Things*, spiritual survival is first, physical survival is second with three parts to it – air, water and food in that order, and sexual survival is third, or fifth if we call air, water and food separate items”. In opleiding vir die gebruik van mediese hipnoanalise het Bryan die eerste orde as die spirituele en die tweede orde as die fisieke gestel. Die spirituele oorlewing het die siel of geestelike, plus die verstand of sin ingesluit (Bryan, 1971:135). Volgens Taylor (1987:152) is die belangrikste leerstelling van Bryan se lesings die rangorde van belangrikheid; spirituele oorlewing is altyd eerste en die belangrikste.

Volgens Zelling en Scott is die geestelike en die verstandelike of persoonlike, twee afsonderlike range (Zelling, 1988b:163; Scott, 1989b:45). Zelling tref ’n sterk onderskeid tussen liefde-God-siel en selfrespek of intellektuele denkvermoë (Zelling, 1988b:163). Volgens Scott is die geestelike apart van die individuele eienskappe en aard van ’n persoon (Scott, 1989b:45).

In 'n skematiese voorstelling van die rangorde van belangrikheid, moet die betekenis van die volgorde beklemtoon word. Die eerste waarde vorm die grondslag en is die heel belangrikste; soos die oorlewingsvlak numeries toeneem, neem die mate waarin die persoon daardeur beïnvloed sal word, stelselmatig af. Scott (1989b:445) het die vyf basiese oorlewingsvlakke soos gestel deur Bryan, deur die byvoeging van ego oorlewing, na ses uitgebrei. Zelling (1988b:163) het die ses oorlewingsvlakke na meer as sewe vergroot. Die rangorde van belangrikheid soos gestel deur Bryan, Scott en die uitgebreide rangorde deur Zelling, word in tabel 3.2 skematies voorgestel.

Tabel 3.2 Skematiese voorstelling van rangorde vir oorlewing deur Bryan, Scott en Zelling

Bryan (1971:135)	Scott (1996:70)	Zelling (1988b:163)
		8. Diverse oorlewing
		7. Seks (spesie-oorlewing)
	6. Diverse oorlewing	6. Gebied (sosio-ekonomiese oorlewing)
5. Seksuele oorlewing	5. Spesie-oorlewing	5. Kos
4. Kos (fisieke oorlewing)	4. Sosio-ekonomiese oorlewing	4. Water
3. Water (fisieke oorlewing)	3. Fisieke oorlewing	3. Suurstof
2. Lug (fisieke oorlewing)	2. Ego-oorlewing	2. Self (ego-oorlewing)
1. Spirituele oorlewing	1. Spirituele oorlewing	1. Liefde-God-Siel (spirituele oorlewing)

Die terapeutiese toepassingswaarde van die rangorde van belangrikheid lê daarin dat die kliënt se aanmeldingsimptoom op 'n minder belangrike vlak is, om oorlewing op 'n meer belangrike vlak te verseker. Om die innerlike konflik wat in 'n meer belangrike basiese lewensprioriteit gesetel is, te oorleef, kies die onderbewuste daarom 'n simptoom of wyse van verhinderings op 'n minder belangrike vlak van oorlewing (Scott, 1996:63). Die rangorde vir oorlewing word hieronder omskryf en dit begin by die heel belangrikste waarde, naamlik spirituele oorlewing.

3.2.3.2.1 Spirituele oorlewing

Die belangrikheid van die spirituele vir die mens in sy soeke na heelheid is omskryf (betreffende die mens as spirituele wese kyk 2.3). Vanuit 'n mediese hipnoanalitiese perspektief is die grondslag van die menslike wese se oorlewing geleë in die spirituele,

wat as die fundamenteel belangrikste en hoogste prioriteit van die mens se lewe gesien word (Geer, 2000:102; Schoeman, 2003:72-73; Scholtemeyer, 2002:94-95; Scott, 1996:64; Zelling, 1988b:163).

Die enigste wyse waarop die mens die sterflikheid of dood van die liggaam te bowe kan kom, is deur 'n wyse te vind waarop hierdie lewe ook na die dood kan voortlewe. Deur die erkenning van God en 'n persoonlike verhouding met God, 'n Hoër mag, die Godheid, die Teenwoordigheid in die kosmos, die Volkome mag, die Universele krag of watter naam ook al daaraan gegee word, vind die mens 'n wyse waarop die liggaamlike dood te bowe gekom kan word. Vanuit 'n Christenperspektief word die liggaamlike dood nie gevrees nie, want Christengelowiges verkry deur Jesus Christus se kruisdood die ewige lewe (Joh 3:16, Rom 6:23 (Die Bybel (Naslaan), 2004:116 & 190).

Die belangrikheid van die rangorde van oorlewing is een van die boustene van die mediese hipnoanalitiese werkwyse. Spirituele oorlewing omvat volgens Scott (1989b:45) die mens se verhouding met God, verhoudinge van liefde, die begeerte na 'n lewe na die dood, 'n ewige lewe en ander 'spirituele' aangeleenthede. Voortspruitend hieruit is dit noodsaaklik dat die terapeut sensitief moet wees vir en kennis dra van die kliënt se geloofsoortuiging en spirituele beleving. Die terapeut moet die terapeutiese hulpverlening wysig indien nodig, om sodoende aan te pas by die kliënt se spirituele oortuiging. In uitsonderlike gevalle mag die terapeut in oorleg met die kliënt bevind dat die kliënt ter wille van homself en mits die kliënt dit verkies, na 'n ander terapeut verwys word. Naas die spirituele is die oorlewing van die 'eie ek' die belangrikste.

3.2.3.2.2 Ego-oorlewing

Met ego-oorlewing volgens Scott (1989b:45) word die oorlewing van die self of die eie ek, die unieke persoon, eiewaarde, selfrespek, eiesoortige karakter en unieke doel in die lewe (kyk 2.4) aangespreek. Die persoon wat jy is, jou denkwyse, voorkeure, sieninge, beroep, vriende en verhoudinge, familiebande, lewensfilosofie en religieuse stellingname word in ego-oorlewing vergestalt (Geer, 2000:102-103; Schoeman, 2003:73-74; Scholtemeyer, 2002:97; Scott, 1989b:45, 1996:67).

3.2.3.2.3 Fisieke oorlewing

Ten einde fisiek te oorleef, moet die mens suurstof, water en voedsel tot sy beskikking hê (Bryan, 1971:135; Geer, 2000:103; Schoeman, 2003:75; Scholtemeyer, 2002:98; Scott, 1989b:45, 1996:68; Zelling, 1988b:163). Aangesien die mens slegs 'n geringe aantal minute sonder suurstof (lug) kan oorleef, geniet die voorsiening van suurstof voorrang bo die behoefte aan water en voedsel in die fisieke oorlewing. Daarenteen kan die mens 'n aantal dae sonder water (vloeistof) en verskeie dae sonder voedsel oorleef.

3.2.3.2.4 Sosio-ekonomiese oorlewing

Die sosiale waardes en norme, asook die ekonomiese standaarde waaraan die mens gemeet word, is bepalend vir die sosio-ekonomiese oorlewing van 'n persoon. In die omskrywing van sosio-ekonomiese oorlewing is 'n onderskeid tussen die twee geslagte getref. Vir die manlike persoon is leierskap belangrik; hy is 'die hoof van die huis', asook die persoon aan wie verantwoordings gedoen word. Die man is die 'voorsiener' van die huishouding. Die vrou se moedersinstink, daarenteen, bring die behoefte aan 'n baba mee en is verantwoordelik vir die kinders, die 'vul van die huis' (Geer, 2000:104; Schoeman, 2003:75-76; Scholtemeyer, 2002:99; Scott, 1996:68-69). Die sosiale druk wat uitgeoefen word op persone ten aansien van die vervulling van 'n spesifieke geslagsrol, is gekoppel aan die norme en waardes van 'n spesifieke tydperk. Die veranderde rol van die vrou in die samelewing bring mee dat simptome wat in verband gebring kan word met sosio-ekonomiese oorlewing en hoofsaaklik by mans voorgekom het, tans by al twee geslagte voorkom (Zelling, 1988b:162-163).

3.2.3.2.5 Seksuele of spesie-oorlewing

Die seksuele of spesie-oorlewing word in die geslagsdrang en seksuele verhoudings gemanifesteer. Die groot verskeidenheid sienings, aktiwiteite, waardestelsels, tradisies en gebruike wat 'n invloed op 'n seksuele verhouding het, dui op die belangrikheid daarvan vir die mens (Geer, 2000:104; Schoeman, 2003:76; Scholtemeyer, 2002:100; Scott, 1996:69).

3.2.3.2.6 Diverse oorlewing

Diverse oorlewing dien as 'n soort vangnet waarin meer algemene gedragsprobleme en patologiese gedrag omskryf word. Insluitend hierby is optrede wat in verband staan met drifte en begeertes, asook impulsiewe handeling, gekoppel aan kulturele gebruike (Geer, 2000:104-105; Schoeman, 2003:77; Scholtemeyer, 2002:100; Scott, 1996:70).

Die rangorde van belangrikheid kan, soos verwoord deur Zelling (1986:46) soos volg opgesom word: "Medical hypno-analysis believes in a definite order of survival; sex being less important than physical survival; physical survival less important than survival of self (ego survival) and spiritual survival being most important of all". Aanvullend tot die rangorde van belangrikheid is die verband tussen hierdie rangorde en verdedigingsmeganismes ter sprake.

3.2.3.3 Die verband tussen die rangorde van belangrikheid en verdedigingsmeganismes

Die rangorde van belangrikheid is van kardinale belang in die mediese hipnoanalitiese werkwyse. Hierdie rangorde bevestig die omvang van die mens se beleweniswêreld asook sy inherente ingesteldheid op oorlewing. Vanweë die waarde wat die mens aan sekere dimensies van oorlewing gee, is die mens se optrede daarop ingestel om die belangrikste dimensies te behou. Vir hierdie instandhouding van wat belangrik is vir elke persoon se oorlewing, mag verdedigingsmeganismes in sekere omstandighede nodig wees. Die onderbewuste openbaar 'n verdedigingsmeganisme op 'n vlak wat van minder belang is, om die belangriker bedreigde vlak te beskerm (Zelling, 1996b:194). Ofskoon die doel van die verdedigingsmeganisme is om die persoon vanuit 'n onderbewuste vlak te beskerm, is die optrede, vanuit 'n bewuste perspektief gesien, tot die persoon se nadeel. Sodanige verdedigingsmeganismes manifesteer in die vorm van emosionele versteuringe of ander simptome (Scott, 1996:63). Aangesien die simptome op 'n minder belangrike vlak van oorlewing tot uiting kom, kan die belangrike oorlewingsvlak 'beskerm' word.

Wanneer 'n persoon voor 'n keuse gestel word waar hy verplig is om 'n sekere vlak van oorlewing op te offer, ten einde op 'n meer belangrike vlak te oorleef, openbaar hy probleme wat met die minder belangrike vlak van oorlewing verband hou (Scott,

1996:36). Die simptome dien dan as verdedigingsmeganisme om die persoon te help om volgens die rangorde van belangrikheid (kyk 3.2.3.2), die belangrikste vlak van oorlewing intakt te hou (Bryan, 1971:135). Bryan (1971:135) se sienswyse is: “ ... when we are faced with a choice, we must sometimes give up one form of survival for another which is more important, and because of this we may develop symptoms which are referable to the lesser form of survival so that we may maintain the more desirable type of survival”. Die simptome wat beleef word en die verdedigingsmeganismes wat ’n belangrike vlak van oorlewing intakt probeer hou, sal voorts aan die hand van sindrome omskryf word.

3.2.3.4 Mediese hipnoanalitiese sindrome

Die omskrywing van mediese hipnoanalitiese sindrome is net soos ander psigologiese sindrome onderhewig aan die uitdagings van afbakening, analise en identifisering van verwante verskynsels wat ’n ingewikkelde saamgestelde geheel vorm. Die basiese beginsels wat in mediese hipnoanalise gebruik word vir die diagnose van sindrome met die oog op terapeutiese hulpverlening word deur mediese navorsing onderskryf (Bryan, 1961:10). Ritzman (1989:138) konstateer: “The importance of a syndrome is that it describes a behavioral problem as a complete entity with a beginning, a course, and an end, which, hopefully, is the cure”.

Die beginsel waarop die sindrome van mediese hipnoanalise berus, is dat wanneer ’n persoon ’n sterk emosiebelaaide gedagte op die emosionele en onderbewuste vlak aanvaar het, hy sy optrede in so ’n mate verander, dat sy handeling ooreenstem met die reeds aanvaarde gedagte (Bryan, 1961:10). Die trefkrag van die gedagte is nie noodwendig gekoppel of onderhewig aan die motief vir, of gebeurtenis waartydens die sterk emosiebelaaide gedagte beleef is nie. Só ’n aanvaarde gedagte mag doelbewus deur ’n persoon gegee gewees het, of mag toevallig, of as ’n bysaak tydens ’n gebeurtenis tot stand gekom het.

In die bestudering van die onderskeie sindrome moet die geheelbeeld in gedagte gehou word. Sindrome kom dikwels nie in isolasie voor nie, maar mag in kombinasies voorkom. Die geheelbeeld is veral belangrik ten aansien van die Ponce de Leon-sindroom (kyk 3.2.3.4.3), waar die volwassewording van die persoon geïnhibeer is

(Ritzman, 1987b:102), of skeidingsangs wat versterk word deur geboortestuurstofgebrek-sindroom (kyk 3.2.3.4.4) (Ritzman, 1989:139). Die verskillende sindrome word vervolgens omskryf.

3.2.3.4.1 Wandelende zombie-sindroom

Die sindroom van die wandelende zombie (WZS) is in 1961 deur Bryan omskryf en daargestel. Bryan (1961:10, 1987a:59) merk op: “To my knowledge, this particular syndrome has never been reported anywhere in the annals of medical literature”. Die vrees vir die dood, sowel as problematiek wat in verband staan met die vrees vir die dood, verskil hemelsbreed van WZS. Die kenmerkende vraagstuk van WZS is juis dat die persoon reeds beleef het hy is dood (Bryan, 1961:10, 1987a:59; Johnson, 1995:395).

Die psigopatologie verbonde aan WZS mag in hoogs uiteenlopende simptome gemanifesteer word. Daarom beklemtoon Bryan (1961:11, 1987a:60) dat dit noodsaaklik is om tydens die historisiteitsgesprek noukeurig te werk te gaan, asook van hipnoanalitiese tegnieke gebruik te maak, alvorens hierdie sindroom gediagnoseer word. Luister indringend gedurende die historisiteitsgesprek na opmerkinge soos: “Ek is sonder enige emosie”; “ek het geen energie of lewenslus nie”; “niks interesseer my meer nie”; “ek voel asof ek my persoonlikheid en/of alle belangstelling verloor het” (Bryan, 1961:10, 1987a:60). Gottschall (1969:121) stel die wyse van ‘luister’ soos volg: “Listen to what the patient is *telling* you; not what he is saying. That is your diagnosis!” (kursivering deur die navorser). Skenk veral aandag aan siektetoestande wat gekoppel kan word met ‘n doodsaanvaarding soos byvoorbeeld waar die persoon ‘n besondere hoë temperatuur (koors) ontwikkel het; beserings of ongelukke waartydens die persoon dalk sy bewussyn kon verloor het; moeilike operasies of operasies met komplikasies; asook die dood van ‘n persoon baie naby aan die kliënt, met wie hy dalk mag identifiseer (Bryan, 1961:11, 1987a:61).

Bryan beklemtoon die belangrikheid daarvan om in gedagte te hou dat die kliënt wat op ‘n onderbewuste vlak glo hy is dood, op ‘n bewuste vlak geen kennis van die probleem het nie – soveel so, dat as hy met die gedagte gekonfronteer sou word, hy die stelling heftig sal ontken. Die analitiese interpretasie van die wyse waarop hy die aantyging

ontken, sal die bewys vir die patologie wees (Bryan, 1961:11, 1987a:60). Scott waarsku dat ofskoon die term 'wandelende zombie' 'n algemeen aanvaarde omskrywing in mediese hipnoanalise is, die kliënt 'n negatiewe emosionele interpretasie aan die term mag koppel (Scott, 1996:79). Volgens Bryan (1961:11, 1987a:60-61) mag die kliënt onder geen omstandighede oor die werklike patologie, naamlik die onderbewuste doodsaanvaarding, ingelig word nie; daar hierdie inligting die terapeutiese hulpverlening kan kelder. Die kliënt word wel gerusgestel met woorde soos: "Ek dra kennis van 'n terapeutiese werkwyse waardeur jou siektetoestand suksesvol reggestel kan word" (Bryan, 1961:11, 1987a:60-61). Daarby is Bryan (1961:11-12, 1987a:61) se sienswyse dat: "The fact that there are thousands of walking zombies on the streets of every city make it extremely vital for physicians to recognize this condition when it occurs and treat it properly".

3.2.3.4.2 Identiteitsprobleme (IDP)

Die wyse waarop die persoon homself beleef, sy denkbeeld oor sy menswees en sy waarde as persoon, word in sy identiteitsbeleving vergestalt. Volgens Johnson (1995:395) is 'n gevoel van 'ek is sonder betekenis, onbelangrik of nutteloos', tekenend van die persoon met 'n identiteitsprobleem.

Die oorspronklike of die eerste betekenisgewing van 'n persoon het 'n uiters belangrike invloed op die wyse waarop die eie ek of self gesien word. Die kind, maar veral die ongebore baba, se betekenisgewing aan gebeure, in die besonder die waarneem van emosies, is van kardinale belang in identiteitsvorming. Indien die baba die emosies van die moeder oor die swangerskap en die teenwoordigheid van die ongebore baba beleef as positief en ontspanne, liefdevol, opgewonde en vervullend, word die basis vir 'n ontluikende persoonlikheid vasgelê. Indien die voorgeboortelike belewenis egter as negatief en spanningsvol, sonder liefde of aanvaarding en as verwerpend en onwelkom beleef word, kan 'n gevoel van verwarring of selfs verskuldigheid aan, ontwikkel wat verswarend op persoonsvoltrekking is (Ritzman, 1990:152).

Volgens Scott (1996:78) mag die oorsaak nie in die voorgeboortelike belewenis lê nie, maar wel nageboortelik in die kinderjare gesetel wees. Onbetrokkenheid, liefdeloosheid en verwerping van veral die moeder, mag 'n bewustheid op die onderbewuste of

emosionele vlak van waardeloosheid of hulpeloosheid en onmag tot gevolg hê. Verder mag die afwesigheid van 'n ouerfiguur waarmee die kind kan identifiseer, of 'n misplaaste identifikasie met 'n wispelturige of denkbeeldige ouer of swakkeling, ook tot 'n gestremde identiteitsontwikkeling bydra.

3.2.3.4.3 Ponce de Leon-sindroom (PDL)

Bryan (1964:34, 1987b:89-90) het na aanleiding van 'n kliënt en sy aanmeldingsprobleem, die term "Ponce de Leon" gebruik om erge onvolwassenheid by 'n kronologies volwasse persoon te omskryf. Die term verwys na Juan Ponce de Leon, die aanvoerder van 'n ekspedisie na die Wes-Indiese eilande in die vroeë sestiende eeu op soek na die fontein van jeugdigheid. Die omskrywing en die daarstelling van Ponce de Leon as 'n begrip het die vaagheid van 'onvolwassenheid' opgehef (Ritzman, 1987b:101). Volgens Ritzman (1987b:101) het Bryan met hierdie omskrywing 'n totaal nuwe perspektief aan die algemene onvolwassenheid-persoonlikheidsversteuring verleen.

Die waarde van die identifisering van die Ponce de Leon-sindroom was volgens Bryan (1964:36, 1987b:91) daarin geleë, dat die terapeut daarop bedag kan wees tydens die historisiteitsgesprek met 'n aanmeldingsprobleem oor onvolwasse optrede deur 'n volwassene, veral op die seksuele gebied, insluitende kindermolestering. Bryan (1964:36, 1987b:91-92) beklemtoon die belangrikheid van bedag wees op, asook kennisname van die bestaan van hierdie sindroom deur die praktiserende terapeut.

Onvolwassenheid openbaar hom in 'n verskeidenheid optredes en Ponce de Leon se soeke na die fontein van jeugdigheid as metafoor, vergemaklik volgens Scott (1996:80) die verklaring en begrip van onvolwassenheid op 'n aanvaarbare wyse aan die kliënt. Hierdeur kan die terapeutiese verloop suksesvol vergemaklik word. Volgens Scott (1996:80) het verskeie persone figuurlik gesproke van die water uit die jeugdigheidsfontein gedrink en sodoende het hul emosionele ontwikkeling nie in ooreenstemming met hul kronologiese ouderdom plaasgevind nie. Beleefde trauma, asook verskraalde onderskraging, ondersteuning en/of onderrig of belewenisse, mag die emosionele volwassewording van 'n persoon vertraag of verhinder (Johnson, 1995:395; Ritzman, 1990:153; Scott, 1996:80).

Die identifisering van die verskil tussen kinderagtige en kinderlike optrede is belangrik. Kinderagtig verwys na ongunstige optrede soos ligsinnigheid of onnadenkendheid; kinderlik daarenteen, verwys na positiewe of gunstige stellingname soos onskuldige of eenvoudige optrede of opregte blydschap. Die jeugdige beskik oor lewenslus en lewenskrag, 'n vars en energieke ingesteldheid wat tot 'n persoon se voordeel is en nie afgebreek of vernietig mag word nie (Ritzman, 1987b:101). Volgens Ritzman (1987b:101-102) moet onderskei word tussen geïsoleerde onvolwasse optrede en wanneer iemand konstant onvolwasse optree, met die gepaardgaande beperkinge. Die persoon wat in 'n aantal spesifieke situasies of omstandighede onvolwasse optree, hoe belangrik of verreikend die optrede mag wees, voldoen nie ten volle aan die omskrywing van die Ponce de Leon-sindroom nie. Die persoon wat vasgevang is in 'n onvolwasse wyse van optrede in velerlei situasies oor 'n lang periode, word omskryf as 'n Ponce de Leon-sindroom. Ritzman (1987b:102) sê: "The PDL syndrome or the immature personality, as considered here, is not an isolated problem, but rather is the result of a variety of problems occurring at different times in a person's existence".

Aangesien die volwassewording van die mens in totaliteit deur die Ponce de Leon-sindroom aangespreek word, is nodig om aan al drie hoofonderafdelings van die mens, naamlik gees, liggaam en verstand, aandag te gee (Ritzman, 1987b:102). Om 'n geïntegreerde volwassene te wees, moet iemand op geestelike, liggaamlike en verstandelike vlak volwassenheid bereik. Ten aansien van die liggaam sal met die regte voeding en voldoende oefening 'n gesonde persoon tot volwassenheid ontwikkel. Die verstandelike ontwikkeling kry gewoonlik meer aandag. Met die nodige onderrig in kognitiewe ontwikkeling en vaardighede deur ouers, onderwysers, instrukteurs en die media, sal die gemiddeld intelligente persoon in sy twintiger jare, volgens die gestelde norm kan funksioneer (Ritzman, 1987b:102-103). Ten aansien van geestelike of spirituele ontwikkeling en volwassewording, is die groeiproses nie só afgebaken of gestruktureerd, of selfs maklik evalueerbaar nie. Spirituele volwassenheid is egter die onderbou van ware of werklike volwassenheid. Ritzman (1987b:103) verduidelik: "True maturity is something far deeper than physical and intellectual health. It is true inner awareness of self, purpose, and love, which is another way of saying, '*awareness of God within*'. Volgens Ritzman (1987b:103-104) word die innerlike bewuswording van God, of spirituele volwassenheid deur die belewenis van liefde vergestalt. Die persoon

se spirituele sterkte is gebou op sy innerlike belewenisse en versterk deur die innerlike versameling van liefde, want God is liefde. Die persoon wat met liefde vervul is, kan op die geestelike, verstandelike en liggaamlike vlak goed funksioneer. Liefde kan beskou word as die kreatiewe en lewenskragtige komponent van die heelal (Ritzman, 1987b:104).

3.2.3.4.4 Geboortesuurstofgebrek-sindroom of doodsvermoede-sindroom

Die geboorteproses is 'n eenmalige, omvangryke, asook lewensbelangrike gebeurtenis in die mens se bestaan op aarde. Die mens se geboorte kan gesien word as die mees veelseggende enkele gebeurtenis in iemand se lewe (Smith, 1970:163). Ofskoon die geboorte vir sowel die moeder as baba uiters belangrik is, verskil hulle betekenisgewing daaraan hemelsbreed. Die moeder kan die proses op verstandelike en fisieke, psigiese asook spirituele vlak beleef, interpreteer en verwerk. Die baba daarenteen, gee slegs op die fisieke, spirituele en psigiese vlak betekenis aan die geboorteproses, omdat hy nog nie oor die nodige kognitiewe ontwikkeling beskik nie.

Tydens 'n fisiologies normale swangerskap is die baba vir sowat veertig weke omring deur vrugwater. Die amniotiese vloeistof wat by liggaamstemperatuur is, dien as beskerming teen hitte of koue, harde klanke, aanraking asook harde stampe. Via die naelstring word die nodige voedingstowwe en suurstof voorsien en afvalprodukte en koolsuurgas afgevoer. Met behulp van die amniotiese vloeistof en die naelstring word aan al die baba se fisiologiese behoeftes voldoen (Ritzman, 1989:140). Ritzman (1989:140) omskryf hierdie periode soos volg: "For nine months the unborn baby lies within his mother's body enjoying the luxury of a total life support system".

In kontras met die geborgenheid in die baarmoeder, is die geboorteproses waarskynlik een van die mees traumatiese belewenisse van 'n mens se lewe. Gedurende die normale geboorteproses sal die baba as gevolg van peristaltiese beweginge deur die geboortekanaal beweeg. Gedurende hierdie proses ondergaan die baba, veral die koppie, erge drukking en selfs vervorming, soos hy deur die vaginale opening geforseer word. Hierdie is waarskynlik die eerste keer wat die baba fisieke pyn asook 'n wisselende mate van asemnood beleef. Die geboorteproses duur meestal 'n aantal ure.

Die drukking teen die baba se borskas en op die naelstring mag sodanig wees dat die baba 'n suurstofgebrek beleef. Die gevolg hiervan is dat die baba mag vermoed dat sy dood naby is, wat vervolgens tot 'n angsgevoel of vrees aanleiding gee (Ritzman, 1989:140) (kyk 3.6.1.1) wat negatief mag inwerk op die band met die moeder. Wanneer die baba deur middel van 'n keisersnit gebore word, mag die baba ook angs en negatiewe betekenisgewing beleef omdat hy vinnig van die beskermde omgewing van die baarmoeder verwyder word na 'n koue en totaal verskillende omgewing met harde geluide. Die moontlikheid van 'n negatiewe betekenisgewing aan die geboorteproses is meestal groter met 'n eerste bevalling as tydens 'n tweede of derde bevalling, aangesien die periode wat die moeder in kraam is met die eerste bevalling, meestal langer as latere bevallings is (Berk, 1989:104-105). Daarby mag die moeder se liggaamsbou en ouderdom, asook die grootte van die baba, in die besonder die baba se skedelomtrek, verswarend inwerk op die geboorteproses.

Die geboorteproses is die eerste omstandigheid waartydens die baba die gewaarwording van 'in staat tot', of 'nie in staat tot nie' beleef (Leistikow, 1994:94). Volgens Leistikow (1994:94): "Birth is our first experience with control or lack of control and this determines how we view the world and our proper reaction to it". Daarby sal die wyse waarop die onderbewuste betekenis aan die geboortetrauma gee, die persoon se latere optrede in so 'n mate rig dat Leistikow (1994:94) die uitspraak maak dat hy sy kliënte volgens hulle historisiteitsinligting kon verdeel in twee kampe; slagoffers teenoor worstelaars en/of strydere. Die betekenisgewing van die baba aan die eerste beleefde trauma sal volgens Leistikow (1994:94) die persoon se latere optrede asook verdedigingsmeganismes gedurende 'n gevaarlike of bedreigende situasie bepaal. Aansluitend by Leistikow se stellingname is Kiefer (1988:80) se uitspraak dat suurstofnood voor, gedurende en na die geboorte, een van die gemene faktore by tiener selfmoordgevalle was. Die historisiteitsgeskiedenis van die tieners het gedui op 'n geboortesuurstofgebrek-sindroom, soos dit in mediese hipnoanalitiese terme omskryf word. Johnson (1995:395-396) tref 'n fyn onderskeid tussen drukking op die baba aan die een kant en aan die ander kant 'n gebrekkige suurstofvoorsiening aan die baba gedurende die geboorteproses met 'n gepaardgaande gevoel van 'ek gaan dood!' In teenstelling hiermee staan die gevoel van 'ek gaan dood' wat gedurende 'n gebeurtenis, nie noodwendig die geboorte nie, deur die kind beleef kan word. Aansluitend hierby is die siening van Ritzman (1990:152) dat die term 'doodsvermoedesindroom' 'n meer

toepaslike term as suurstofgebrek-sindroom is, omdat die werklike oorsaak, naamlik die vrees vir die dood as gevolg van die belewenis van 'n suurstofgebrek gedurende die geboorteproses of 'n ander geleentheid, hierdeur beter omskryf word. Sodoende word die werklike uitwerking van die belewenis, naamlik 'n voortdurende vrees vir onheil in die persoon se latere lewe, ook geïdentifiseer (Ritzman, 1990:152). Die geboorte-suurstofgebrek- of doodsvermoede-sindroom mag onderliggend aan, en in kombinasie met ander sindrome voorkom, soos WZS (kyk 3.2.3.4.1), identiteitsprobleme- (kyk 3.2.3.4.2) en/of skeidingsangs-sindroom (kyk 3.2.3.4.5) (Ritzman, 1989:139).

3.2.3.4.5 Skeidingsangs-sindroom

Skeidingsangs-sindroom (SAS) is dikwels in die praktyk waargeneem en ook in die literatuur omskryf, maar nie deur mediese hipnoanalise as 'n eiesoortige entiteit omskryf nie (Ritzman, 1989:138). Ritzman (1989:138) verwys daarna soos volg: "I would like to suggest a new syndrome, the symptoms of which are familiar to all of us, but which I believe has not, until now, been considered as an entity in itself". Die voorheen algemene prosedure waar die baba na geboorte van die moeder geskei en in 'n babasaal geplaas is, was in 'n groot mate die eerste of oorspronklike gebeurtenis waar skeidingsangs beleef is (Ayers, 1993a:20; Ritzman, 1992:103). Die negatiewe belewenis van die baba gedurende die afgesonderdheid in die babawieg of broeikas, kan 'n oorspronklike sensitiseringsgebeurtenis (ISE) vir die persoon wees (Ritzman, 1992:103).

Ofskoon skeiding gesien word as 'n probleem wat by kinders voorkom, mag 'n groot aantal volwassenes 'n soortgelyke probleem beleef. Die belangrikheid van 'n volledige historisiteitsgesprek word weer eens beklemtoon, omdat die werklike oorsaak van die aanmeldingsprobleme by volwassenes dikwels versluier is (Ritzman, 1989:139). Skeidingsangs verwys na die verwydering van 'n betekenisvolle of geliefde ander in die persoon se lewe soos byvoorbeeld deur egskeiding, dood of 'n verhuising (Johnson, 1995:396; Scott, 1989b:46, 1996:77). Ritzman meld dat die omskrywing van die sindroom waardevolle lig gewerp het op emosionele probleme bo en behalwe skoolfobie, naamlik verhoudingsprobleme en ook probleme met oorgewig, afhanklikheid van rook of alkohol sowel as verskeie vorme van verwerpingsvrees (Ritzman, 1990:153).

3.2.3.4.6 Regspraak- of skuldigheid-sindroom

Die skuldigheid-sindroom verwys na 'n persoon wat glo of dink hy is skuldig aan 'n 'oortreding', of dat hy iets verkeerd gedoen het; en daarom verdien of verwag hy om gestraf te word (Johnson, 1995:395; Ritzman, 1993:11). Die kragtige uitwerking van skuldgevoelens is die vrees vir die straf of boetedoening (Ritzman, 1993:11). Die voorkoms van skuldgevoelens is reeds op verskillende maniere en vanuit verskeie sienswyses breedvoerig in die literatuur omskryf (Scott, 1989b:46, 1996:76-77). Die belewenis van 'ek is skuldig en daarom moet ek gestraf word', gekombineer met die 'boetedoening' deur jouself te straf, manifesteer volgens Scott (1989b:46, 1996:77) as 'n element in 'n groot persentasie emosionele en psigosomatiese versteuringe.

Die vraagstuk ten opsigte van regspraak en skuldigheid is die veranderlikheid daarvan. Wie of wat bepaal wat is reg en verkeerd; en wie bepaal of jy skuldig is en wat die boetedoening sal wees? Wat is die norm/maatstaf wat gebruik word om te onderskei tussen reg en verkeerd? Daarby verskil norme in verskillende gesinne, gemeenskappe en lande, sowel as verskillende tydperke. So was die steel van 'n brood gedurende die hongersnood in Engeland gedurende die regering van koningin Elizabeth, 'n oortreding waarvoor mense opgehang is (Ritzman, 1993:11). Ten einde die oorlewing van 'n individu in 'n gemeenskap in stand te hou, is wette wat die gemeenskap onderhou en beskerm, daargestel (Ritzman, 1993:11). Aansluitend hierby is strafmaatreëls volgens die erns van die oortreding vasgestel en daarna toegepas. Nadat die oortreder sy straf uitgedien het, is die persoon vry en in staat om volgens eie keuse met sy lewe voort te gaan. Die persoon hoef nie meer onder enige volgehoue skuldgevoelens gebuk te gaan nie (Ritzman, 1993:11).

Ofskoon iemand sy boetedoening volgens die regspraak suksesvol voltooi het, mag die persoon steeds probleme beleef, naamlike selfopgelegde skuldigheid wat waarskynlik die onderliggende oorsaak van vele kroniese siekte-toestande is (Ritzman, 1990:153). Dreigemente en kennis van siviele straf is nie altyd by magte om morele gedrag te verseker nie. Dikwels word die klem verskuif van 'n oortreding na 'n 'sonde' waarvoor God die persoon vir ewig sal straf. Veral ten opsigte van kinders word die dreigement van goddelike straf dikwels gebruik om die noodsaaklike goeie gedrag aan te leer.

Gewone siviele straf is gekoppel aan 'n spesifieke tydsduur, maar Goddelike straf is vir ewig: "... total and eternal separation from God, and burning in hell for all eternity" (Ritzman, 1993:11).

Kennis van hierdie sindrome is 'n belangrike diagnostiese hulpmiddel in mediese hipnoanalise. Die spesifieke diagnostiese werkwyse van mediese hipnoanalise sal vervolgens omskryf word.

3.2.4 Diagnostisering in mediese hipnoanalise

In mediese hipnoanalise word gebruik gemaak van 'n dubbele diagnose, naamlik 'n bewuste sowel as 'n onderbewuste diagnose. Hierdie dubbele diagnose van die simptome asook die psigogeniese aspek word gedoen op grond van die historiesiteitsgesprek en bevestig deur die inligting bekom gedurende die woordassosiasie-vraelys (Bryan, 1986:60, 1972:225). Sodoende word inligting verkry vanaf die bewuste sowel as die onderbewuste. Inligting word dan vertolk en aan die hand van genoemde sindrome omskryf (Ritzman, 1988:102; Scott, 1989b:49, 1996:76; Widdifield, 1995:281). Widdifield is van mening dat die feit dat die inligting verkry vanaf nie-verbale en geprojekteerde elemente minder belangrik geag word as die klient se bewuste, woordelike inligting, 'n klassieke analitiese tekortkoming in diagnose is (Widdifield, 1995:281).

Die neem van 'n volledige historiesiteitsgeskiedenis gedurende die inname-onderhoud waar inligting oor gebeurtenisse, tesame met die emosie gekoppel aan die gebeurtenisse verkry en aangeteken word, is baie belangrik. Om 'n akkurate bewuste diagnose te maak, moet die terapeut die liggaamstaal, veral in die eerste onderhoud, nougeset waarneem en aanteken. Aanvullend daarby moet die terapeut aandagtig luister na die spesifieke wyse waarop inligting oorgedra word, asook wat nagelaat is en slegs deur vraagstelling verskaf word (Ritzman, 1988:102; Scott, 1989b:49; Widdifield, 1995:281). Bryan (1986:67) meld dat 'n emeritusprofessor van Harvard se mediese skool, sir William Osler, gesê het: "Listen to the patient. He is telling you his diagnosis".

Aanvullend tot die inligting wat van die bewuste verkry word, moet inligting van die onderbewuste ook ingewin word. Die waardevolle inligting van die onderbewuste word deur middel van die woordassosiasie-vraelys en droomanalise verkry. Gedurende die

afneem van die woordassosiasie-vraelys is dit belangrik dat aandag gegee word aan die persoon se stemtoon, oomblikke van stilte tussen woorde, asemhalingspatrone, liggaamstaal en ook die presiese woorde wat gebruik word. Die waarde van die historisiteits geskiedenis lê juis daarin dat inligting van die kliënt se belewenis op die bewuste, sowel as onderbewuste vlak, verkry word. Sodoende word die intellektuele en emosionele sienswyse en belewenis deur die kliënt aan die terapeut weergegee (Bryan, 1986:59).

Die belangrikheid van die regte diagnose ten aansien van die inligting verkry van die onderbewuste, kan volgens Matez (1986:68) nie genoeg beklemtoon word nie. Sodoende verkry die terapeut waardevolle inligting oor die oorsprong van die probleem, wat die grondslag is van suksesvolle terapeutiese hulpverlening. Deur die verkryging van hierdie historisiteitsgeskiedenis word die terapeut in staat gestel om binne 'n kort tyd effektiewe terapeutiese hulp te verleen. Die spesifieke terapeutiese werkwyse van mediese hipnoanalise word vervolgens omskryf.

3.2.5 Hulpverleningswerkwyse in mediese hipnoanalise

Volgens Bryan (1960:35, 1961:40) kan die mediese hipnoanalitiese werkwyse deur vyf identifiseerbare fases omskryf word. Bryan (1960:35) verwys daarna soos volg: "The treatment of any case by hypnotherapy has 5 R's, RELAXATION, REALIZATION, RE-EDUCATION, REHABILITATION and REINFORCEMENT". Scott is van mening dat die terapeutiese proses makliker aan die kliënt verduidelik kan word wanneer die proses in 'n analitiese fase en 'n rehabilitasiefase verdeel word (Scott, 1989b:51). Hiervolgens sluit die analitiese fase ontspanning, tot die besef kom en heronderrig in; terwyl die rehabilitasiefase rehabilitasie en bykomende versterking insluit (Scott, 1989b:51). Ofskoon hierdie verdeling wel funksioneel was, is die terapeutiese verloop nie daardeur duidelik omskryf nie (Scott, 1989b:51). In 1985 het Balog 'n meer volledige verdeling voorgestel en die vyf fases na sewe uitgebrei (Scott, 1989b:51, 1991:95). Weens hierdie bykomende verfyning deur Balog kan die volgende basiese sewe fases onderskei word (Schoeman, 2003:97; Scott, 1989b:51-56, 1991:95-98): Rapport, ontspanning, erkenning van probleem, verwydering van foutiewe denkwyses en verplasing van foutiewe met akkurate denkwyses, inoefening van verandering en versterking deur gereelde toepassing. Vir die doel van hierdie studie sal die

uitgebreide fase-werkwyse omskryf word beginnende met die analitiese fase.

3.2.5.1 Die analitiese fase

Die analitiese fase wat vervolgens omskryf word, bestaan uit rapport, ontspanning, erkenning van probleem, verwydering van foutiewe denkwyse en die verplasing van foutiewe met akkurate denkwyses.

3.2.5.1.1 Rapport

Die eerste ontmoeting, veral die eerste vyf minute tussen die kliënt en die terapeut, is van die uiterste belang (Scott, 1991:61), aangesien die grondslag van die terapeut en die kliënt se vertrouens- en hulpverleningsverhouding dan grootliks gevestig word (Modlin, 1999:75; Schoeman, 2003:98-99). Die ingesteldheid van die terapeut moet warmte en aanvaarding weerspieël (Modlin, 1999:75; Scott, 1989b:52, 1991:95). Vir die vestiging van rapport, volgens Scott (1991:96), is belangrik dat die terapeut ook aandag aan sy benadering sal gee. Dit sluit in 'n warm ontmoetingsglimlag, kleredrag wat die terapeut se persoonlikheid in 'n groot mate weerspieël, sowel as die meubilering van die ontvangsarea en die kantoor of terapiekamer. Daarby is die stemtoon asook die eerste ontmoetingsvraag belangrik, aangesien die nodige gevoel van besorgdheid (Scott, 1991:96) asook respek vir die kliënt hierdeur oorgedra word (Modlin, 1999:75). Scott (1991:96) beveel aan dat algemene belangstellingsvrae gedurende die ontmoeting gevra word, soos: "Kon jy die spreekkamer maklik vind? Was die padaanwysings duidelik en kon jy maklik parkeerplek kry?"

Aansluitend hierby is positiewe taalgebruik van die uiterste belang, omdat die terapeut sy ingesteldheid hierdeur openbaar. 'n Wenslike vraag is daarom iets soos: "Waarmee kan ek jou help?" pleks van: "Wat is die probleem?" Ayers (1994:57) huldig die siening van Bryan, naamlik dat die kliënt die werklike probleem in sy eerste drie sinne sal bekend maak. Die kliënt is veral met die eerste besoek baie sensitief vir die terapeut se ingesteldheid, aangesien die bewustheid van die probleem en die oopstel van uiters sensitiewe inligting vir hulpverlening pynlik is. Daarom is dit só belangrik dat die terapeut 'n ingesteldheid van ontvanklikheid, 'n gebrek aan veroordeling en goedgesindheid teenoor die klient sal oordra (Scott, 1989b:52).

Gedurende die eerste sessie word die omvangryke historiesiteitsgesprek gevoer waardeur die nodige inligting van die bewuste verkry word (Modlin, 1999:75; Schoeman, 2003:98-99; Scott, 1989b:51-52, 1991:96). Die inligting van die bewuste stel die terapeut in staat om die sielkundige diagnose van byvoorbeeld depressie te doen. Verder word inligting verkry oor moontlike trauma, wat nodig is vir die latere verkryging van aanvullende inligting van die onderbewuste. Aan die hand van hierdie bykomende inligting verkry van die onderbewuste kan die spesifieke diagnose volgens die mediese hipnoanalitiese sindrome gemaak word. Nadat rapport tussen die kliënt en terapeut verkry is, volg ontspanning.

3.2.5.1.2 Ontspanning

Die term 'ontspanning' verwys wesenlik na hipnose, aangesien die induksie tot hipnose tradisioneel deur ontspanning tot stand gebring word (Bryan, 1960:35, 1961:40; Modlin, 1999:75; Schoeman, 2003:99; Scott, 1989b:53, 1991:97). Dit is van die uiterste belang dat die terapeut hom gedurende die aanmeldingsgesprek sal vergewis van sterk afkeure of vrese by die kliënt, soos byvoorbeeld die geluid van kabbelende water, om enige verwysing daarna gedurende die induksie van die hipnotiese trans te vermy (Scott, 1991:97). Bryan (1961:40) beklemtoon die feit dat die kliënt geleer moet word om gemaklik en binne 'n kort tyd in 'n hipnotiese trans te wees. Deur gebruik te maak van die hipnotiese trans is die terapeut in staat om by die onderliggende oorsaak van die probleem te kom (Bryan, 1960:35). Nadat die oorsaak van die probleem deur die terapeut vasgestel is, volg die derde stap, waarin die kliënt tot die besef van die probleem kom.

3.2.5.1.3 Die erkenning en besef van die probleem

In die erkenningstap kom die kliënt en/of terapeut tot die besef van die werklike probleem (Bryan, 1960:35, 1961:40-41; Schoeman, 2003:99-100; Scott, 1989b:53, 1991:97). Om die ware oorsaak van die probleem te bepaal, moet die terapeut nougeset kennis neem van die verbale, sowel as die nie-verbale inligting wat die kliënt verskaf (Schoeman, 2003:99; Scott, 1989b:53). Indien die terapeut volgens Scott slegs let op die gemanifesteerde inligting wat die kliënt weergee, maar die liggaamstaal,

kleredrag en versluiserde inligting, sowel as die verband tussen die verborge en waarneembare inligting, negeer, mag hy in baie gevalle mislei word (Scott, 1989b:53). Dikwels is bykomende vrae nodig waardeur die terapeut moontlik verwarrende of verskraalde inligting kan verifieer. Nadat die oorsaak van die probleem vasgestel is, kan die terapeut oorgaan na die stap waarin die foutiewe denkwyses verwyder word.

3.2.5.1.4 Die verwydering van die foutiewe denkwyses

Die kliënt besoek 'n terapeut om hom te help om 'n positiewe verandering te laat plaasvind. Die eerste stap wat nodig is om die kliënt te help verander, is om die ongewenste gedrag of gevoelens, wat in wese die simptome van die aanmeldingsprobleem is, te verander of te verwyder (Schoeman, 2003:100; Scott, 1989b:53-54).

Ten einde die verandering te laat plaasvind, moet by die werklike oorsprong, die oorsaak of wortel van die negatiewe betekenisgewing begin word (Scott, 1989b:54). Vandaar die stelling deur Bryan (1961:41) dat dit die wese van die hipnoanalitiese werkwyse is om heel eerste vas te stel waar die oorsaak van die probleem lê en gedurende watter tydsvak in die kliënt se lewe die kwetsende gebeurtenisse en belewenisse die waarskynlikste plaasgevind het. Hierna kan tot aksie oorgegaan word en kan die belangrike gebeurtenisse en die betrokke verhoudinge met behulp van ouderdomsregressie herbesoek en in 'n positiewe of neutrale belewenis verander word. In die proses word die negatiewe invloed van die gebeure, sowel as moontlike foutiewe denkwyses en indrukke, asook irrasionele gevolgtrekkinge waartoe die persoon gekom het, deur terapeutiese intervensie vervang word met positiewe toepaslike denkwyses en optrede (Modlin, 1999:75; Schoeman, 2003:100; Scott, 1991:97).

Aangesien emosies geanker is in die gedagte/verstand en in die liggaam en al drie mekaar onderling beïnvloed, kan hierdie verband gebruik word om 'n brug tussen die hede en die verlede te vorm. Sodoende kan via die emosie 'teruggegaan' word na die gebeure wat aanleiding tot die simptome gegee het (Scott, 1989b:55). Wanneer die oorspronklike gebeurtenis gevind of geïdentifiseer is, word die kliënt gehelp om die gebeurtenis in 'n nuwe lig te sien, om gebeure te herinterpreteer om 'n ander betekenis daaraan te gee. Met hierdie nuwe betekenisgewing kan die kliënt 'n ander standpunt

inneem en meer realistiese en toepaslike denkwyses vorm, waarna die persoon sy gedrag dienooreenkomstig kan wysig (Schoeman, 2003:100; Scott, 1989b:55).

3.2.5.1.5 Die daarstelling van realistiese denkwyses

Gedurende die daarstelling van realistiese en gesonde denkwyses word die aandag op die hede geplaas, aangesien die verandering wat plaasgevind het (Scott, 1991:97) na die hede deurgetrek moet word (Schoeman, 2003:100-101; Scott, 1989b:55). Hierdeur word die kliënt bevry van gebeure en omstandighede in die verlede, aangesien hy verstaan dat hy nou 'n keuse-vermoë het (kyk 2.7) en beheer van sy lewe kan neem, asook die nodige veranderinge kan aanbring (Bryan, 1960:36). Die veranderde stellingname in die hede verander ook die toekoms van die persoon. Hierdie veranderinge kring uit en bring bykomende veranderinge tot stand waardeur die persoon weer 'n ten volle funksionele persoon kan wees (Scott, 1989b:55). Sodoende word die persoon gehelp om 'n gevoel van heelheid te beleef.

3.2.5.2 Die rehabilitasie fase

Nadat die gebeure wat verantwoordelik was vir die ontstaan van die probleem, naamlik die oorsaak en die uitwerking daarvan, in die analitiese fase geïdentifiseer en verwerk is, volg die rehabilitasie fase. Bryan (1961:42) som die doel van die rehabilitasie op as: "... breaking the habit pattern and strengthening the ego". Die spesifieke wyse waarop rehabilitasie gedoen word, sal verskil vir verskillende aanmeldingsprobleme en ook wissel van persoon tot persoon (Schoeman, 2003:101). Volgens Scott (1996:63) is dit belangrik dat die innerlike krag van die kliënt geïdentifiseer en positief aangewend word vir versterking van die ego.

Gedurende die aanvang van die rehabilitasie fase beveel Scott 'n werkwyse aan waarin die terapeut vir die kliënt die terapeutiese werkwyse wat gevolg is, opsom en 'n terugspeelbare klankopname van sowat 10-15 minute daarvan maak. Die opsomming omvat die aanmeldingsprobleem, belangrike inligting verkry uit die woordassosiasievraelys, die identifisering en verwerking van die oorspronklike gebeurtenis, asook die simptomeproducerende en simptomeversterkende gebeurtenisse. Die doel van hierdie opsomming is om vir die kliënt 'n geheelbeeld van die positiewe uitkoms van die

terapeutiese werkwyse te gee. Hierdie herbetekenisgewing aan foutiewe denkwyses word afgesluit met 'n stellingname oor die positiewe persoons groei wat in die toekoms deur die kliënt beleef sal word (Scott, 1989b:56, 1991:98).

3.2.5.2.1 Die inoefening van verandering

Die belangrikheid van die inoefening van verandering lê daarin dat positiewe belewenisse in die verlede gekoppel word aan die nuwe positiewe betekenisgewing. Sodoende word die bestaan van die positiewe uit die verlede aan die kliënt uitgewys, beklemtoon en versterk sodat daarop voortgebou kan word vir die toekoms. Dit is wesenlik 'n denkwyse van neem die goeie of mooie uit die verlede en bou in die toekoms daarop (Scott, 1989b:56). In die verloop van die terapeutiese werkwyse moet die terapeut kennis neem van en ook soek na konstruktiewe en opbouende belewenisse, ten spyte van die pynlike gebeure uit die verlede (Scott, 1989b:56). Aanvullend hierby moet die terapeut die kliënt ook begelei in die vestiging van konstruktiewe denkwyses en veranderde optrede.

Die kliënt word gehelp om te visualiseer hoe hy die verlangde emosies beleef en dienooreenkomstig optree in voorheen problematiese situasies (Robinson, 1994:162; Schoeman, 2003:101-102; Scott, 1989b:56, 1997:98). Bykomend tot die visualisering van die veranderde gevoelens en optrede deur die kliënt, ondersteun die terapeut hom ook in die praktiese inoefening daarvan. Afgesien van die inoefening, mag inligting oor die hantering van veranderde gevoelens en optrede teenoor die ander belangrike persone in die kliënt se lewe ook nodig wees (Scott, 1989b:56). Na die inoefening van die veranderinge word bykomende versterking ook aan die kliënt verleen. Deur hierdie inoefening word veranderde optrede in die werklike lewe moontlik gemaak (Scott, 1991:98), is die kliënt 'in staat gestel' en kan die kliënt 'n belewenis van heelheid ondervind.

3.2.5.2.2 Bykomende versterking deur gereelde toepassing

Om die kliënt te ondersteun in die toepassing van die nuwe denkwyse en optrede, is bykomende versterking deur opbouende en positiewe suggesties van groot belang (Bryan, 1960:37, 1961:42; Schoeman, 2003:102; Scott, 1989b:56, 1991:98). Hierdie

bykomende opbouende, positiewe versterking word op 'n bewuste vlak tydens gesprekvoering toegepas en op 'n onderbewuste vlak in die vorm van suggesties gegee. Aanvullend tot die versterking van die positiewe verandering in gevoelens en optrede, moet die terapeut elke spesifieke kliënt op 'n geleidelike en kontinue wyse bykomend ondersteun en versterk in die toepassing van die veranderde denkwyse en optrede (Bryan, 1960:37, 1961:42; Schoeman, 2003:102; Scott, 1989b:56, 1991:98). Scott beklemtoon die aanloop tot die beëindiging van die terapeutiese verloop en versoek sy kliënte om later weer 'n afspraak te maak 'ongeag hoe goed hy voel en hoe suksesvol hy is', net om hom nog bykomend te versterk (Scott, 1989b:56) en te verseker dat die terapeut hom nie in die steek sal laat of verwerp nie.

3.2.6 Samevatting van die mediese hipnoanalitiese werkwyse

Samevattend volg mediese hipnoanalise die 'mediese werkvolgorde' van ondersoek, naamlik; vind die oorsprong van die probleem en doen die nodige herstelling. Die mediese hipnoanalitiese werkwyse sal die grondslag vorm van die beplande hulpverleningswerkwyse vanweë die sterk spirituele klem. Aansluitend daarby dra die nadruk op oorlewing by tot die bereiking van 'n gevoel van 'ek lewe'; 'ek is in staat tot', asook; 'ek is heel!' Ter aanvulling word rasioneel-emotiewe gedragsterapie bestudeer.

3.3 RASIONEEL-EMOTIEWE GEDRAGSTERAPIE

In die beskrywing van die 'nuwe' rasioneel-emotiewe gedragsterapie word grootliks gebruik gemaak van bronne deur Albert Ellis, die grondlegger van hierdie terapeutiese werkwyse.

3.3.1 Oorsprong en ontwikkeling

Albert Ellis het as jong kind en adolessent erge fisieke (akute nefritis) en persoonlikheidsprobleme (hy was skaam, inkennig met 'n vrees vir openbare optrede en gesprekvoering veral met die vroulike geslag) bestry en baasgeraak (Ellis & Bernard, 1986:3). Vanweë Ellis se groot belangstelling in die filosofie van geluk, was die studie van filosofie vanaf sy sestiende jaar sy hoofbelangstelling en stokperdjie. Veral die geskrifte van Oosterse filosowe soos Confucius en Gautama Buddha, sowel as antieke

stoïsynse filosowe soos Cicero, Seneca, Epictetus en Marcus Aurelius, het 'n sterk invloed op Ellis se denkrigting gehad (Ellis, 1994:64; Ellis & Bernard, 1986:4 & 11). Een van die hoekstene van Ellis se terapeutiese model is die siening van Epictetus (1899), volgens aantekeninge van sy student Flavius Arrian in die *Enchiridion*: "People are disturbed not by things, but by the views they take of them" (Ellis, 1994:64; Ellis & Bernard, 1986:11). Aanvullend tot die filosofiese denkpatrone, het Ellis ook 'n grondige kennis verkry van 'n breë spektrum psigologiese werkwyses, insluitende kognitiewe en behavioristiese benaderinge (Ellis & Bernard, 1986:5). Ellis was die mening toegedaan dat " ... if people acquired a sane philosophy of life they would rarely be 'emotionally disturbed'" (Ellis & Bernard, 1986:4).

Die eerste benaming wat Ellis (1994:175; Ellis & Bernard, 1986: 4) in 1955 vir sy werkwyse gegee het, was rasonele terapie. Hierdeur wou hy (Ellis & Bernard, 1986:4) 'n duidelike onderskeid tref tussen die terapeutiese werkwyse van die 1950's en sy eie werkwyse, met 'n sterk beklemtoning van rasonele, kognitiewe en filosofiese aspekte. Volgens Ellis (1994:175) wou hy hiermee aan sy kliënte oordra wat die irrasionele en onlogiese uitgangspunt van hulle denkwyses is en hulle dan reoriënteer om op 'n meer rasonele wyse te dink en innerlik met hulself te redeneer. In 1960 het Ellis en sy eerste medewerker, dr. R. A. Harper, die term van rasonele terapie verander na rasoneel-emotiewe terapie (RET), aangesien baie mense die vorige naam gekoppel het aan agtiende-eeuse rasionalisme, ofskeen die terapeutiese werkwyse verskil het (Ellis & Bernard, 1986:4).

Ellis (1994:174) verduidelik RET as 'n terapeutiese werkwyse waardeur elemente van beide antieke en moderne rasionalisme op 'n werkbare wyse met ooreenstemmende elemente van humanisme, eksistensialisme en rasionalisme gekombineer word. Met verdrag het die sterk kognitiewe, emotiewe en behavioristiese aspekte van sy werkwyses meer na vore getree. Veral op aandrang van Raymond Corsini is die naam in 1993 verander na "rational emotive behavior therapy (REBT)" (Ellis, 1994:173-174).

Volgens Ellis (2005:171) is die moderne psigoterapeut, Adler, die hoofvoorloper van REBT, aangesien Adler se uitgangspunt was dat die oorsprong van 'n persoon se gedrag in sy gedagtes opgesluit lê. Vandaar Ellis (2005:171) se stelling dat die mens deur die betekenis wat hy aan belewenisse verleen, rigting aan sy lewe gee.

Aansluitend hierby is die neiging om sekere belewenisse as die grondslag van ons toekoms te sien, dus wesenlik foutief. Gegrand op hierdie uitgangspunt, het Ellis sy werkwyse geformuleer en ontwikkel.

3.3.2 Grondbegrippe en teoretiese omskrywing van REBT

Die grondbegrip van die teoretiese benadering van REBT is volgens Ellis (1994:248) “philosophical but it includes the specific existential-humanistic outlook of some other therapeutic schools”. In sy oorspronklike denkwysie het Ellis (1994:39) in ’n groot mate die psigoanalitiese en behavioristiese teorieë nagevolg. Hiervolgens het kondisionering in die vroeë kinderjare en verbale indoktrinasië ’n besondere groot invloed in die ontstaan van neuroses en die ontwikkeling van versteurde volwassenes tot gevolg gehad. Aanvullend hierby beskik die mens oor die vermoë om rasioneel en konstruktief sowel as irrasioneel en selfvernietigend op te tree (Ellis, 2005:167) (kyk 2.6.2.2; 2.6.2.3 betreffende Sartre en Frankl se siening oor die mens se wil).

3.3.2.1 Rationele optrede en kognisie

Ellis beskou ’n rationele denkwysie as toepaslike emosies/gevoelens en doeltreffende optrede, wat bydra tot die mens se oorlewing en belewenis van geluk (Ellis & Abrahms, 1978:36). Hierdeur word geïmpliseer dat die belangrikheid van waardes deur Ellis onderskat word (Ellis & Abrahms, 1978:37), óf dat voorgegee word dat menslike optrede absoluut objektief en sonder waardes moet wees nie (Ellis & Bernard, 1986:7). Intendeel, Ellis (1994:182) benadruk die belangrikheid van menslike waardes, oortuiging en ingesteldheid. Daarom sal die persoon wat oor ’n verstandige en beredeneerde sienswyse beskik, ook ’n innerlike oortuiging hê van wat goed en reg is. So ’n persoon sal daarna streef om dade wat volgens hom verkeerd is, te vermy en die dinge wat goed is, te doen (kyk 2.3.3.1; 2.3.3.3 betreffende Sokrates en Aristoteles se siening oor die siel en liggaam). Vandaar Ellis se sienswyse dat die persoon wat oor ’n waardestelsel beskik wat op ’n proefondervindelike rationele sienswyse gebaseer is, in staat is om op ’n gesonde funksionele wyse te lewe (Ellis & Abrahms, 1978:37). Daarenteen sal onredelike en dwase optrede uiteraard ’n onnodige skadelike invloed op ’n mens se lewe uitoefen, aangesien irrasionaliteit beskryf kan word as sinlose inmenging in, of sinledige benadeling van die persoon se lewe deur sy eie toedoen

(Ellis & Abrahms, 1978:37).

Aangesien jong kinders maklik leer en liggelowig is, is hulle hoogs beïnvloedbaar ten opsigte van wyses van optrede, norme en waardes. Kinders leer waardes, doelwitte, standarde en wyses van optrede meestal van hulle ouers, vroeë eweknieë en uit tradisionele gebruike. Sommige kinders leer ook om hulself te kasty of te 'straf' omdat hulle ouers of onderwysers hulle verneder; terwyl ander kinders wat deur hulle ouers en ander persone bederf is en aan wie se versoeke toegegee word, 'n lae vlak vir die hantering van frustrasie mag aanleer (Ellis, 1994:40). Daarby is elke mens 'n unieke individu wat 'n ondoeltreffende kognitiewe en emosionele wyse van optrede saamgestel het om die problematiese gebeure in hulle lewe op te los (Ellis, 1994:24).

Gebeurtenisse en belewenisse in die verlede het nie outomaties versteuringe in adolessensie of volwassenheid tot gevolg nie, aangesien mense deurgaans aktief besig is om bewustelik en/of onderbewustelik hulle vroeë meninge, gevoelens en optrede in die huidige/hede te herskep en te rekonstrueer (kyk 2.6.2.2; 2.6.2.3 vir die stellingname van Sartre en Frankl oor die mens se wil). Hierdie volgehoue verandering kan bydra tot die selfverwesenliking of selfvernietiging van die persoon (Ellis, 1994:40).

Kognisie word oor die algemeen in taal, naamlik woorde, sinne en paragrawe uitgedruk. Dit kan en word ook in beelde, simbole, emosionele denke en vele ander nie-verbale wyses vergestalt (Ellis, 1994:60). Daarby bedink die mens sy belewenisse nie slegs in terme van woorde, frases of sinne nie, maar ook aan die hand van drome, fantasieë en denkbeelde (Ellis, 2005:173). Wanneer in ag geneem word dat denke feitlik altyd gekoppel is aan gevoelens, meestal in die vorm van woorde, frases en sinne, kan aangeneem word dat die mens se gevoelsbasis grootliks die vorm van innerlike gesprekke of geïnternaliseerde sinne aanneem (Ellis, 1994:60).

Die waarde van taal in menslike kommunikasie is volgens Ellis (1994:40) van groot belang en mag as moontlike oorsaak van versteuringe dien. Ellis (1994:40) voer aan: "... human language is very important in creating disturbance because it leads to complex communication among people and, especially to *self-talk*". Die herhaling van wat gesê is, maar veral die 'wysiging' daarvan na 'n onrealistiese sienswyse of veralgemening, dra by tot versteuringe. Disfunksionele óf uitdruklike óf herhalende meninge lewer 'n bydrae tot die instandhouding van die versteuring. 'n Voorbeeld

hiervan is dat wanneer ouers sê: “Om onbehoorlik op te tree is verkeerd, gedra jou dus”; en die persoon herskep die woorde tot ‘dit is ’n absolute moet om nooit onbehoorlik op te tree nie en as ek so optree, is ek ’n uiters slegte persoon’ (Ellis, 1994:40). Vandaar Ellis (1994:42) se uitspraak dat absolutistiese begrippe/sienswyses soos ‘ek is ’n slegte mens’ filosofieë is wat van taal afhanklik is en dikwels deur selfspraak geskep en in stand gehou word.

Persone met ernstige versteuringe het bykans altyd volgens Ellis en Bernard (1986:17; Ellis, 2005:175) duidelik uitgesproke of stilswyende sterk irrasionele sienswyses verkry wat verabsoluteer is. Ellis en Bernard (1986:17) verwys na hierdie verabsoluteerde sienswyses as “ ... *musturbatory* irrational belief (iB’s)”. Ellis (1994:79) verduidelik: “They have at their core explicit and/or (usually) implicit rigid, dogmatic, powerful demands and commands, usually expressed as *musts, shoulds, needs, ought to’s, have to’s and got to’s*”. Hierdie verabsoluteerde ‘moets’ is nie beperk tot die intellektuele, kognitiewe of filosofiese nie, maar is ook hoogs gevoelsmatig. Daarby vorm hierdie verabsolutteringe ’n integrale deel van die persoon se gedrag, doelwitte, sienswyses en versteurde uitkomst (Ellis, 1994:101).

Ellis (1994:68) konstateer: “ ... humans not only perceive and think as they feel and behave (and are truly cognitive-emotive-behavioral creatures), but they also think about their thinking – and sometimes think about thinking about their thinking!”. Vanuit hierdie beginsel-idee van kognitief, filosofies, emotiewe optrede het Ellis sy A–B–C-model vir emosionele versteuringe gebou en ontwikkel wat vervolgens omskryf sal word.

3.3.2.2 Die A-B-C-model van REBT

Die mens se optrede, hetsy rasioneel of irrasioneel, vorm deel van die kerngedagte in die teoretiese omskrywing van REBT se A–B–C-model vir emosionele versteuringe. In die model verwys A (“activating event”) na ’n moeilike belewenis of mislukking, die aktiverende gebeurtenis wat oënskynlik, maar selde werklik, die oorsaak van C (“consequence”), die gedagtes, gevoelens, optrede of gedrag van die persoon is. Die “tussenganger” B (“beliefs”), wat die meer direkte oorsaak vir die belewenis of optrede is, is die persoon se sienswyse of oortuiging gekoppel aan die gebeurtenis (Ellis, 1994:63, 2005:166; Ellis & Abrahams, 1978:37; Ellis & Bernard, 1986:11-12; Grieger,

1986:59). REBT se A-B-C-model, waarin die betekenisgewing naamlik die tussenganger B, as kernoorzaak van problematiese optrede gesien word, toon ooreenkomste met die mediese hipnoanalisesmodel se sienswyse van 'oorspronklike gebeurtenis, simptomeveroor sakende en simptomeversterkende gebeurtenis' (kyk 3.2.3.1 betreffende die drievoudige allergiese teorie).

Die uitkoms, C, waarna verwys word, naamlik gedagtes, denkwyses, gevoelens en/of optrede, kan rasioneel of irrasioneel wees. Deur die uitkoms as rasioneel te omskryf, beteken nie noodwendig dat die kliënt die uitkoms as positief beleef nie, maar verwys na die toepaslikheid van die emosies of gevoelens, gedagtes en/of optrede van die persoon (Ellis & Bernard, 1986:8; Ellis, 1994:61). Positiewe sowel as negatiewe gedagtes en gevoelens kan rasioneel of irrasioneel wees (Ellis & Bernard, 1986:8). Só is 'n gevoel van intense hartseer tydens die afsterwe van 'n geliefde 'n rasionele en toepaslike negatiewe emosie om te beleef. Net so is 'n positiewe emosie soos om geluk en liefde te beleef na die geboorte van 'n langverwagte kind, toepaslik en rasioneel.

Volgens Ellis (1994:62; Ellis & Bernard, 1986:11) is aktiverende gebeurtenisse, moeilike belewenisse en mislukkinge onvermydelike lewensgebeurtenisse en daarom is die betekenis wat 'n persoon daaraan gee baie belangrik. Ofskoon 'n mens dikwels 'n beperkte keuse het oor die voorkoms van ongelukkige gebeurtenisse (A), het so iemand gewoonlik 'n groot keuse, ofskoon nie algehele keuse nie en 'n verantwoordelikheid vir sy keuse van sienswyse (B) oor die gebeurtenis en sodoende oor sy belewenis daarvan (kyk 2.7.2) (Ellis, 1994:65). Ellis (Grieger, 1986:60) het op grond van die invloed wat die persoon se sienswyse (B) op die intensiteit van die uitkoms (C) het, drie verskillende grade van sienswyses geïdentifiseer naamlik: 'koel', 'warm' en 'vuurwarm'. Grieger (1986:60) omskryf hierdie onderskeid van Ellis soos volg: "... he distinguishes between such various B's as nonevaluative observations and perceptions (cold cognitions), positive and negative preferential evaluations (warm cognitions), and positive and negative absolutistic evaluations and demands (hot cognitions)".

Ellis verfyn die onderskeie sienswyses en omskryf koel as beskrywende kognisie (Ellis, 1994:60) wat sonder enige of min gevoelens mag wees (Ellis, 1994:89). Warm is die evaluerende kognisies (Ellis, 1994:60) en sluit in die evaluering van koel kognisie met 'n speling tussen ligte tot swaar of streng evaluering, asook geringe tot sterk gevoelens

(Ellis, 1994:89). Vuurwarm verwys na sterk evaluerende kognisie (Ellis, 1994:60) en ook afsonderlike en duidelike gevoelens wat meestal wissel tussen sterk en baie sterk (Ellis, 1994:89).

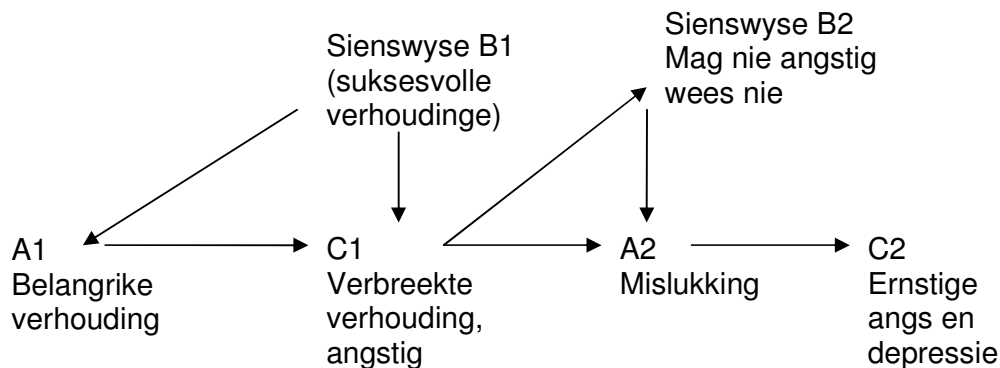
Dat 'n persoon se sienswyse (B) rasioneel (rB) of irrasioneel (iB) kan wees, is 'n REBT-hipotese. REBT beklemtoon daarom dat 'n rasionele sienswyse bydra tot die persoon se vermoë om funksionele optrede en werkwyses te identifiseer en in die praktyk te gebruik. Volgens die RETB teorie dra die irrasionele sienswyse by tot selfvernietigende en selfs gemeenskaps-vervreemde optrede (Ellis & Bernard, 1986:12). Die grondliggende leerstuk van REBT onderskei tussen *emosionele ontsteltenis* en verwarring aan die een kant en aan die ander kant gevoelens soos hartseer, teleurstelling, frustrasie en/of ergernis gekoppel aan irrasionele denke. Sulke gevoelens is dwaas, want hulle is die gevolg van 'n bonatuurlike siening dat gebeure op 'n ander wyse *moet, sal of behoort* te verloop (Ellis, 2005:175).

Net soos gebeurtenisse (A) tot 'n sienswyse (B) bydra of dit selfs aanmoedig, so beïnvloed gebeurtenisse (A) ook die uitkoms (C) (Ellis, 1994:82). Daarby is die verhouding tussen die aktiverende gebeurtenisse (A) en die sienswyses (B) daarvoor wederkerig en wisselwerkend. Sodoende kan A 'n betekenisvolle invloed op B uitoefen en B ook op A (Ellis, 1994:81) (kyk figuur 3.2). Verder het die uitkoms (C) ook 'n betekenisvolle invloed op gebeurtenisse (A) en mag dit selfs gebeurtenisse (A) skep (Ellis, 1994:82). Ellis (1994:83) beklemtoon dat 'n verwysing na aktiverende gebeurtenisse (A) in REBT 'n omvattende begrip is. Die 'gebeurtenis' verwys nie net na 'n eksterne stimulus nie, maar sluit enigiets in wat 'n mens kan bedink, asook enigiets wat aktiverend kan wees vir daaropvolgende sienswyses (B) en sodoende latere uitkomst (C) kan beïnvloed. Daarom kan gebeurtenisse (A) enigiets uit die verlede wees wat realisties of buite verband en verwronge in die geheue gestoor is; en insgelyks kan dit enige huidige gebeurtenis óf enige fantasie van die toekoms insluit.

Bykomend hierby is daar 'n verweefdheid van denke en emosie, in so 'n mate dat: "Thinking and emoting ... in certain (though hardly all) respects are essentially the same thing, so that one's thinking becomes one's emotion and emotion becomes one's thought" (Ellis, 1994:95). Dié verweefdheid word aangevul deur die menslike eienskap van denkpatrone en gepaardgaande uitvloeisels daarvan wat 'n holistiese sienswyse is

wat gedrag en ook fisieke, biologiese en psigologiese funksies insluit (Ellis, 1994:94-95) (kyk 2.3.4 betreffende 'n holistiese sienswyse). Ellis (2005:173) is die mening toegedaan dat die mens nie slegs dink en oor sy denke dink nie, maar ook dink oor sy denkwyse. Hierdeur kan verwarrende gevoelens (C) as gevolg van 'n gebeurtenis (A) deur die persoon beleef word as 'n 'nuwe' aktiverende gebeurtenis (A), wat verdere versteuringe tot gevolg het (Ellis, 2005:173).

Veronderstel iemand se sienswyse (B1) is dat hy absoluut altyd suksesvolle liefdesverhoudinge moet hê. Wanneer 'n belangrike verhouding (A1) skipbreuk ly (C1), sal hierdie sienswyse hom angstig en selfs depressief maak. Sou hierdie persoon sensitief wees en introspeksie doen oor die gebeure (C1), kan die angstigheid verander word in 'n mislukking (A2) en hy die sienswyse (B2) begin huldig dat hy absoluut nie angstig of depressief mag wees nie, waardeur 'n bykomende uitkoms (C2) geskep word (kyk figuur 3.2) (Ellis, 1994:43-44). Disfunksionele gedagtes, gevoelens en optrede mag verantwoordelik wees vir die ontstaan van sekondêre en tersiêre versteuringe (Ellis, 1994:44). In dié verband merk Ellis (1994:43) op: "Today, REBT specializes in looking for these secondary and tertiary symptoms, in revealing them to clients, and in alleviating them".

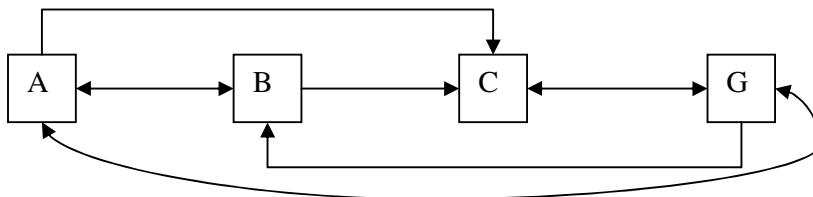


Figuur 3.2 Skematiese voorstelling van die ontstaan van sekondêre simptome volgens REBT

Volgens Grieger (1986:61) genoodsaak hierdie bykomende perspektief van die onderlinge beïnvloeding van A's, B's en C's dat daar verby die lineêre na 'n meer kontekstuele denkwyse beweeg moet word. Vanweë die onderlinge verband en afhanklikheid, interverweefdheid en kompleksiteit van die mens se wyse van optrede en funksionering, in kombinasie met die mens se vermoë om onafhanklik van gebeurtenisse in sy omgewingswêreld C's, B's en selfs A's te skep, is 'n holistiese

benaderingswyse nodig.

Aanvullend tot die A-B-C van emosionele gesondheid en versteuringe staan die persoon se unieke doelwitte, waardes, standarde, begeertes en hoop (Ellis, 1994:76 & 80). Ellis (1994:100) is die mening toegedaan dat: "When people are emotionally and behaviorally disturbed, moreover, they overtly or covertly sneak musts into their Goals (G's), their Activating Events (A's), their Beliefs (B's), and their Consequences (C's)". Ellis (1994:80, 2005:166) beklemtoon dat ofskoon kognisie, emosie en gedrag alleensoortig is, daar prakties altyd interaksie tussen hulle is. Op soortgelyke wyse is daar ook 'n interaksie en onderlinge beïnvloeding tussen die persoon se doelwitte (G), die gebeurtenis (A), sienswyse (B) en die uitkoms (C) (Ellis, 1994:80). Daarby mag die interaksie van die doelwit bydra tot die skepping of daarstelling van verskeie gebeurtenisse (A), sienswyses (B), asook uitkomst (C) (Ellis, 1994:81). Net so mag gebeurtenisse (A), veral diesulkes wat die bereiking van doelwitte (G) voorkom of saboteer, bydra tot, of versteurende uitkomst (C) aanmoedig (Ellis, 1994:81) (kyk figuur 3.3).



Figuur 3.3 Skematiese voorstelling van die wisselwerking tussen gebeurtenisse (A), sienswyses (B), uitkomst (C) en doelwitte (G)

Daar is 'n wederkerige, wisselwerkende en veelseggende verhouding tussen gebeurtenisse (A) en sienswyses (B) oor die betrokke gebeurtenisse (A) (Ellis, 1994:81; Grieger, 1986:60), soveel so dat mense geneig is om sodanige gebeurtenisse (A) te soek en daardeur beïnvloed te word. Daarby het hulle 'n vooropgestelde sienswyse betreffende die gebeurtenis wat sterk na vore tree en hierdeur 'skep' hulle in der waarheid die betrokke gebeurtenis (Grieger, 1986:60). Grieger (1986:61) is van mening dat daar, afgesien van die onderskeid tussen die gebeurtenis A en iemand se belewenis van die gebeurtenis, naamlik die betrokke gevoelens (C), ook 'n onderskeid tussen die

omstandighede in 'n mens se lewe en die belewenis van die omstandighede getref moet word. Grieger (1986:61) verwoord sy mening soos volg: "I argue that it is also crucial in RET to draw the distinction between the circumstances *in* one's life and the experience one has *of* the circumstances". Die rede hiervoor is dat ofskoon daar wel 'n werklike omstandigheid of gebeurtenis is wat bestaan, hierdie werklikheid verskil van die werklikheid wat die persoon beleef en waaraan hy betekenis gee (Grieger, 1986:61). Hierdeur, volgens Grieger (1986:61), gee die mens betekenis aan sy voorstelling van die omgewing, maar nie die werklike omgewing nie.

Die ontstaan van 'n irrasionele sienswyse is meestal gebaseer op sterk gevoelens wat gedurende die gebeurtenis (A) beleef is. Ofskoon sienswyses wesenlik kognitief is, is daar 'n gereelde wisselwerking tussen emotiewe elemente en optrede, wat meebring dat hulle mekaar onderling beïnvloed (Ellis, 1994:96). Weens die mens se gebruik van taal is hierdie irrasionele sienswyses volgens Ellis (1994:96-97) in die vorm van 'n simboliese snelskrif wat in die bewuste en onderbewuste van die persoon geënkodeer is. Simboliese snelskrif is 'n kombinasie van 'n simbool en 'n woord en is daarom linguisties, sowel as semanties, misleidend. Wanneer só 'n irrasionele sienswyse herhaaldelik gevorm en 'self-gesê' word deur die persoon, word dit vir die persoon 'n filosofiese werklikheid wat waar is (Ellis, 1994:96). Ellis (1994:96) sê: "But once they construct them many times and they practice and practice them as self-statements, they are made into Basic Philosophies that seem – and feel – absolutely right and true, even though they may be dogmatic, misleading assumptions".

Hulpverlening volgens REBT is 'n intervensieprogram gebaseer op die uitgebreide A-B-C-model. Volgens Ellis (1994:82) het aktiverende gebeurtenisse (A), sowel as B's en C's bykans altyd – waarskynlik altyd – kognitiewe, emotiewe en gedragselemente. Gefundeer op hierdie teoretiese benadering sluit terapeutiese intervensie, volgens REBT, kognitiewe, emotiewe asook behavioristiese perspektiewe in; vandaar die stelling deur Ellis (1994:405) dat rasioneel-emotiewe gedragsterapie altyd deur hom gesien is as 'n sterk psigologiese werkwyse met 'n swaarbelaaide filosofiese inslag (kyk 3.3 & 3.3.1 vir Ellis se filosofiese grondslag). Hierdie terapeutiese werkwyse word vervolgens omskryf.

3.3.3 Terapeutiese werkwyse van REBT

Tydens REBT se terapeutiese werkwyse is daar 'n sterk klem op emosionele en behavioristiese tegnieke. Aansluitend daarby word verskeie kognitief-oordedende tegnieke soos bespreking, redenasie en onderrig gebruik om irrasionele sieninge te wysig (Ellis, 1994:55).

3.3.3.1 Oriëntering tot A-B-C-intervensiewerkwyse

Die terapeutiese werkwyse van REBT maak gebruik van kognitiewe, emotiewe en behavioristiese metodes waarmee die kliënt gehelp word om 'n gesonde rasionele sienswyse (rB), gedagtegang en lewenswyse daar te stel. Ellis omskryf hierdie werkwyse soos volg (Ellis & Abrahms, 1978:47): “REBT consists of a comprehensive form of treatment that heavily stresses the cognitive, philosophic, value-orientated aspects of human personality”.

Psigoanalitiese en psigodinamiese terapeutiese werkwyses gaan van die veronderstelling uit dat disfunksionele sienswyses hulle oorsprong in 'n persoon se kinderjare het. Veral die verhouding tussen gesinsgenote is belangrik, want as die persoon die verband met die kindertydse verhouding verstaan, kan die versteuring voorkom word (Ellis, 1994:65). Hierdie aanname is volgens Ellis (1994:65) twyfelagtig aangesien iemand tydens adolessensie en ook in sy volwasse jare ingrypende irrasionele sienswyses (iB) kan skep of aanneem/aanvaar. Selfs al was daar probleme gedurende die kinderjare, wat dikwels so is, sal *kennis* daarvan of *insig* in die oorsprongsituasie nie noodwendig bydra tot die wysiging of verandering daarvan nie. Met jarelange psigoterapie vanaf die latere veertiger- en vroeë vyftigerjare, het Ellis (2005:171) gevind dat ongeag hoeveel insig die kliënte verkry het in gebeurtenisse tydens hulle vroeë kinderjare, hulle selde simptomevry was. Vandaar Ellis (2005:176) se sienswyse aangaande belangrike psigoterapieë wat hulle aandag fokus op die gebeurtenis (A) en die ongelukkige, of die emosionele uitkoms of gevolge (C), terwyl die lewensingesteldheid of betekenisgewing (B) van die persoon, wat van kardinale belang is in die ontstaan van selfversteuringe, meestal oor die hoof gesien word.

Gedurende die ontwikkeling van REBT se terapeutiese werkwyse was daar 'n

klemverskuiwing van meer rasionele tegnieke na 'n meer emotiewe ingesteldheid (Ellis, 1994:69). Ellis (1994:69) het in die sestigerjare meer gebruik gemaak van behavioristiese werkwyse, soos blootstelling en in vivo desensitiserings, versterkinge, straf, aanleer van vaardighede en tegnieke, asook aktief-direktiewe gedragsmetodes. Die klem gedurende die later jare was op emotiewe en denkbeeldige handeling soos rolspel, oefening om skaamte te oorkom, kragtige hanteringstellinge en redenasies, humor en dispuutgesprekvoering. Die mens se wese of natuur bring mee dat sy emosionele en psigologiese optrede van nature kognitief, emosioneel en handelend is (Ellis, 1994:94-95).

In die terapeutiese werkwyse sal die terapeut telkens bedag moet wees op die identifisering van primêre simptome, sowel as simptome *betreffende* simptome. Gewoonlik word die sekondêre en/of tersiêre simptome eers behandel voordat die primêre simptome ondersoek word (Ellis, 1994:44; Ellis & Bernard, 1986:16). Volgens Ellis is dit (2005:171) omdat 'n kind geïndoktrineer word met irrasionele en foutiewe denke oor sy eie waardeloosheid, maar dat die kind ook *disfunksionele eise* aan homself en ander stel. Hierdie eise word herhaaldelik gestel waardeur die betrokke eise *herindoktrineer* word. Hierdie foutiewe denkwyses het tot gevolg dat ofskoon die betrokke persoon nie onveranderlik is nie, hy tydens terapie so paniekerig raak oor sy oorspronklike paniek en só versteur deur die sekondêre simptome, dat hy groot moeite ondervind om die primêre simptome te verwerk (Ellis, 1994:44). Ellis (1994:66) het gevind dat mense oënskynlik ook 'n geneigdheid het om nuwe simptome te ontwikkel as gevolg van hul irrasionele sienswyses (iB's) oor irrasionele sienswyses (iB's). Hierdeur vorm bykomende of sekondêre versteuringe en die verwerking van die irrasionele sienswyses word sodoende bemoelijk omdat die primêre irrasionele sienswyse (iB) versterk is. "Secondary symptoms – often called *symptom disturbance* – largely arise from absolutistic musts about primary symptoms" (Ellis, 1994:43). Voortspruitend hieruit word die persoon se sienswyses (B), wat 'n kognitiewe samestelling is (Ellis, 1994:96), die kern of beginpunt van die terapeutiese intervensie waarvandaan gewerk word. Die rede vir die belangrikheid van irrasionele sienswyses is volgens Ellis (1994:96), dat ofskoon die irrasionele sienswyses kognitief is, hulle gereeld in interaksie met emotiewe en gedragskomponente is; wat meebring dat daar 'n onderlinge beïnvloeding tussen elke komponent is. Volgens Ellis (1994:24) kan REBT omskryf word as 'n omvattende multimodale en geïntegreerde terapeutiese werkwyse met 'n duidelik omskryfde teorie

oor hoe mense hulleself dikwels voortdurend ontstel. Die persoon se sienswyse (B) is volgens Ellis (2005:171) van fundamentele belang, want: "Meanings are not determined by situations, but we determine ourselves by the meanings we give to situations".

3.3.3.2 A-B-C-intervensiewerkwyse

Die doelwit vir die A-B-C-intervensiewerkwyse is om die persoon bewus te maak van selfvernietigende irrasionele sienswyses (iB's), sowel as hoe om hierdie irrasionele sienswyses te verminder of heeltemal te verwyder (Ellis, 1994:24). Aanvullend hierby is Ellis (2005:172) van mening dat die kern van effektiewe REBT-terapie die vermoë is om verdraagsaam teenoor jouself as persoon en ander persone te wees, gekombineer met 'n veldtog teen selfvernietigende *gedagtes, eienskappe* en *optrede*.

Die beklemtoning in REBT van sienswyses se uitwerking op die mens se lewe, asook wyses vir nuwe betekenis, doelwitte en persoons groei, is 'n belangrike komponent van heelheidsterapie. Die terapeut ondersteun en lei die kliënt om die rol wat sy selfvernietigende sienswyse speel, te herken, asook insig te verkry in die wyse waarop hy self bydra tot sy emosionele versteuring. Vervolgens word die persoon bemagtig om deur redenasie, sy irrasionele sienswyses (iB's) te betwis en te vervang met rasonale sienswyses (Ellis, 1994:68-69; Ellis & Abrahms, 1978:30). Die persoon se sienswyse, veral irrasionele sienswyses, is belangrik: "... to see clearly the *shoulds, oughts, and musts* with which they make themselves 'emotionally' disturbed; and to actively and vigorously Dispute – at point D – these irrational Beliefs (iB's)" (Ellis & Abrahms, 1978:55). Die term wat deur Ellis gebruik word vir die spesifieke wyse van gesprekvoering waardeur irrasionele sienswyses in terapie gewysig word, is dispukeer (D) (Ellis, 1994:79 & 175; Ellis & Abrahms, 1978:38; Ellis & Bernard, 1986:17), wat vervolgens omskryf sal word.

3.3.3.3 Disputering van irrasionele sienswyses

Volgens Nielson, Johnson en Ellis (2001:103) is enige wyse van kommunikasie waardeur die kliënt oortuig kan word om sy irrasionele denkwyses te laat vaar en 'n rasonale denkwyses te gebruik, suksesvolle disputering. Aansluitend word verskillende disputeringstrategieë sowel as disputeringstyle onderskei (Nielson *et al.*, 2001:104).

3.3.3.3.1 Disputeringstrategieë

Disputeringstrategieë is 'n werkwyse van stappe waarvolgens die kliënt oortuig kan word om van sienswyse te verander: "Strategies provide means to the end of persuasion" (Nielson *et al.*, 2001:104). Nielson *et al.*, (2001:104) onderskei die volgende vyf disputeringstrategieë, wat verder omskryf sal word:

- *Logiese disputering* is die wyse waardeur die aard van 'n irrasionele sienswyse naamlik 'n onredelike, willekeurige denke sonder enige motivering, uitgelig en bevraagteken word. Sodoende verkry die kliënte die insig om hulle irrasionele sieninge te betwyfel en die toepaslikheid daarvan te bevraagteken. Die kliënt is nou oop vir verandering en bereid om 'n meer logiese sienswyse te aanvaar en toe te pas (Nielson *et al.*, 2001:105).
- *Empiriese disputering* word gebruik deur proefondervindelike, feitlike inligting oor die wêreld daarbuite aan die kliënt oor te dra en sodoende te help om 'n rasonale sienswyse daar te stel. Daar wetenskaplike proefneminge dikwels gebaseer is op moontlikhede eerder as bewyse, kan die aanname van 'n absoluutheid sterk bevraagteken word deur die klem op wetenskaplikheid te plaas. Ander voorbeelde kan ook as 'bewyse' vir die wysiging van irrasionele sienswyses gebruik word. Vir godsdienstige persone mag gesaghebbende skriftuurlike bewysplase gebruik word as 'n wyse waardeur irrasionele sienswyses gewysig word (Nielson *et al.*, 2001:105). By die gebruik van godsdienstige begrippe of skriftuurlike bewyse, wil die navorser aanbeveel dat die belangrikheid van die kliënt se spirituele oortuiginge in ag geneem word en dat die terapeut bewustelik sensitief sal optree betreffende spirituele aangeleenthede.
- *Deur funksionele of pragmatiese disputering* kan aan kliënte die wye reeks nadelige gevolge wat in en deur die irrasionele sienswyse ontstaan het, uitgewys word. In en deur irrasionele sienswyses ontstaan selfvernietigende emosies wat aanleiding gee tot teleurstellende of mislukte optrede. Die kliënt word gelei tot die insig dat baie emosionele en gedragsprobleme gebaseer is op irrasionele sieninge. Met behulp van pragmatiese disputering kan die kliënt gelei word tot insig in en toepassing van meer funksionele sienswyses. Sodoende kan die

voordele verbonde aan die uitvoering van aktiwiteite, gegrond op rasionele denkwyses, beklemtoon word (Nielson *et al.*, 2001:105-106).

- *Heuristiese of ontdekkende disputering* waarvolgens die kliënt deur kognitiewe dissonansie oortuig word van optrede onder verskeie omstandighede waardeur hulle in die verlede met goeie gevolg en op suksesvolle wyse irrasionele sieninge kon bevraagteken en verwerp. Die feit dat die meeste kliënte reeds aspekte van irrasionele sienswyses geïgnoreer het of kon afmaak en agtergelaat het, het bygedra tot die suksesse wat hulle wel behaal het en wat tot hulle voordeel was. Die welslae wat hulle alreeds bereik het deur middel van rasionele denke, kan as aansporing dien om die huidige frustrasies en/of mislukkinge te oorkom (Nielson *et al.*, 2001:105-106).
- Met die hulp van *disputering van rasionele alternatiewe* wat in die plek van irrasionele siening beproef kan word, word die kliënt in staat gestel om die uitwerking van irrasionele sienswyse te bowe te kom. Hierdeur kan spanning verlig word, wat as teenvoeter vir irrasionele sieninge kan dien en sodoende word die behoefte aan toepaslike emosionele gedrag verhoog (Nielson *et al.*, 2001:106).

Ofskoon vyf verskillende disputeringstrategieë geïdentifiseer is, beteken dit geensins dat die strategieë geïsoleer gebruik word in disputering nie. Inteendeel, die onderskeie strategieë word oorvleuelend en aanvullend gebruik in ten minste vyf disputeringstyle (Nielson *et al.*, 2001:106), wat voorts omskryf word.

3.3.3.3.2 Disputeringstyle

Irrasionele sienswyses, weens die omvang daarvan, word op verskillende kognitiewe, emosionele en/of behavioristiese wyses deur kliënte gewysig. “Disputation, like most interventions, is best guided by clinical judgement about what may work, tempered by what then seems to work with the client and problems at hand” (Nielson *et al.*, 2001:109). Die genoemde disputeringstrategieë (kyk 3.3.3.3.1) word deur middel van ten minste vyf verskillende disputeringstyle prakties toegepas. Disputeringstyle met ’n sterk kognitiewe beklemtoning wat deur Nielson *et al.* onderskei word, is die didaktiese,

Sokratiese, metaforiese, terapeutiese belewenis en humoristiese disputeringstyl (Nielson *et al.*, 2001:106-108).

- *Didaktiese disputering* is waarskynlik die mees voor die handliggende werkswyse. Hiervolgens word die irrasionele sienswyse se selfvernietigende emosionele uitwerking op die kliënt direk aan hom verduidelik. Vervolgens word die nodigheid vir 'n rasionele sienswyse gestel, asook verduidelik hoe hierdie sienswyse verkry kan word. Die suiwer didaktiese werkswyse mag ook as kru en teenproduktief vir geslaagde psigoterapie gesien word. Die werklikheid is dat baie kliënte die raad aanvaar met goeie gevolge as uitkoms, aangesien hulle die terapeut as 'n kundige ten aansien van die verwerking van emosionele probleme beskou (Nielson *et al.*, 2001:106-107).
- Die *Sokratiese disputeringstyl* is gebaseer op die Sokratiese dialoog tussen die kliënt en die terapeut, waar die persoon deur die beantwoording van beplande vraagstelling tot selfinsig gelei word (Ellis, 1986:34; Nielson *et al.*, 2001:170). Disputering word eerstens op kognitiewe wyse gedoen deur die persoon op te roep met behulp van wetenskaplike vraagstelling om van die gevoel van gedwonge noodsaaklikheid en eise bevry te word (Ellis, 1994:79; Ellis & Abrahms, 1978:17). Daar is meestal vier basiese vrae wat aangepas word vir elke spesifieke omstandigheid of persoon. Die eerste vraag is: "Wat sê ek vir myself?", of "Watter dwase of verspote gedagte wil ek uitdaag?" Die tweede vraag is: "Is hierdie hipotese van my waar?" of "Is hierdie hipotese van my onwaar?" Die derde vraag is: "Watter bewys is daar dat hierdie hipotese waar of onwaar is?" Die vierde vraag is: "Wat is die heel ergste wat met my kan gebeur indien ...?" (Ellis & Abrahms, 1978:44-45). Die aandring op sinvolle antwoorde op hierdie vrae bring mee dat die kliënt self die oplossing vind. Deur die oplossing in sy eie woorde te stel, beskou hy die uitkoms as meer toepaslik, aangesien die irrasionele sienswyse se ware kleure blootgelê is (Nielson *et al.*, 2001:107; Ellis & Abrahms, 1978:45).
- *Metaforiese disputering* het die voordeel dat die problematiese meer gedistansieerd, aan die hand van 'n metafoer met 'n analogiese verwantskap verwerk kan word. Deur die parallelle verwantskap tussen die metafoer en die kliënt se huidige probleem, kan die saak en moontlike oplossings duideliker van die irrasionele sienswyse deur die kliënt onderskei word (Nielson *et al.*,

2001:107). Nielson *et al.* (2001:107) noem dat: “Seeing solutions in metaphor may loosen client’s conviction about irrational beliefs and persuade them toward rational beliefs”. Afhangende van die persoon se spirituele of religieuse oortuiging, mag die gebruik van ’n sinvolle metafoor oor ’n Bybelgebeurtenis bykomende diepte en selfs ook ’n kragtige bydrae aan die emosionele disputering verleen (Nielson *et al.*, 2001:19). Die terapeut se begrip en sensitiwiteit vir die kliënt se waardes, veral religieuse sienswyse, blyk van kardinale belang te wees vir suksesvolle terapie (Nielson *et al.*, 2001:6). Nielson *et al.*, (2001:20) is van mening dat: “Religious scripture will almost always help an individual who believes in the scriptures to place difficulties in a broader, religiously philosophical context”.

- Volgens die *terapeutiese ervarings-disputeringstyl*, wat ’n spesiale metaforiese styl is, stel die terapeut homself as voorbeeld voor. Hy vertel van sy eie emosionele wroeging as gevolg van irrasionele sieninge en hoe hy met behulp van rasonale denkwyses die probleem suksesvol kon hanteer. Die belewenis van die terapeut mag dan as ‘bewys’ dien vir die nadelige uitwerking van irrasionele sienswyses, asook die positiewe verandering wat verkry word deur rasonale sieninge. Sodoende kan die kliënt identifiseer met die irrasionele sienswyse en deur ’n rasonale denkwyse en filosofie die nodige aanpassing maak om ’n positiewe lewenstyl aan te leer (Nielson *et al.*, 2001:107-108). Nielson *et al.* (2001:108) motiveer die werkwyse soos volg: “Extensive evidence from cognitive behavioral therapy suggests that clients learn better from coping models than from mastering models”.
- Deur *humoristiese disputering* word die humoristiese aspek van die situasie beklemtoon. Die hoofdoel is om die onrealistiese, bykans absurde aspek van die irrasionele sienswyse uit te lig en ook om die kliënt te laat ontspan (Ellis, 1986:34). Wanneer die kliënt kan lag oor die situasie, sien hy die irrasionaliteit in en kan hy die nodige rasonale denkwyse toepas (Nielson *et al.*, 2001:108). Nielson *et al.* (2001:108) waarsku egter: “A humorous style may seem difficult to develop, because humor is, by its nature, spontaneous in the listener who experiences amusement”.

Aanvullend tot die meer kognitiewe disputeringstyle (kyk 3.3.3.3.2) word *emotiewe*

disputering ook gebruik. Gedurende emotiewe disputering skep die kliënt in sy gedagtes 'n denkbeeld van die ergste mislukking wat hy kan maak gedurende die verwesenliking van sy doelwit. Nou word van die persoon vereis om die negatiewe gevoelens gekoppel aan die mislukking te voel, te ervaar en te beleef. Hierna word van die persoon vereis om die negatiewe en ongesonde gevoelens te vervang met realistiese gevoelens van teleurstelling en jammerte (Ellis, 1994:79). Ellis (1994:175) se sienswyse is: "Instead of mainly emphasizing positive thinking and positive visualization, REBT shows people how to discover and falsify their self-defeating thinking".

Met behulp van *behavioristiese disputering* sal die persoon homself konfronteer met 'n omstandigheid waarvoor hy irrasionele gevoelens beleef. Terselfdertyd word hy verplig om op te tree en homself te oortuig dat hy die situasie as ongewens, maar wel hanteerbaar beleef (Ellis, 1994:79).

Na suksesvolle disputering kan die persoon ondersteun word in die daarstelling van 'n voorkeur-, of 'n meer sinvolle sienswyse, waarmee 'n doeltreffende of effektiewe nuwe filosofie (E) met grondige sienswyses ontwikkel kan word (Ellis, 1994:79; Ellis & Abrahms, 1978:18; Ellis & Bernard, 1986:17). Sou die terapeut weerstand by die kliënt beleef, moet die onderliggende irrasionele sienswyse wat verantwoordelik is vir die ongemak en vrees by die kliënt, geïdentifiseer en spesifiek gedisputeer word. Ellis (1985:9) voer aan: "RET, therefore, looks for the (iB's) that lie behind resistance, including those that tend to create normal human resistance; tries to accurately define exactly what they are; and then ... attempts to Dispute, contradict, and challenge them (at point D)". Nielson *et al.* (2001:109) se siening is: "Effective disputation is best formulated during sessions and delivered in a manner that is responsive to the client's reception of the intervention. The most effective disputations will be those that are eventually delivered by clients to themselves".

Ter versterking van die 'nuwe filosofie' (E) word opdragte vir gereelde emosionele inoefening en aktiewe oefenopdragte van positiewe funksionele sienswyses gegee. Opsommend kan die REBT- terapeutiese sienswyse só gestel word: "... views clients holistically, holds that the goals of therapy include growth and achievement of potential as well as relief of disturbed symptoms, and emphasizes enlightened individuality" (Ellis, 2005:170).

Die beklemtoning in REBT van betekenisgewing se uitwerking op die mens se lewe, asook van die soeke na nuwe betekenis, doelwitte en persoons groei, is 'n belangrike komponent van heelheidsterapie. Hierdie terapeutiese uitkoms kan omskryf word as; 'ek is in staat' en 'ek voel heel'. Aansluitend by REBT is die keuse-teorie belangrik en word daarom vervolgens omskryf.

3.4 KEUSE-TEORIE

William Glasser, die grondlegger van keuse-teorie, se boeke sal as bronverwysing in hierdie studie gebruik word. Keuse-teorie se grondslag is die mens se vermoë om keuses te kan maak (kyk 2.7 betreffende die mens se keuse-vermoë en verantwoordelikheid), plus die feit dat 'n mens se keuse die beste oplossing volgens sy kennis en bronne tot sy beskikking, in daardie situasie of tydperk is (Glasser, 2001:2).

3.4.1 Oorsprong en ontwikkeling

In Glasser se boek oor realiteitsterapie wat in 1965 verskyn het, het hy die belangrikheid van verantwoordelikheid vir alles wat jy doen, sterk beklemtoon (Glasser, 2001:225). Glasser (1989:3) se sienswyse is dat ongeag of 'n persoon goed of sleg vaar, hy baie meer beheer oor sy eie lewe het as wat hy glo hy het. Aansluitend hierby is dat hoe meer effektief die mens die beheer tot sy beskikking uitoefen, hoe meer bevredigend is die lewe vir hom. Die term 'kontrole' of 'beheer' is nie domineer nie, maar verwys eerder na die 'bestuur' van die omstandighede (Glasser, 1989:4). Die klem van kontrole-teorie word soos volg verduidelik: "... our behavior is always our best attempt to control the world and ourselves as part of that world so that we can best satisfy our needs" (Glasser, 1989:5). Deur realiteitsterapie aan te vul met insigte verkry uit kontrole-teorie, kom 'n mens tot die besef dat dit glad nie nodig is om 'n slagoffer van jou verlede te wees nie, tensy jy kies om 'n slagoffer te wees (Glasser, 1989:3). Hierdie sienswyse is deur Glasser gebruik om die gevoel van 'ek is uitgelewer en weerloos' deur middel van die realiteitsterapie te wysig.

Glasser (2001:225) brei sy stelling in *Choice Theory* van 1998, naamlik dat 'n persoon volle verantwoordelikheid aanvaar vir sy optrede; uit deur die byvoeging van die siening

dat elke mens ook sy gedrag kies. “In fact, I now believe that *we choose essentially all we do*” (Glasser, 2001:225). Keuse-teorie se unieke werkwyse gebaseer op die mens se vermoë om te bestuur is in wese realiteitsterapie gebaseer op keuse-teorie (Glasser, 2001:22). Keuse-teorie word volgens Glasser (1999:7) omskryf as internebeheer-psigologie wat verduidelik waarom en hoe die mens die spesifieke keuses maak waardeur die verloop van sy lewe bepaal sal word.

3.4.2 Teoretiese omskrywing van keuse-teorie

Die mens se keuses beïnvloed sy gedrag en is nou verweef met sy behoeftes. Wanneer die mens 'n wyse van optrede of enige gedrag kies, is die persoon op daardie oomblik oortuig daarvan dat enige ander wyse van optrede minder suksesvol sal wees. Die mens kies die handeling wat op daardie stadium na sy oordeel die voordeligste sal wees (Glasser, 2001:2). Wanneer na gedrag verwys word, is dit belangrik om te besef dat gedrag nie net uit 'n aksie bestaan nie, maar ook denke, gevoel en 'n fisiologiese komponent insluit (Glasser, 1989:8). Voortspruitend hieruit word die term *volledige gedrag* in keuse-teorie gebruik om die insluiting van al vier die gedragskomponente, naamlik aktiwiteit, denke, gevoel en die fisiologiese, aan te dui (Glasser, 1999:72) wat vervolgens omskryf sal word.

3.4.2.1 Volledige gedrag in keuse-teorie

Glasser (1989:8) sê: “Our behavior is always made up of four individual components: acting, thinking, feeling, and the concurrent physiology, all of which always blend together to make a whole or a total behavior”. Gedurende 'n aktiwiteit wat uitgevoer word, is daar ook denke betrokke aangesien 'n mens altyd oor iets dink. Aan enige aktiwiteit en denke is daar ook 'n gevoel gekoppel, wat saam met denke en aktiwiteit ook 'n fisiologiese invloed uitoefen (Glasser, 1999:72). Daarom, wanneer 'n persoon ellendig voel oor 'n sekere gebeurtenis, sal sy aktiwiteitstempo stadiger wees, amper asof hy nie in staat is om iets te doen nie. Die gevolg hiervan is dat hy eintlik nie in staat voel om iets te doen of te dink nie; wat weer tot gevolg het dat die persoon ook 'n fisiologiese verandering soos groot moegheid en 'n gebrek aan energie mag beleef (Glasser, 1999:75).

Vanuit 'n volledige gedragsperspektief in keuse-teorie word die mees opvallende komponent ook gebruik om die persoon se gedrag te omskryf (Glasser, 1999:76). Só sal emosie die komponent wees wat by 'n terneergedrukte persoon omskryf word. Die rede vir die benoeming van die mees opvallende komponent tydens keuse-teorie, ofskoon die benaming dalk aanvanklik omslagtig mag klink, is dat die opvallendste deel oor meer energie beskik, wat die uitvoering van 'n keuse vergemaklik (Glasser, 1999:77). Volgens Glasser (2001:226) kan 'n mens slegs 'n direkte keuse uitoefen ten aansien van jou aktiwiteit en jou denke. Die gevoelens en fisiologiese aspekte kan slegs op 'n indirekte wyse beheer word.

Behoeftes is ook gekoppel aan die gevoelens of emosie. Volgens keuse-teorie is die twee basiese behoeftes van realiteitsterapie, naamlik liefde en 'om te behoort' (Glasser, 2001:226); uitgebrei na vyf behoeftes: oorlewing, liefde en 'om te behoort', mag, vryheid en plesier (Glasser, 2001:2 & 226). Glasser (2001:2) konstateer: "It is always our best choice at the time to fulfil one or more of five needs built into our genetic structure: survival, love and belonging, power, freedom, and fun". In terme van keuse-teorie word elke gedrag gekies. Die gedragskeuse is gebaseer op die bevrediging van behoeftes op die beste wyse tot die persoon se beskikking op daardie tydstip (Glasser, 1999:28, 71 & 74).

3.4.2.2 Die belangrikheid van taalgebruik

Vanuit 'n semantiese perspektief is die omskrywing van gedrag in terme van 'n selfstandige naamwoord of 'n byvoeglike naamwoord volgens Glasser (2001:25) foutief. Die regte term waarmee gedrag of optrede omskryf behoort te word, is 'n werkwoord of 'n infinitief. Die gebruik van 'n werkwoord is nie net grammatikaal reg nie, die belangrikste is die verandering wat reeds plaasvind deur die keuse van 'n ander, meer effektiewe wyse van doen of die keuse van 'n ander werkwoord (Glasser, 2001:25-26). Glasser (2001:25) omskryf die rede vir die woordkeuse soos volg: "The commonly used terms *depression* (a noun) or *depressed* (an adjective) are inaccurate. Following choice theory, we would use the verb forms *depressing* (a gerund) or *choosing to depress* (an infinitive)". Ook in die terapeutiese werkwyse is die semantiese betekenis baie belangrik en kan die grammatikaal juiste woordkeuse 'n groot invloed uitoefen. Deur die gebruik van 'n selfstandige naamwoord distansieer die persoon hom van die situasie, maar

werkwoorde impliseer 'n betrokkenheid (Glasser, 2001:26).

Die gebruik van 'n selfstandige of 'n byvoeglike naamwoord impliseer dat niks aan die situasie of omstandighede gedoen kan word nie. Deur 'n werkwoord te gebruik, word veranderlikheid beklemtoon. In die keuse-teorie word alle gedrag van die mens, van sy geboorte tot sy dood, in werkwoorde plaas van selfstandige- of byvoeglike naamwoorde gestel (Glasser, 1999:63). So sal ons sê die kind se arms is gekruis (werkwoord), maar daardie optrede is 'n kruis (selfstandige naamwoord). Hierdeur word bevestig dat die persoon oor die moontlikheid beskik om deur middel van die uitvoering van 'n keuse 'n verandering te kan teweegbring (Glasser, 1999:63). Glasser (1999:63) beskryf die verandering soos volg: "This change is crucial because it teaches that not only are we actively choosing what we are complaining about, but we can also learn to make better choices and get rid of the complaints". Die mees opsigtelike aksie van die totale gedrag word in die werkwoordvorm gegee (Glasser, 1989:8). Hiervolgens word 'n persoon wat vinnig op sy voete van een plek na 'n ander beweeg, as 'n persoon wat hardloop beskryf, omdat hardloop die duidelikste waarneembare handeling of optrede is (Glasser, 1989:8). Wanneer gekonsentreer word om optrede in die vorm van werkwoorde eerder as byvoeglike naamwoorde uit te druk, is dit vir die persoon moeiliker om homself as 'n 'slagoffer' te sien. Die gebruik van werkwoorde maak die verandering van denke in die rigting van keusemoontlikheid makliker (Glasser, 1989:8-9). Deur die gebruik van werkwoorde aan te leer, begin die persoon verantwoordelikheid neem vir die dinge waaroor hy kla. Hierdeur begin die persoon gewoonlik minder kla en gebruik meer tyd om 'n wyse vir 'n beter optrede of handeling te bedink (Glasser, 1989:9).

3.4.3 Keuse-teoretiese terapeutiese werkwyse

Glasser (1999:3) voer aan dat die mens volgens keuse-teorie vir alle praktiese doeleindes *alles kies* wat hy doen, insluitende die 'ellende' wat hy beleef. Volgens die keuse-teoretiese werkwyse is dit die taak van die terapeut om die kliënt te begelei en hulp te verleen wat die persoon in staat sal stel om 'n nuwe of beter wyse van optrede te kies, wat meer behoeftebevredigend sal wees (Glasser, 2001:22); want as die persoon een keuse kan maak, kan hy ook 'n ander, beter keuse maak (Glasser, 1999:77) (kyk 2.7.1.2 betreffende Sartre se siening oor keuse). Aanvullend hierby is die

feit dat die mens nie slegs die gedrag kies wat aanleiding tot die probleem gegee het nie, maar ook die terapeutiese intervensie of hulpverleningsversoek (Glasser, 2001:22). Hierdie feit impliseer dat die terapeut die teoretiese begroning van keuse-teorie in elke ontmoeting sal voorleef.

Vanuit die keuse-teorie se wêreld is die begroeting: “Enige belangrike gebeurtenis vandag?” of “Wat beplan jy om vandag te doen?” in plaas van “Hoe voel jy vandag?”, van terapeutiese waarde (Glasser, 1999:79). Glasser (1999:77) se opvatting is: “Verbs, coupled with some tense of the verb *to choose*, immediately put you in touch with the basic choice theory idea: You are choosing what you are doing, but you are capable of choosing something better”.

3.4.3.1 Die vestiging van hoop en vertroue

Gedurende die aanvang van die terapeutiese verloop is die vestiging van hoop baie belangrik. Deur die oordra van ’n boodskap van die geloof dat elke persoon homself kan verander en dat die terapeut nie sal ‘opgee’ nie, vestig die terapeut die denkwys van elkeen kan homself help (Glasser, 1989:14). Aangesien baie kliënte in die verlede afhanklik van ’n ander was en daardie persoon vertrou het en teleurgestel is, moet die kliënt ’n duidelike boodskap kry dat die terapeut nie dieselfde sal doen nie (Glasser, 1989:14). Die vestiging van ’n vertrouensverhouding tussen die kliënt en die terapeut is van die uiterste belang, omdat: “The basis of a choice theory relationship is to establish trust” (Glasser, 1999:211).

Met die aanvang van keuse-teorie word aan die kliënt ’n basiese terapeutiese vraag gevra, naamlik: “Is wat jy nou doen (of kies om te doen) wat jy die graagste wil hê? Kry jy wat jy regtig graag wil hê?” (Glasser, 1989:14-15). Indien die kliënt nog nie ’n mening oor sy keuses gevorm het nie, sou enige voorstelle deur die terapeut prematuur wees. Wanneer die kliënt egter hierdie selfbeoordeling gedoen het, mag die terapeut voorstelle oor die optrede van die kliënt maak (Glasser, 1989:14-15). Hierdeur word die belangrikheid dat die kliënt self verantwoordelikheid neem vir sy optrede of gebrek aan optrede, ingeoef en bevestig.

3.4.3.2 Die komponente van keuse-teorie

Vanuit keuse-teorie en 'n terapeutiese perspektief moet beklemtoon word dat slegs aksie en denke van gedrag se vier komponente vrywillig gekies word (Glasser, 1989:9). Kombineer hiermee die aksioma: "total behavior, the whole, is always the sum of all its parts" (Glasser, 1989:11). Die gevolgtrekking van hierdie aksioma is dat sou enige een van die komponente verander, die geheel ook sal verander (Glasser, 1989:11). In realiteitsterapie is die klem op die komponente wat wel verander kan word (aksie en denke), waardeur die geheel ook verander. Gebaseer op hierdie denkrigting kan nuwe en meestal beter wyses van doen na vore tree (Glasser, 1989:11). Aanvullend hierby is Glasser (1999:72) van mening dat wanneer die kliënt die begrip van totale optrede verstaan hy sal sien dat al sy gevoelens, die lekkeres en gelukkiges sowel as dié wat ongelukkig en seer is, indirek gekies is. 'n Indirekte keuse is egter steeds 'n keuse (kyk 2.7.1.2 vergelyk Sartre se sienswyse).

Om hierdie konsep te verduidelik gebruik Glasser (1989:9-10) die metafoor van 'n voertuig en sy bestuurder. Die voertuig verteenwoordig totale gedrag, met behoeftes as enjin en die persoon as die motorbestuurder. Die een voorwiel verteenwoordig aksie en die ander een denke; terwyl die agterwiele gevoel en fisiologie verteenwoordig. Die motorbestuurder (persoon) kan deur die gebruik van die stuurwiel kies in watter rigting die voertuig gaan beweeg. As gevolg van die vry algemene sienswyse dat persone nie verantwoordelik gehou kan word vir hulle gevoelens nie, verduidelik Glasser (2001:227) die belangrikheid van keuse en verantwoordelikheid soos volg: "... we *choose* all our behavior because we can't be anything but responsible for all we choose to do". Glasser (1999:86) omskryf dit verder aan die hand van die metafoor van 'n persoon wat moeg gehardloop is en sweet. As jy vra waarom hy só sweet, is die antwoord "omdat ek gehardloop het". In wese is die fisieke aksie van hardloop nie die oorsaak van die sweet nie, maar die keuse om te hardloop. Hierdeur weerspieël Glasser die gewoonte om, wanneer gebeure verwant is, te dink in terme van eksterne kontrole en sodoende die oorsaaklike keuse te negeer. In der waarheid, al gaan die twee gebeure, naamlik hardloop en sweet saam, is nie een van die twee die veroorsakende faktor nie. Wat aanleiding gegee het tot die aksiegedeelte, die hardloop, is die oorsaak. Die sweet is 'n normale fisiologiese proses wat met hardloop geassosieer word. Indien die persoon nie

gekies het om te hardloop nie, sou hy nie gesweet het nie.

3.4.3.3 Die basiese behoeftes van die mens en die invloed van die verlede

Bogenoemde denkwys is ook van toepassing op die vyf basiese behoeftes (oorlewing, liefde en 'behoort tot', mag, vryheid en plesier) in enige omstandigheid. Die keuses wat 'n mens maak, is volgens daardie persoon die beste wyse waarop hy op daardie oomblik een of meer van sy vyf basiese behoeftes kan bevredig (Glasser, 2001:2). Die gebeure uit die verlede, hoe traumaties die gebeure ook mag gewees het, maak nie van 'n mens 'n slagoffer nie, tensy dié persoon kies om in die hede 'n slagoffer te wees (Glasser, 2001:23) (kyk 2.6.1 betreffende die mens se inherente wil).

Die mens poog, ongeag hoe kompleks sy gevoelens is, om op grond van sy geheue van gebeurtenisse wat hy met positiewe gevoelens assosieer, soortgelyke situasies te bewerkstellig en om situasies gekoppel aan slegte gevoelens, te vermy. Die mens se gevoelens mag baie inmekaarverweef en moeilik wees om te verstaan; maar die persoon kan onthou of hy lekker/goed of sleg voel, wat hy gedoen het toe hy baie lekker of baie sleg gevoel het (Glasser, 1999:28).

Realiteitsterapie beklemtoon bykans uitsluitlik die hier en die nou, aangesien menslike behoeftes slegs in die hede bevredig kan word (Glasser, 2001:23). Aansluitend hierby is die klem in keuse-teorie se terapeutiese situasie ook op die hier en nou, aangesien die oplossing in die hede is. Hierdeur word egter geensins geïmpliseer dat probleme 'nuut' is nie. Inteendeel, probleme is meestal 'oud', aangesien die oorsprong daarvan in die verlede en sommige in die verre verlede is (Glasser, 1989:12). Ongeag hoe frustrerend die verlede was en dikwels wás die verlede erg frustrerend, daar is geen wyse waarop die verlede ongedaan gemaak kan word nie. Die terapeut kan die kliënt slegs help om meer behoeftebevredigende keuses in die hede te maak. Deur sy huidige behoeftes te bevredig, verkry hy die vermoë om gebeurtenisse van die verlede te bowe te kom. Wanneer die hede nog gevul is met frustrasies, bly die verlede steeds vars en pynlik (Glasser, 1989:12). Glasser (1999:227) konstateer: "The past doesn't intrude on the present unless we choose to hold on to it".

Die waarskynlikheid dat die meeste kliënte hulle verlede sal vergeet, ongeag in watter

mate daar aan hulle huidige behoeftes voldoen word, is skraal. Deur egter die 'regte' keuses te maak, sal die persoon minder in die verlede leef en/of wens vir 'n ander verlede (Glasser, 1989:12). Ofskoon gebeurtenisse baie moeilik vir die kliënt was en hy die omstandighede graag anders sou wou hê, konsentreer Glasser in sy terapeutiese werkwyse op die huidige omstandighede (Glasser, 1989:12). Glasser (1999:130) verklaar: "My counseling technique works in the present. I do not believe it does any good to revisit the past in the hope of finding something there that corresponds to the present problem". Die meeste kliënte het wel 'n natuurlike geneigdheid of behoefte om aan die terapeut te vertel hoe sleg die verlede was, asook hoe graag hulle die slegte ongedaan wou hê (Glasser, 1989:12). Die terapeut verkeer hierdeur in 'n dilemma, naamlik: aan die een kant is dit nodig om empaties na die kliënt te luister; en aan die ander kant is ook nodig om hulp te verleen ten aansien van die verandering in die hier en die nou (Glasser, 1989:13). Daar mag egter 'n tydsverloop wees voordat die kliënt oor die innerlike krag beskik om deur middel van terapeutiese intervensie van die verlede na die hede begelei te word (Glasser, 1989:13). Glasser (2001:24) is van mening dat hy nie regtig tyd met die kliënt in die verlede deurbring nie, behalwe om aspekte van persoonsterkte te beklemtoon.

Volgens Glasser kan 'n mens nie uit ellende en nood van die verlede leer nie. Inteendeel, die herinnering daaraan mag net meer ellende tot gevolg hê en daarom is een besoek aan die problematiese verlede meer as genoeg (Glasser, 1999:130). Hoe langer op gebeurtenisse in die verlede gefokus word, hoe meer word die aandag afgetrek van die hier-en-nou, wat tot gevolg het dat die huidige probleem van ongelukkige verhoudinge vermy word (Glasser, 1999:130). Deur die kliënt te leer dat hy die enigste persoon is wie se lewe hy kan verander en wat in 'beheer' van sy eie lewe is, word min terapeutiese tyd bestee aan wat ander mense doen (Glasser, 1989:13). Aanvullend hierby is die sienswyse dat ander mense aanspreeklik is vir, of jou 'forseer' om te doen wat jy doen of te voel wat jy voel, is onwaar, aangesien die persoon hierdeur van sy persoonlike vryheid om keuses te maak, ontnem word (Glasser, 1999:5).

Ofskoon min aandag aan die ellende van die verlede verleen word, word die belangrikheid van veral die kinderjare nie onderskat nie. Volgens Glasser (1989:4) dra die pasgebore baba geen kennis van sy behoeftes of wyses waarop daaraan voldoen

kan word nie. Glasser (1989:4) se sienswyse is: “What we do know at birth, and will know for the rest of our lives, is how we feel” (kyk 3.6 aangaande die invloed van die belewenisse gedurende die kinderjare). Gebaseer op hierdie inligting oor sy gevoelens, vorm die baba ’n konsepie van sy behoeftes (Glasser, 1989:4). Soos die kind ontwikkel van kleuter na volwassene, word hierdie gevoelens meer ingewikkeld, aangesien die verhoudinge tussen verskillende persone meer kompleks word (Glasser, 1999:29). Die uitvloeisel hiervan is dat die keuses wat ’n mens maak, in ’n poging om ’n gevoel van plesier te beleef pleks van pyn, sterk beïnvloed word deur die mens se verhouding met ander persone. In so ’n mate so dat meeste mense bereid is om pyn te beleef, selfs erge pyn, aangesien die verhouding vir hulle belangriker is as die lyding wat hulle verduur (Glasser, 1999:29). Glasser (1999:29) beklemtoon die belangrikheid om te besef dat plesier ook deur ’n verskeidenheid ander wyses, onafhanklik van ’n ander persoon, verkry kan word.

3.4.3.4 Die mens se *kwaliteit-wêreld*

Elke mens woon in ’n wêreld, die werklike wêreld en ook ’n wêreld wat hy skep, naamlik sy *kwaliteit-wêreld* (Glasser, 1999:44). Glasser (1999:44) se sienswyse is: “Choice theory explains that the reason we perceive much of reality so different from others has to do with another important world, unique to each of us, called the quality world”. Volgens Glasser is die beste wyse om te verduidelik hoe die mens van die persone in sy *kwaliteit-wêreld* leer, aan die hand van ’n pasgebore baba. Dít baba is afhanklik van versorging en is bewus daarvan dat ’n persoon aan sy behoeftes voldoen wat hom aangenaam laat voel. Hierdie persoon is belangrik en word deel van die kind se *kwaliteit-wêreld* (Glasser, 1999:56). Soos die kind ontwikkel en aan sekere van sy eie behoeftes voldoen, begin ’n sterk beeld van homself in sy *kwaliteit-wêreld* vorm wat tegelykertyd ook die begin van persoonlike vryheid is (Glasser, 1999:57). Die kennis van wat vir die persoon baie belangrik is, vorm deel van sy *kwaliteit-wêreld* (Glasser, 1999:45). Vandaar die werklikheid dat sommige persone wat deel is van die mens se *kwaliteit-wêreld* se siening van die persoon, hoe onverstaanbaar ook al vir ’n ander, só ’n belangrike rol in die persoon se lewe speel (Glasser, 1999:48). Daarom, wanneer die verhouding met iemand anders verskil van hoe jy die verhouding graag wil hê, is die uitkoms pynlik, ongeag hoe aanvaarbaar die rede ook mag wees (Glasser, 1999:48). Terselfdertyd is die waarheid ook dat, ongeag in welke mate ’n persoon gedreig of

gestraf word, niemand oor die vermoë beskik om die 'prentjie' of die inligting van 'n persoon se kwaliteit-wêreld te verander nie (Glasser, 1999:55). Glasser (1999:55) konstateer: "The one thing no one can take away from you is the freedom to control your own quality world".

Opsommend kan gestel word dat elke persoon self kies om gedurende 'n spesifieke stadium op 'n bepaalde wyse op te tree. Daarby is elke mens ook verantwoordelik vir die keuse van welke persone in sy kwaliteit-wêreld is; wat hy doen of nie doen nie en ook hoe hy voel. Hierdeur kan die mens kies in welke wyse hy homself wil sien: as 'n slagoffer of as 'n heel mens – heelheid is 'n keuse.

3.5 LOGOTERAPIE

Victor E. Frankl (1905-98), die vader van logoterapie, verwys na die manuskrip van sy boek *The Doctor and the Soul* as "my spiritual child who I'd hoped would survive even if I did not do so myself" (Frankl, 1986:x).

Frankl (1986:ix) se stellingname is duidelik; naamlik dat die konsep van logoterapie nie in die konsentrasiekampe ontstaan het nie, maar dat hy (Frankl) na die kamp vervoer is met 'n volledige manuskrip van die boek versteek in die voering van sy baadjie; in die kamp is sy klere egter van hom weggeneem en vernietig. Hy het 'n paar maande voor sy vrylating uit die kamp, as motivering om nie sy bewussyn te verloor gedurende sy siekte (tifus) nie, snelskrifnotas met 'n stukkie potlood geskribbel op flentertjies papier wat vir hom ingesmokkel is. "Later these notes proved to be very helpful when I started reconstructing the manuscript" (Frankl, 1986:x). Hierdie studie is op enkele uitsonderinge na gebaseer op bronne deur Frankl self.

3.5.1 Inleiding betreffende logoterapie

Skrywers verwys na Frankl met die klem op sinvolheid en die soeke na betekenis as die Derde Weense Skool van Psigoterapie. Freud, met die klem op soeke na plesier word na verwys as die Eerste Weense Skool van Psigoterapie en Adler, met sy beklemtoning van die verkryging van mag, verteenwoordig die Tweede Skool (Frankl, 1985:121; Shantall, 2003:433). Die bykomende dimensie wat verkry word deur voort te bou op

bestaande kennis, kan aan die hand van 'n analogie verduidelik word. 'n Analogie van die belangrikheid van logoterapie se bydrae tot die psigologie is dié van 'n reus met 'n dwerg op sy skouers. Hiervolgens kan die dwerg (Frankl) wat op die skouers van die reus (Freud) staan, verder as die reus sien (Frankl, 1969:10, 1986:3; Shantall, 2003:457).

Die term logoterapie is saamgestel uit die Griekse woord *logos* wat verwys na sin of betekenis (Frankl, 1967:74, 64 & 1, 1975:141, 1985:121, 1986:xvii), sowel as gees of spiritueel (Frankl, 1967:74, 1986:xvii). Frankl (1986:xvii) verduidelik: "In this connection, *logos* is intended to signify 'the spiritual' and, beyond that, 'the meaning'". Vandaar die wese van logoterapie, wat die sin, die innerlike wese se soeke na betekenis (Frankl, 1967:1) en die noölogiese [wetenskap van die intellek, kennisleer] dimensie van die mens se lewe betrek (Frankl, 1967:3).

3.5.2 Grondbegrippe en teoretiese omskrywing van logoterapie

Die grondbegrip in die teoretiese omskrywing van logoterapie is die tweeledige betekenis van *logos*, naamlik sin en spiritueel. Die term spiritueel het ook 'n religieuse konnotasie en hierdie religieuse bybetekenis probeer Frankl (1969:17, 1967:73) sover moontlik vermy, want: "Fusion of psychotherapy and religion necessarily results in confusion" (Frankl, 1969:144). Volgens Frankl (1986:xii) word die religieuse gesien in die breedste moontlike wyse as die hoogste vorm van die mens se soeke na betekenis, 'n belangrike komponent van menslike bestaan. Vanuit 'n logoterapeutiese perspektief is selfs hierdie hoogste vorm van betekenisgewing 'n menslike eienskap (Frankl, 1986:xii): "Yet logotherapy ... views even man's orientation toward *ultimate* meaning as a *human* phenomenon rather than anything divine". Frankl (1986:xii) is die mening toegedaan dat deur die term 'spiritueel' los te maak van 'n religieuse siening, logoterapie toepaslik is vir elke kliënt, ook die agnostikus.

Die beginsels onderliggend aan die teoretiese begroning van logoterapie, naamlik die 'kerndrietal', word vervolgens omskryf. Die kerndrietal van logoterapie is; die vryheid van die wil, die strewe na betekenisgewing en die sin van die lewe (Frankl, 1967:2, 1969:vii, 16 & 73, 1975:126).

3.5.2.1 Die vryheid van die wil

Frankl (1967:2) konstateer: “Man’s freedom of will belongs to the immediate data of his experience”. Volgens Frankl (1967:25, 1969:16) is die mens vry om ’n keuse te maak en ’n standpunt in te neem ongeag die omstandighede waarin hy hom bevind. Frankl (1979:48) verwoord hierdie vryheid soos volg: “Ultimately, man is not subject to the conditions that confront him; rather, these conditions are subject to his decision” (kyk 2.6.1 & 2.6.2.3 vir verdere inligting betreffende wil, ingesteldheid, hoop en geloof, asook die vryheid van die menslike wil).

Die vryheid van die wil verwys na die menslike wil, wat onderhewig is aan beperkinge en ’n begrensde vryheid is (Frankl, 1967:3, 1969:16, 1979:47, 1985:153). Die mens se vryheid word beperk deur omstandighede, hetsy biologies, psigologies of sosiologies (Frankl, 1967:3). Die mens is en sal altyd, ongeag die omstandighede, vry wees om te kies wat sy ingesteldheid ten aansien van die gebeure gaan wees (Frankl, 1967:3 & 25, 1969:16, 1979:47). Hierdie ingesteldheidsvermoë word verstaan wanneer die mens gesien word as ’n wese wat ongeag sy beperkte vryheid, nogtans oor die vermoë beskik om hom ‘los’ te maak van homself. Hierdeur is hy in staat om bo die somatiese en psigologiese vlakke uit te styg om ’n nuwe dimensie, die ruimte van die noölogie, te betree. Sodoende verkry hy die mag van stellingname ongeag die omstandighede waarin hy verkeer (Frankl, 1967:3, 1969:17, 1985:153). Vanuit die noölogiese dimensie is die mens in staat om ’n stelling nie net teenoor die wêreld nie, maar ook teenoor homself in te neem (Frankl, 1967:3, 1969:17, 1979:48). Die mens kan homself bepeins en homself selfs verwerp, want hy kan optree as beoordelaar van sy eie optrede. Sonder hierdie eg menslike fenomene, wat onderling verbind is, sou die mens nie in staat wees om ’n bewustheid van homself, sowel as ’n gewete te hê nie (Frankl, 1967:3).

Frankl (1967:28) is van mening dat: “Through his freedom a human being is not only able to detach himself from the world, but he is also capable of selfdetachment. In other words, man can take a stand toward himself; as a spiritual person he can choose an attitude toward his own psychological character”. Die mens se vryheid van wil stel hom in staat om, ongeag die omstandighede, tot ’n stellingname te kom waardeur

betekenisgewing verkry kan word.

3.5.2.2 Die strewe na betekenisgewing

Die vryheid van die mens se wil, stel homself in staat om te strewe – te strewe na betekenisgewing, waardes en die sinvolheid van sy lewe (Frankl, 1967:66) (kyk 2.5.1 betreffende 'n lewe van sinvolheid, & 2.5.2 vir verskillende filosofiese en psigologiese sienswyses oor sinvolheid van lewe). Frankl (1979:29) omskryf hierdie strewe soos volg: “Man is always reaching out for meaning, always setting out on his search for meaning; in other words, what I call the ‘will to meaning’”. Die mens word nie gekondisioneer in terme van feite of kragte wat bepaal wie en wat hy is of sal wees nie (Frankl, 1967:60). Frankl (1967:60-61) verduidelik: “Rather man is ultimately self-determining. He determines not only his fate but also his own self, for man is not only forming and shaping the course of his life but also his very self”. Hierdie strewe na wat van waarde is, wat betekenisvol is, is 'n ware manifestasie van menswees (Frankl, 1975:84, 1979:34). Die motiverende krag van die mens se soeke na die sinvolheid van sy lewe, na wat vir hom van waarde is, na sy ideale, is so sterk dat hy bereid is om te veg, selfs te sterf daarvoor (Frankl, 1985:121). Frankl (1985:121) maak die stelling: “Man’s search for meaning is the primary motivation in his life and not a ‘secondary rationalization’ of instinctual drives”. Die strewe na betekenisgewing lei tot die sin van die lewe.

3.5.2.3 Die sin van die lewe

Vir die mens is die soeke na sin en betekenis in die lewe 'n primêre deel van sy lewe (Frankl, 1985:121). Daarom is die mens se soeke na en selfs twyfel aan die dinge wat betekenis het, sinvol en van waarde is, geensins patologies nie, maar is volgens Frankl (1967:67 & 72) die suiwerste teken van menslikheid. Frankl (1986:xvi) verwys daarna as: “That meaning must be specific and personal, a meaning which can be realized by this one person alone. For we must never forget that every man is unique in the universe”. Wat vir 'n persoon van betekenis is, wat hy as waardevol en belangrik ag, verskil vir elke mens van dag tot dag en selfs van uur tot uur (Frankl, 1985:130-131). Die uniekheid van sinvolheid bring mee dat betekenis voortdurend verander, maar die lewe kan nooit sonder betekenis wees nie (Frankl, 1979:39).

Bykomend tot die sin van die lewe onder alle omstandighede, is ook die onvoorwaardelike betekenis en belangrikheid van elke mens, sowel as die onvoorwaardelike waarde van die lewe. Hierdie sinvolheid van die lewe is van toepassing onder alle omstandighede vir elke mens en is daarby ook van blywende waarde as gevolg van verwesenliking van bedoelinge in die verlede (Frankl, 1985:176). Volgens Frankl (1985:175) mag die dinge wat die ouer persoon reeds belewe en bereik het, sin verleen aan sy lewe. Frankl (1985:175) stel: “Instead of possibilities in the future, they have realities in the past”. Omdat die sinvolheid van die lewe onvoorwaardelik is, is sinvolheid ook van toepassing onder moeilike omstandighede (Frankl, 1985:137). Hierdeur word nie bedoel dat lyding nodig is vir ’n betekenisvolle lewe nie, maar eerder dat betekenis ten spyte van die lyding steeds bestaan (Frankl, 1985:136). Frankl (1985:137) se sienswyse is: “ ... life’s meaning is an unconditional one, for it even includes the potential meaning of unavoidable suffering”.

Die sin van die lewe behels ook die insig wat verkry word oor die moontlikhede van optrede in die werklikheid, van wat in ’n gegewe omstandigheid gedoen moet word (Frankl, 1985:169). Sinvolheid word veral verwesenlik deur buitengewone optrede in unieke omstandighede deur besonderse mense (Frankl, 1975:119). Sinvolheid mag selfs wees dat ’n mens só verander dat hy uitstyg en groei bo homself (Frankl, 1979:39-40). Die opdrag vir elke mens om op ’n sinvolle wyse te voldoen aan sy unieke lewenseise, is geensins iets wat die mens hoef te vrees of te probeer vermy nie (Frankl, 1967:68). Aanvullend daarby is die betekenis van die lewe, die uniekheid van die mens, asook die unieke uitdagings en lewensomstandighede van elke mens, die rede waarom elke mens se lewe volgens Frankl (1967:17 & 89) enkelvoudig en onvervangbaar is (kyk 2.4). Frankl (1967:17) verwoord uniekheid soos volg: “The meaning of life must be conceived in terms of the specific meaning of a personal life in a given situation. Each man is unique and each man’s life is singular; no one is replaceable nor is his life repeatable”. Die wyse waarop die mens sin en betekenis verleen aan gebeure, kan volgens Frankl verfyn word op ’n drietal wyses, omskryf as waardes. Hierdie waardes is onderverdeel in kreatiwiteit, ondervinding – dinge wat beleef en ervaar is – en ’n ingesteldheid teenoor lewensgebeurtenisse en belewenisse (Frankl, 1969:70 & 73; Shantall, 2003:444), wat vervolgens toegelig sal word.

3.5.2.3.1 Kreatiewe waardes

Die wyses waarop kreatiewe waardes volgens Frankl (1969:70; Shantall, 2003:444) bydra tot die sin van die lewe, verskil van die algemene skeppende kuns se betekenis verleen aan die woord kreatief of skeppend, omdat hierdie waardes meer lewenspesifiek en omvattend is. Volgens Frankl (1969:70, 1985:170, 1986:298; Shantall, 2003:444) is vernuftige optrede en 'n werkswyse waardeur moeilike situasies op 'n oorspronklike en verantwoordelike wyse aangepak en uitgevoer is, 'n kreatiewe nalatenskap van 'n betekenisvolle lewenswyse. Frankl (1969:70) verduidelik kreatiwiteit as: “ ... what *he gives* to the world in terms of his creations”. Voortvloeiend uit kreatiewe waardes is beleefde waardes.

3.5.2.3.2 Beleefde waardes

Aanvullend tot die kreatiewe waardes is beleefde waardes wat soos volg deur Frankl beskryf word (1969:70): “ ... what *he takes* from the world in terms of encounters and experiences”. Shantall (2003:444) verwys daarna soos volg: “*Experiential values* are blessings we receive from life”. Die vermoë om te kan waardeer, geniet, die mooie en goeie van die lewe te kan waarneem – die skoonheid en wonder van die skepping vergestalt ook in die alledaagse van 'n blom, 'n boom, lig-en-skadu, 'n sonsopkoms of -ondergang. Waardering is in die besonder verbeeld in die uniekheid van die mens en menslike vermoëns soos opoffering, versorging en veral liefdevolle verantwoordelikheid (Frankl, 1985:170, 1986:299; Shantall, 2003:444). Vervolgens word die mens se ingesteldheid as 'n waarde omskryf.

3.5.2.3.3 Ingesteldheid as waarde

Die derde faset is die vermoë van ingesteldheid, die waarde wat die persoon heg aan en die wyse waarop die persoon 'n onveranderbare noodlot en lewensomstandighede benader, hanteer en beleef (Frankl, 1969:70 & 73, 1985:170, 1986:299; Shantall, 2003:445). Frankl (1986:299) verwoord hierdie waarde-aspek, waarskynlik die heel belangrikste, op verskillende wyses, onder andere as: “ ... facing a fate he *cannot change*, may rise above himself, may grow beyond himself, and by so doing *change*

himself". Die mens se ingesteldheidswaarde is die wyse waarop hy verseker dat die lewe ongeag die lewensomstandighede, steeds as sinvol beleef kan word. Selfs al sou kreatiewe sowel as beleefde waardes van die persoon ontnem word, kan die persoon steeds op 'n waardige wyse pyn en lyding hanteer (Frankl, 1969:70).

Die ingesteldheidswaarde word deur Frankl (1969:73, 1985:161; Shantall, 2003:445) verfyn en onderverdeel in die "tragiese drietal" aangesien die waardes handel oor die persoon se houding en oriëntering ten aansien van pyn, skuldgevoelens en die dood. Die persoon se ingesteldheid betreffende die hantering van omstandighede soos pyn en die dood, dinge waarvoor die persoon nie beheer het nie en ook nie kan voorkom nie, word volgens Shantall (2003:445) onder andere deur Frankl soos volg omskryf: "Suffering is suffering precisely because it is inevitable".

Frankl (1969:73; Shantall, 2003:433) se aanslag as optimistiese, eerder as pessimistiese eksistensialis, het waarskynlik die duidelikste na vore gekom ten aansien van die hantering van lyding, pyn en dood. Frankl (1969:73; Shantall, 2003:433 & 444) huldig die siening dat enige aspek van 'n persoon se lewe, negatief of tragies, omvorm kan word in die totstandbring van iets positief – die wyse waarop die lyding hanteer en tot voltooiing gebring is, verleen betekenis en sinvolheid aan die lewe. Geen wyse van lyding kan die mens die vryheid van keuse ten aansien van sy ingesteldheid jeens en hantering van lyding, ontnem nie (Shantall, 2003:445).

Die omvangryke uniekheid van elke oomblik in elke omstandigheid vir elke mens maak dit onmoontlik om die sinvolheid van lewe te definieer (Frankl, 1985:98). Gepaard met dié uniekheid is ook die bewustheid van stellingname en optrede ingebed in elke omstandigheid vir elke mens (Frankl, 1985:98). Frankl (1985:98) maak die stelling: "Life ultimately means taking the responsibility to find the right answer to its problems and to fulfill (sic) the tasks which are constantly set for each individual". In die uitvoering hiervan mag die persoon terapeutiese hulpverlening benodig.

3.5.3 Logoterapeutiese hulpverlening

Logoterapie is 'n psigoterapie wat gegrond is op die tweeledige begrippe gekoppel aan die vertaling van die woord *logos*, naamlik "betekenis" sowel as "spiritueel" (Frankl,

1967:74). Frankl (1986:xvii) konstateer: “A psychotherapy which not only recognizes man’s spirit, but actually starts from it may be termed *logotherapy*”.

3.5.3.1 Inleidende oriëntering betreffende logoterapeutiese hulpverlening

Die kern van logoterapie is; betekenis sowel as die soeke en strewe na betekenis in die mens se lewe (Frankl, 1967:74 & 103), asook die erkenning en integrering van die spirituele of noölogiese dimensie van die mens (Frankl, 1967:74). Volgens Frankl (1986:269) moes die psigo terapie deur ’n spirituele dimensie aangevul word. Hierdie leemte is in 1926 met logoterapie se noölogiese dimensie gevul. Die bestaande toepassing van ’n kliniese analitiese benadering is verbreed deur die byvoeging van die noölogiese dimensie (Frankl, 1975:60). Frankl (1975:60-61) is die mening toegedaan dat logoterapie: “ ... extended the scope of psychotherapy beyond the *psyche*, beyond the psychological dimension to include the noological (sic) dimension, or the *logos*; in the second stage, the *unconscious* logos was disclosed with the discovery of a spiritual unconscious in addition to the instinctual unconscious”.

Aanvullend tot die terapeutiese belangrikheid van betekenis is ook die analitiese komponent (Frankl, 1967:1, 1969:9). Gedurende logoterapie, wat in wese ‘bestaans-analise’ is, word deurentyd aandag gegee aan die *ontos* of bestaande wese, sowel as *logos* of betekenis (Frankl, 1967:1, 1969:9). Die wyse waarop die versteekte *logos* gedurende die logoterapeutiese werkwyse aan die kliënt bekend gemaak en in werking gestel word, toon ’n sterk ooreenkoms met psigoanalise (Frankl, 1985:125). Daarenteen is die fokus in die logoterapeutiese werkwyse meer op die toekoms en toekomstige vervulling van betekenis as op die beklemtoning van die retrospektiewe en introspektiewe (Frankl, 1985:120). Frankl (1985:125) verduidelik: “Any analysis, however, even when it refrains from including the noölogical (sic) dimension in its therapeutic process, tries to make the patient aware of what he actually longs for in the depth of his being”.

Logoterapie met sy primêre klem op die vervulling van sinvolheid, wyk af van die psigoanalitiese klem op bevrediging van drange of versoening van konflik en aanpassing by die sosiale omgewing (Frankl, 1985:125-126). Frankl (1979:19) sien logoterapie as: “ ... a meaning-centered (psycho-) therapy”. Volgens Frankl is die

benutting van 'n persoon se spirituele hulpbronne van die uiterste belang (Frankl, 1969:123) (kyk 2.3.8 vir psigologiese perspektiewe op spiritualiteit), in so 'n mate dat Frankl (1969:123) nie vanuit 'n psigologiese dimensie nie, maar vanuit die noölogiese dimensie te werk gaan. In hierdie werkwyse steun Frankl (1986:xvi) op die kliënt se spirituele vermoëns waar die soeke na betekenisgewing van belang is. Indien die terapeut die persoon se spirituele komponent ignoreer, word hy gedwing om ook die strewe na betekenis te negeer. Hiermee word een van die mees waardevolle hulpbronne waarop die terapeut hom kon beroep, oor die hoof gesien. Vir Frankl (1967:73) is die betreding van die spirituele dimensie so belangrik dat hy die kliënt sal volg in sy betreding van die eg menslike belewing van homself as spirituele wese. Met die sterk klem op die spirituele is dit volgens Frankl (1969:125) nodig dat: "... medical ministry must not be confounded with pastoral ministry". Frankl (1967:57, 1985:132, 1986:298) omskryf die rol van die psigoterapeut in logoterapie as nóg dié van 'n persoon wat onderrig gee nóg as prediker optree. Die rol van die logoterapeut is ook nie dié van 'n skilder wat aan die kliënt 'n prentjie van sy lewe, of hoe sy lewe behoort te wees, skilder nie (Frankl, 1967:57, 1985:132). Die terapeut se rol is eerder dié van 'n oogkundige wat die kliënt help om die wêreld te 'sien' soos dit werklik is (Frankl, 1967:57, 1985:132). Frankl (1986:298) merk op: "... logotherapy is a specific procedure devised to assist and help the patient in *finding* meaning" [die navorser se kursivering]. Die kenmerkende logoterapeutiese werkwyse wat ontwikkel is om die kliënt te help om self betekenis in sy lewe te vind, word vervolgens omskryf.

3.5.3.2 Grondbeginsels van logoterapeutiese werkwyse

In die omskrywing van logoterapie stel Frankl (1986:xii) duidelik dat die uitgangspunt van logoterapie die betekenis en strewe na betekenis by die mens is, 'n aanvulling eerder as 'n plaasvervanger van psigoterapie. Daarby is psigoanalise die onvervangbare basis van elke psigoterapeutiese denkskool, ingesluit logoterapie (Frankl, 1969:10).

In sy hulpverlening aan die mens huldig Frankl (1969:17 & 22, 1986:xvi) die standpunt dat die mens uit verskillende dimensies, naamlik die somatiese, verstandelike en spirituele bestaan en onderworpe is aan biologiese, psigologiese en sosiologiese veranderinge (Frankl, 1967:3, 1969:16). Frankl (1986:xvi) verduidelik dat die spirituele

die belangrikste dimensie is wat nie geïgnoreer kan word nie, want daardeur word menslikheid vergestalt. Volgens Frankl (1969:22) is hierdie dimensies van die liggaamlike, verstandelike en spirituele waardeur die mens omskryf kan word as 'n veelheid in eenheid, met opeenvolgende lae of wyses van bestaan wat onskeibaar verweef is. Omdat die psigiese en spirituele innerlike gestalte van die mens onlosmaaklik verbind is (Frankl, 1986:18), behoort die terapeutiese werkwyse se oriëntering en die bemoeienis in die psigoterapie, sowel as die logoterapie ook multidimensioneel te wees (Frankl, 1969:28). Daarby beskik die mens oor verskeie hulpbronne wat veral van waarde is tydens psigoterapeutiese hulpverlening. In hierdie verband skryf Frankl (1986:290): "And among these resources, there are two which are most relevant for psychotherapy: man's capacity for self-detachment and his capacity for self-transcendence". Hierdie unieke menslike vermoë om homself los te maak, te distansieer en uit te styg, nie net ten aansien van homself nie, maar ook van die omstandighede waarin hy hom bevind, is die wesenlike van menslike vryheid (Frankl, 1969:16-17). Hierdeur is die mens in staat om te kies, om sy ingesteldheid teenoor homself te kies, is hy vry om standpunt in te neem ten aansien van beide sy somatiese en psigiese bepalende omstandigheid (Frankl, 1969:17).

In logoterapeutiese hulpverlening is die basis van die werkswyse, die betekenis verleen aan die *logos* soos omskryf deur Frankl (1969:18), naamlik die menslikheid van die mens, sowel as die betekenis en sin verbonde aan menswees. Hierdie betekenis van menswees is omvangryk. Die uniekheid van elke mens bring mee dat hy anders as enige ander mens is (Frankl, 1986:72). Aanvullend hierby is die oortuiging vanuit 'n logoterapeutiese perspektief dat elke mens ongeag die omstandighede, 'n spesiale bedoeling en betekenis of belangrikheid het om te vervul (Frankl, 1969:68, 1979:41). Die inhoud daarvan word nie aan die kliënt verduidelik nie (Frankl 1979: 41), aangesien die terapeut nie bekend is daarmee nie (Frankl, 1969:68). Die terapeut kan die kliënt wel begelei en daarop wys dat die lewe sinvol is, dat betekenisgewing tot elkeen se beskikking is en dat die lewe ongeag die omstandighede steeds betekenis het (Frankl, 1979:41). Betekenisgewing is deel van elke mens se vryheid tot eie wil, ook ten aansien van die wyse waarop betekenis in die daaglikse lewe verkry word (Frankl, 1967:3).

Omdat die mens oor 'n eie wil beskik, kan hy 'n keuse oor homself en sy lewe maak en daardeur: "... man has become what he has made out of himself" (Frankl, 1967:61).

Die klem in logoterapie is op die persoon se ingesteldheid eerder as die simptome of 'siekte' as sodanig (Frankl, 1986:185). Die persoon se ingesteldheid het daartoe bygedra dat die versteuring opgebou het tot 'n vlak van duidelike kliniese simptome. Net so kan die persoon die neurotiese simptome deur 'n veranderde siening en ingesteldheid verbeter en in minder ernstige gevalle ophef (Frankl, 1986:185). Hierdeur word die verantwoordelikheid vir die keuses wat die mens uitoefen, sterk beklemtoon (Frankl, 1985:131, 1986:xxii) (kyk 2.7.1.3 & 2.7.2) en het logoterapeutiese hulpverlening as grondbeginsel die verantwoordelikheid van betekenisgewing deur die mens aan sy eie lewe, 'n essensiële deel van 'n menslike wese (Frankl, 1985:131, 1986:xxii). Frankl (1985:131) verwys daarna soos volg: "... each man is questioned by life; and he can only answer to life by *answering for his own life*; to life he can only respond by being responsible". Volgens Frankl (1967:127) beskik die mens oor vryheid; die mens is vry om 'n keuse uit te oefen en is nie daartoe gedryf nie. Frankl (1967:127) verkies om na verantwoordelikheid as vryheid te verwys. Vryheid lei tot verantwoordelikheid en bring mee dat die mens gedurig keuses in die oë staan (Shantall, 2003:434). Die mens se vryheid en die gepaardgaande verantwoordelikheid maak hom 'n spirituele wese (Frankl, 1967:121). Aansluitend hierby verduidelik Frankl (1986:xxiv) dat die mens se bestaan gekenmerk word deur sy spiritualiteit, sy vryheid en verantwoordelikheid. Die term 'verantwoordelikheid' impliseer volgens Frankl 'n vorm van verpligting teenoor iets of iemand (Frankl, 1967:127, 1986:26). Hierdie verpligting staan in verband met betekenisgewing: "the specific meaning of a human life" (Frankl, 1986:26).

Die doeltreffendheid en waarde van objektiwiteit in psigoanalise (Frankl, 1975:41) dra by tot insig waardeur die mens vry is om te kies; deur middel van hierdie vryheid styg die mens uit en kan hy die dimensie van die noölogiese betree (Frankl, 1969:17). Die mens kan nou nadink oor homself, van homself 'n objek maak, 'n bewustheid van homself verkry, 'n gewete en pligsbesef ontwikkel, sy eie dade evalueer en beoordeel volgens morele en etiese standaarde (Frankl, 1969:18). Frankl (1985:157) is van mening: "*Man* is ultimately self-determining. What he becomes – within the limits of endowment and environment – he has made out of himself".

Die beklemtoning van die soeke na en waarde van betekenisvolheid in die mens se bestaan is die basis van logoterapie (Frankl, 1967:21). Die kliënt word in terapie begelei en gekonfronteer met betekenisgewing en uitgedaag om sy lewensdoel te vervul

(Frankl, 1967:21). Die persoon wat die lewe as leeg en sonder enige betekenis beleef, of die frustrasie wat 'n persoon beleef in sy strewe na betekenisgewing, is wesenlik 'n eksistensiële frustrasie (Frankl, 1975:89, 1985:123) en word vervolgens omskryf.

3.5.3.3 Logoterapeutiese werkwyse betreffende eksistensiële frustrasie en noögeniese neurose

Volgens Frankl (1967:67, 1985:166) mag 'n persoon wat beleef dat sy lewe sonder betekenis is, hom in 'n eksistensiële vakuum bevind wat op 'n eksistensiële frustrasie mag uitloop (Frankl, 1985:123). Die belewing van 'n eksistensiële vakuum is nie patologies nie (Frankl, 1967:67 & 76), maar eerder neuroties, aangesien die oorsprong in spirituele probleme lê (Frankl, 1967:43 & 76). Vandaar die logoterapeutiese term *noögeniese neurose* (Frankl, 1967:43 & 76) in teenstelling met die tradisionele psigogeniese neurose (Frankl, 1967:76) wat 'n psigologiese oorsprong het (Frankl, 1985:123). Die term 'noögenies' is afgelei van die Griekse woord *noös* wat verwys na die dimensie van menslike bestaan ten opsigte van betekenisgewing of sinvolheid (Frankl, 1985:123). Frankl (1967:67) konstateer: "The feeling of a total and ultimate meaninglessness of one's life often results in a certain type of neurosis for which logotherapy has coined the term 'noögenic' neurosis: that is to say a neurosis the origin of which is a spiritual problem, a moral conflict, or the existential vacuum". Ofskoon eksistensiële frustrasie nie van nature patologies is nie, mag eksistensiële frustrasie wel bydra tot neurotiese toestande wat terapeutiese hulpverlening benodig (Frankl, 1967:76). Vanuit 'n logoterapeutiese perspektief mag 'n eksistensiële frustrasie ontstaan as gevolg van die wesenlike van die persoon se bestaan, of die beleefde sinvolheid van sy lewe, óf die strewe na 'n konkrete wyse waarop hy betekenis aan sy lewe kan gee (Frankl, 1985:123). Die terapeutiese werkwyse wat die kliënt kan help met betekenisgewing behoort volgens Frankl (1967:76) 'n psigoterapeutiese werkwyse te wees wat die spirituele sowel as sinvolheid aanspreek, soos onder meer logoterapie.

In logoterapie word na die eg menslike dimensie as die noölogiese dimensie verwys (Frankl, 1969:17, 1979:22). Die noölogiese dimensie is volgens Frankl (1979:22) verby of hoër as die psigologiese dimensie. Die gebruik van die term 'hoër' verwys na 'n meer omvattende en insluitende dimensie as individuele of 'laer' dimensies (Frankl, 1969:17, 1979:22). Deur die mens te volg na die noölogiese ruimte vir die benutting van sekere

hulpbronne wat slegs daar beskikbaar is, is hierdie noölogiese vermoëns vir die mens benutbaar (Frankl, 1969:17, 1979:15). Een van hierdie vermoëns is die wyse waarop die mens in staat is om homself los te maak van en bo die omstandighede uit te styg (Frankl, 1969:17, 1979:15). Deur hom los te maak van die omstandighede (Frankl, 1979:15) kan die frustrasie gekoppel aan die strewe na betekenis deur terapeutiese hulpverlening oorkom word (Frankl, 1967: 43).

Frankl (1967:44) beklemtoon die belangrikheid van die rol van die terapeut, naamlik ondersteuning en hulpverlening ten aansien van die kliënt se eie ontdekking van die sinvolheid van sy lewe. Die kliënt moet self die betekenis van sy lewe vind. Hy word in sy soeke na betekenisgewing, na wat van waarde is, wat betekenis het, sy spesiale geleenthede en verantwoordelikhede, deur die terapeut bygestaan (Frankl, 1967:44). Frankl (1969:63) verduidelik dat die mens in sy soeke na betekenis en sinvolheid deur sy gewete gelei word (kyk 2.3.3.1 & 2.5.3 betreffende Sokrates se siening oor die siel, lewensingesteldheid en sinvolheid van bestaan). Betekenis kan nie willekeurig verkry word nie, maar word gevind deur begeleiding van die gewete en is 'n unieke betekenisgewing (Frankl, 1969:63). Frankl (1969:19) konstateer: "Conscience is that capacity which empowers him to seize the meaning of a situation in its very uniqueness, and in the final analysis meaning is something unique". Die uniekheid van elke mens se lewe en betekenisgewing in sy eiesoortige omstandighede en geleenthede, bring mee dat betekenis *ontdek* en nie *ontwerp* word nie (Frankl, 1967:44) [die navorser se kursivering]. Hierdeur word geïmpliseer dat die betekenis van 'n persoon se lewe in 'n sekere sin objektief is en dat hierdie objektiwiteit gerespekteer word (Frankl, 1967:44).

3.5.3.3.1 Logoterapeutiese gesprekvoering

Die logoterapeutiese gesprekvoering volgens die Sokratiese wyse stel die persoon in staat om deur transendering 'n nuwe betekenis aan die omstandighede te gee (Frankl, 1969:118). Sodoende word die persoon in staat gestel om te wil strewe en weer die lewe as sinvol te sien en word sy eksistensiële frustrasie opgehef (Frankl, 1967:74, 1979:15). Frankl (1967:74) huldig die siening: "*Self-transcendence*, I would say, is the essence of existence; and existence, in turn, means the specifically human mode of being". Die vermoë om te transendeer, is deel van die mens se bestaan en sy strewe na betekenisgewing en stel hom in staat om op 'n sinvolle wyse uit te reik na sy medemens

(Frankl, 1986:294). Hierdie transenderende vermoë waaroor die mens beskik, maak dit vir hom moontlik om pyn en lyding op 'n sinvolle wyse te hanteer (Frankl, 1986:296).

Volgens Frankl (Shantall, 2003:438) het die lewe altyd betekenis en kan enige persoon onder alle omstandighede op enige plek of tyd die lewe as sinvol beleef. Hierdie vermoë van die mens om betekenis te vind in enige lewensituasie, selfs 'n hopelose gesitueerdheid of 'n onveranderlike tragiese omstandigheid, word sterk deur Frankl (1985:135) beklemtoon. Sodanige stellingname is veral van toepassing in 'n onveranderlike situasie van lyding, waar die mens steeds sy ingesteldheid ten aansien van die lyding kan kies (Frankl, 1986:300). Die persoon mag in die verlede ontnem gewees het van die geleentheid of vermoë om op grond van ondervinding en vorige ervaringe en belewenisse, óf oorspronklike optrede in moeilike lewensituasies, 'n belewenis van sinvolheid te kon beleef (Frankl, 1969:70). Die hede verleen aan die mens die geleentheid om betekenis aan sy lewe te gee, al is betekenis slegs deur die wyse waarop hy sulke moeilike omstandighede en lyding tans hanteer (Frankl, 1969:70, 1985:154).

Die sterk klem wat in logoterapie op verantwoordelikheid as 'n belangrike menslike eienskap geplaas word, beteken geensins dat die mens verantwoordelik gehou word vir neurotiese simptome nie (Frankl, 1967:75). Die mens is slegs verantwoordelik vir sy ingesteldheid teenoor die simptome, aangesien die mens nie gevrywaar is teen moeilike omstandighede nie, maar vry is om sy omstandighede in die hede op 'n sinvolle wyse te hanteer (Frankl, 1967:75). Vandaar Frankl (1967:75) se stellingname: "For it regards man as free and responsible; it considers this freedom not to be freedom from conditions but rather freedom to take a stand, to choose a stand towards conditions". Net so is 'n persoon wat skuldig is aan 'n oortreding steeds verantwoordelik vir die manier waarop hy die skuldgevoelens betreffende die misdaad verwerk en bo die skuldgevoelens uitstyg (Frankl, 1985:174). Vandaar die logoterapeutiese term *tragiese optimis*, wat in wese verwys na 'n optimistiese ingesteldheid ten spyte daarvan dat die tragiese drietal, naamlik pyn, skuldgevoelens en dood, wel bestaan (Frankl, 1985:162).

Hierdie positiewe benadering word aan die hand van die analogie van 'n almanak verduidelik; wanneer die bladsye wat oorbly minder word, is 'n mens bly oor alles wat jy reeds beleef het, in plaas van moedeloos omdat daar so min dae oorbly (Frankl, 1985:144). Frankl (1985:144) verduidelik die waarde van die verlede soos volg: "Instead

of possibilities, I have realities in my past, not only the reality of work done and of love loved, but of sufferings bravely suffered". Ingesteldheid teenoor die dood sluit hierby aan, omdat die wete van beperkte tyd gesien kan word as 'n aanmoediging en selfs uitdaging om die beste van elke geleentheid en oomblik van die lewe te maak (Frankl 1985:175). Frankl (1985:162) verander die tragiese drietal van pyn, skuldgevoelens en die dood na 'n tragiese optimisme wanneer hy sê die mens is in staat tot: "(1) turning suffering into a human achievement and accomplishment; (2) deriving from guilt the opportunity to change oneself for the better; and (3) deriving from life's transitoriness an incentive to take responsible action".

Die omvorming van die tragiese drietal na optimistiese drietal word moontlik gemaak deur die mens se ingesteldheid op en strewe na betekenisgewing. Die belangrikheid van die mens se strewe na betekenisgewing is verbind aan die vermoë om te transendeer en ook los te maak, wat die diagnose sowel as die opheffing van eksistensiële frustrasie as 'n noögeniese neurose moontlik maak (Frankl, 1979:15). Hierdie menslike vermoë van transendering is van die uiterste belang in die opheffing van 'n eksistensiële frustrasie; terwyl die vermoë om jou los te maak of te distansieer die basis vorm vir die gebruik van paradoksale voorneme wat vervolgens omskyf sal word.

3.5.3.3.2 Paradoksale voorneme as logoterapeutiese werkwyse

Paradoksale voorneme, wat gebaseer is op die mens se vermoë om homself los te maak van homself en sy wêreldomstandighede, is in die ware sin van die woord 'n eg logoterapeutiese werkwyse (Frankl, 1967:3 & 28, 1979:15, 1986:240). Hierdeur word die persoon in staat gestel om deur terapeutiese hulpverlening sy innerlike vermoëns te gebruik om die neurose te oorkom (Frankl, 1979:15, 1986:240). Die mens se vermoë om homself los te maak en te distansieer stel hom in staat om sy ingesteldheid te verander en die simptome as sodanig te eien. Sodoende kan hy hom losmaak of apart van die neurotiese handeling plaas; word sy spanning verlig of die spanningsvlak verlaag en sy stellingname verander (Frankl, 1986:224 & 290).

In logoterapie word paradoksale voorneme, of die skynbaar teenstrydige bedoeling gebruik om die fobiese kliënt te help om hom te verbeel, net vir 'n oomblik, dat presies

wat hy vrees, gebeur (Frankl, 1986:223). Neurotiese of fobiese optrede is deels die uitvloeisel van 'n vrees en verhoogde angstoestand wat die persoon probeer voorkom deur die angs te beveg of weg te vlug daarvan. Hierdeur word die probleem volgens Frankl (1986:224) beklemtoon en in wese versterk. Deur die teenoorgestelde te doen, naamlik die probleem doelbewus te vererger eerder as om daarvoor te vlug, 'n klaarblyklik absurde optrede, word die probleem verminder of verdwyn dit. Paradoksale voorneme beteken die kliënt word gevra om die oorsaak van die angs en vrees tot die uiterste te vergroot en daarna so humoristies moontlik te formuleer (Frankl, 1985:146-147, 1986:292).

Vanuit 'n logoterapeutiese perspektief kan neurotiese probleme wat ontvanklik is vir paradoksale voorneme in vier kenmerkende tipes onderverdeel word, naamlik:

- *Verkeerde passiwiteit* verwys na die vermyding of vlug van situasies waarin die persoon verwag om die vrees te beleef. Weens die beleefde antisipasie-angst onttrek die persoon van sodanige moontlike probleem-situasies (Frankl, 1986:258).
- *Verkeerde aktiwiteit* vind plaas wanneer die persoon veg teen die obsessiewe gedagtes en die neurotiese drange. Hierdeur word soveel klem gevestig op wat problematies is, dat die probleem versterk word en bykomende angs tot gevolg het (Frankl, 1986:259). Ontoepaslike aktiwiteit kan tweedelig wees; naamlik om te veg teen iets, of in 'n oordrewe mate te strew om iets te kry (Frankl, 1986:259).
- *Regte passiwiteit* is wanneer die persoon eerder as om te vlug of daarteen te veg, die problematiese in 'n bespotting verander (Frankl, 1986:259).
- *Regte aktiwiteit* is om 'n bykomende logoterapeutiese tegniek, naamlik ontkennende nabetrugting, te gebruik. Ten einde die aandag van die problematiese af te trek, moet die persoon kan fokus op die unieke betekenis en sinvolheid van sy lewe (Frankl, 1986:259).

Hierdie kenmerkende optrede som die terapeutiese benaderingswyses van paradoksale voorneme grootliks op. Daar is ook aanvullende werkwyses waardeur die mens se vermoë om homself los te maak van sy omstandighede en/of transendering gekombineer word met paradoksale voorneme, wat vervolgens omskryf sal word.

3.5.3.3.3 Aanvullende logoterapeutiese werkwyses

Aanvullend tot paradoksale voorneme, wat berus op die mens se vermoë om hom los te maak van homself en sy omstandighede, is daar werkwyses waar die transenderende vermoë ook betrek word. Hierdie werkwyses is verwant aan paradoksale voorneme, aangesien die logoterapeutiese handeling spesifiek gekoppel is aan die neurotiese probleem (Frankl, 1986:290). Ofskoon die werkwyses van mekaar onderskei word, word hulle aanvullend tot en in kombinasie met mekaar gebruik. Die volgende aanvullende logoterapeutiese werkwyses word nou omskryf.

- Vanuit 'n logoterapeutiese perspektief verwys *oormatige voorneme* na 'n neurotiese vrees, 'n oorheersende vrees wat juis dit wat die persoon vrees mag gebeur, in die werklikheid laat gebeur (Frankl, 1985:145, 1986:253).
- *Oormatige nabetracting* is die logoterapeutiese term wat verwys na 'n oordrewe ingesteldheid op jouself, jou behoeftes en belange (Frankl, 1985:145-146, 1986:253 & 297). Oormatige nabetracting verwys ook na geforseerde selfwaarneming óf 'n buitensporige klem wat 'n persoon op sy handeling plaas (Frankl, 1975:37, 1986:253).
- Gedurende *ontkennende nabetracting* word die fokus van die versteuring verskuif na 'n stellingname wat nou aandag vereis (Frankl, 1986:258). Die persoon moet homself reoriënteer ten aansien van sy spesifieke roeping, die dinge wat die lewe vir hom sinvol maak (Frankl, 1986:258). Deur die klemverskuiwing vanaf myself na weg van myself (Frankl, 1986:297), na die positiewe van my bestaan (Frankl, 1986:258), kan die onderdrukte vermoëns om die lewe te hanteer vir die persoon beskikbaar gestel word.

Opsommend kan logoterapie gesien word as 'n aanvulling tot psigoterapie as gevolg van die klem op die positiewe en die soeke na sin en betekenis in 'n persoon se lewe, sowel as die beklemtoning van die noölogiese dimensie. Die belangrikheid van spiritualiteit en die sterk klem op die noölogiese in logoterapie, bring mee dat logoterapie 'n betekenisvolle rol kan vervul in terapeutiese hulpverlening ter bevordering van menslike heelheid. Aansluitend by die noölogiese dimensie en sinvolheid van die

lewe is die wonder van 'n nuwe lewe. Gepaardgaande met die nuwe lewe is die verantwoordelikheid verbonde aan die koestering, versorging en begeleiding van die kind deur sy versorger(s).

3.6 DIE INVLOED VAN BELEWENISSE GEDURENDE DIE KINDERJARE OP HEELHEID

Die kwesbaarheid en uitgelewerdheid van 'n kind bring mee dat negatiewe en traumatiese belewenisse dikwels in die geheim gebeur en versteek word; waardeur kindertydseer met diep letsels veroorsaak kan word. Onverwerkte negatiewe en/of traumatiese belewenisse gedurende die persoon se kinderjare mag die grondoorzaak van 'n gebrek aan 'n heelheidsgevoel by 'n volwasse persoon wees. Ofskoon die ontwikkeling van 'n persoon met konsepsie begin, word 'n mens se ouderdom bereken vanaf sy geboortedag (Mussen, Conger, Kagan & Huston, 1990:56).

In die begin van die twintigste eeu was algemeen aanvaar dat die ongebore baba in die uterus absoluut veilig en beskerm was teen enige negatiewe invloede (Berk, 1989:94). Weens toenemende gebruik van X-strale na die twintigerjare en onder andere die uitwerking van Duitse masels gedurende die eerste trimester van swangerskap, is die sterk negatiewe invloed van omgewingsfaktore op voorgeboortelike ontwikkeling aan die lig gebring (Berk, 1989:94). In hierdie verband verklaar Berndt (1992:123): “Consequently, the idea that the uterus is a perfectly safe environment has now been replaced, in the minds of many prospective parents, by the idea that it is an especially vulnerable environment” (kyk 3.2.3.1 drievoudige allergeniese teorie en 5.2.7). Die omvattende term vir omgewingsfaktore wat 'n nadelige uitwerking op die ongebore baba het, is teratogene (Berk, 1994:103). Teratogene mag onskadelik of selfs voordelig vir volwassenes wees, maar het 'n verontrustende en soms onvoorspelbare invloed op 'n ontwikkelende baba (Berndt, 1992:123). Ten spyte van die klem op die invloed van teratogene op die ongebore baba, word in die literatuur ook verwys na periodes gedurende die prenatale fase wat as 'n ontspanne en ideale tydperk, 'n fase van oorspronklike heelheid beskryf kan word (Hendrix, 1992:39). Net so word die geboorte as 'n normale proses gesien wat soms moeilik of 'n uitgerekte proses kan wees.

Die ingrypende invloed van die voorgeboortelike belewenisse en die geboorteproses op

heelheid word in hoofstuk vyf omskryf. Vervolgens sal kinderontwikkelingsfases, met spesiale verwysing na emosionele belewenisse wat 'n invloed op die persoon se heelheidsbeleving mag hê, omskryf word.

3.6.1 Kinderontwikkelingsfases

Daar is velerlei uitgangspunte waarvolgens die mens se ontwikkelingsfases beskryf is. In hierdie studie val die klem op die emosionele en psigologiese belewenisse van die kind as moontlike veroorsakende of bydraende invloede op die negatiewe belewenis van 'ek is in staat tot' wat deur die baba of kind beleef mag word. Die emosionele belewenisse van 'n jong kind kan 'n groot invloed op die volwasse persoon se beleving van heelheid uitoefen. Berk (1989:18) is van mening dat kinderontwikkeling in wese 'n kontinue proses van persoonsontwikkeling is en die persoon se hele lewensloop beïnvloed.

Die omskrywing van die onderskeie ontwikkelingsfases het as grondslag die betrokkenheid by en die belewenis van heelheid deur 'n mens se *innerlike kind*. Die begrip *innerlike kind* in hierdie studie verwys na 'n wesenlike onderdeel van die persoonlike psige wat 'n konstruktiewe komponent van die mens se belewenisse en in die besonder die belewenis van lewensvreugde is (Bradshaw, 1992:xiii). Die mens se essensie of kernoortuiging is 'n inherente deel van sy *innerlike kind* (Bradshaw, 1992:xiii). Bradshaw (1992:xiii) is van mening dat: "Core material is the *way our internal experience is organized*". Hierdie kernoortuiging bestaan uit die herinnering aan die eerste vertolkings en sienswyses oor belewenisse en spanning wat die betrokke persoon beleef (Bradshaw, 1992:xiii) (kyk 3.2.3.1 vir die drievoudige allergeniese teorie). Die verskillende fases waar 'n moontlike verwonding in so 'n ernstige graad deur 'n persoon se innerlike kind beleef is dat terapeutiese hulpverlening vir heelheid nodig is, sal vervolgens omskryf word.

3.6.1.1 Die bindings- of babafase

Die geboorteproses is inderdaad die afsluiting van 'n lewensfase, sowel as die begin van 'n totaal nuwe en onbekende lewensfase. Hierdie ingrypende en traumatiese veranderinge gaan gepaard met 'n onderliggende behoefte aan oorlewing wat uniek is vir elke persoon. Vandaar die diepgesetelde behoefte by die baba aan: 'ek lewe'; 'ek het die trauma oorleef en kan nou ontspan' (kyk 3.2.3.4.1 WZS; 3.2.3.4.4 Geboorte-

suurstofgebrek-sindroom). Gepaard met die behoefte aan oorlewing by die baba gaan die bewuswording van die verbreking van 'n direkte verbintenis met sy moeder (kyk 3.2.3.4.5 SAS). Aanvullend hierby is daar 'n belewenis van hulpeloosheid en afhanklikheid en die behoefte aan 'n band met 'n versorger (Berk, 1989:440, 1994:258, 2006:419; Berndt, 1992:145 & 218; Hendrix, 1992:58; Hendrix & Hunt, 1997:199; Newman & Newman, 2006:45; Mussen *et al.*, 1990:85). Die behoefte aan 'n 'band met' is volgens die navorser meer omvangryk as net die band met die moeder of primêre versorger en word in 5.4.2.2 volledig omskryf.

Die belangrikheid vir die vestiging van 'n hegte band tussen die baba en die moeder direk na geboorte selfs voor die naelstring gesny is, word in die literatuur beklemtoon (Berndt, 1992:145). Deur die baba na die geboorte op die moeder se maag te plaas sodat die baba aan die bors kan suig, word die vorming van sodanige verbintenis bevorder (Berndt, 1992:145).

Die eerste nege maande na geboorte is die baba onderhewig aan 'n ontwikkelingspolariteit van vertrou versus wantrou. Volgens Erikson is die hoofontwikkelingstaak van die baba om te leer om mense (sy primêre versorgers) sowel as ander mense met wie hy in kontak kom, te vertrou (Berk, 1989:18; Wikipedia, 2009). Aan die een kant ontwikkel en vestig die baba 'n basiese vaste vertrou dat wel aan sy behoeftes voldoen sal word, in teenstelling met die vrees en wantrou dat nie aan sy basiese behoeftes voorsien sal word nie (Ahola & Kovacik, 2007:274 & 271; Berk, 1989:16, 1994:15, 2006:18 & 420; Bradshaw, 1992:82; Newman & Newman, 2006:45-46; Wikipedia, 2009). Gedurende hierdie verbindingsfase is onvoorwaardelike, voorspelbare, betroubare, liefdevolle versorging van die uiterste belang ten einde veiligheid en struktuur aan die baba te voorsien (Ahola & Kovacik, 2007:271; Hendrix & Hunt, 1997:201; Newman & Newman, 2006:149-150; Wikipedia, 2009).

Gedurende hierdie proses vorm 'n simbiotiese band tussen die pasgebore baba en die moeder of die primêre versorger (Berk, 1989:420; Bradshaw, 1992:82 & 84). By die baba ontwikkel 'n gesonde ingesteldheid op die bevrediging van sy behoeftes deur sy versorger, gekombineer met 'n afhanklikheid van sy versorger vir sodanige behoeftebevrediging (Bradshaw, 1992:82; Wikipedia, 2009). Hierdie veiligheid en stabiliteit stel die baba in staat om 'n verbinding met sy versorger te vorm, uit te reik en ook bewus te raak van sy eie bestaan (Hendrix & Hunt, 1997:201).

Die sleutel vir die vestiging van 'n hegte band is die sensitiwiteit van die moeder of primêre versorger om sodoende in harmonie met die kind se liggaamstaal, tekens en optrede op te tree en te 'antwoord' (Mussen *et al.*, 1990:165). Die wyse waarop aandag aan die baba gegee word en nie noodwendig die tydsduur van die aandag nie, dra by tot die mate waarin 'n hegte verbintenis tussen die moeder of primêre versorger gevorm word (Mussen *et al.*, 1990:167).

Die belewenis van 'n hegte en veilige verbintenis tussen die baba en sy versorger, asook die kind se latere lewe, dra daartoe by dat sodanige kinders 'n basiese vertroue in hulleself, sowel as hulle omgewing beleef (Berndt, 1992:222). Berndt (1992:222) se sienswyse is: "... infants with secure attachments should develop into competent, loving children who form mutually satisfying relationships with other children and with adults".

Met versorgers wat konsekwent en liefdevol optree, leer die baba om te vertrou; mense is betroubaar en ek kan op hulle reken. Indien die ouers nalaat om dié geborgenheid te verskaf, leer die kind dus om nie maklik te vertrou nie (Berk, 1989:18 & 420; Wikipedia, 2009). Bradshaw (1992:86) se sienswyse is: "If the world is basically trustworthy, then becoming who 'I am' is possible. I can trust that what I need will be there"; "... the *power of being* is developed". Terselfdertyd verkry die baba 'n sekerheid van sy bestaan as 'n lewende wese met innerlike krag wat met hoop en gesonde verhoudinge gekombineer word (Bradshaw, 1992:82).

Wanneer die versorger inkonsekwent optree deur by tye liefdevol en beskikbaar te wees vir die kind en emosioneel warm optree en dan omswaai na 'n koue, afwysende en onbetrokke optrede, beleef die kind verwarring (Ahola & Kovacik, 2007:271) en onsekerheid. Hierdie optrede mag tot gevolg hê dat die kind afsydig en afgestomp of vasklouerig en aanhanklik optree (Hendrix, 1992:66; Hendrix & Hunt, 1997:204-205). As mense nalatig of selfs misbruikend optree, leer die baba dat die wêreld onvoorspelbaar, onbetroubaar en selfs 'n gevaarlike plek is (Wikipedia, 2009). Die eerste nege maande na geboorte is die periode waar die basis vir vertroue versus wantroue teenoor ander persone gevestig word. Wanneer die ouers betroubaar en konsekwent optree, leer die kind nie net dat hy sy ouers kan vertrou nie, maar ontwikkel ook selfvertroue (Ahola & Kovacik, 2007:271).

Die versorger wat grootliks 'n gebrek aan emosionele nabyheid en warmte toon en soms of meestal onbetrokke, selfs stroef en smalend optree, laat die baba verwerping beleef en die baba mag selfs vermydend optree (Hendrix, 1992:68; Hendrix & Hunt, 1997:204). Die baba beleef hierdeur 'n gevoel van onsekerheid gekoppel aan wantroue (Wikipedia, 2009). Die grondliggende rede vir die baba se belewenis van onsekerheid, verwarring en 'n gebrek aan struktuur, is bepalend vir die betekenisgewing van die baba (Ahola & Kovacik, 2007:271 & 274). Die uitkoms hiervan mag wees dat die persoon as volwassene duidelike grense stel en meestal ongemaklik tydens emosionele kontak is. In 'n poging om homself te beskerm teen die intense gevoel van alleenheid, mag die volwasse persoon teruggetrokke optree wat gevolglik verswarend inwerk op die skep van veral intieme verhoudinge (Hendrix, 1992:68; Hendrix & Hunt, 1997:204-205). Sodoende mag die persoon in 'n verhouding óf vermydend óf aanhanklik optree sonder 'n gevoel van 'ek is in staat tot', 'ek voel heel' (Hendrix, 1992:66; Hendrix & Hunt, 1997:204-205). Die mens se 'verstaan' en ingesteldheid teenoor ander mense, die gemeenskap en die wêreld word sterk beïnvloed deur die baba se belewenisse gedurende sy eerste lewensjaar (Wikipedia, 2009).

3.6.1.2 Die peuter- of waggelaartjiestadium

Die tydperk tussen sowat nege en agtien maande, kan die peuter- of waggelaartjiestadium genoem word. Hierdie is die ontdekkingstadium wanneer kinders kruip, begin loop, aan dinge vat, ruik, proe en hulle wêreld ondersoek. Die kind wat veiligheid en sekuriteit tydens die eerste aantal maande beleef het, sal natuurlikerwys sy omgewing begin ondersoek en ontdek (Berndt, 1992:222; Bradshaw, 1992:108; Hendrix, 1992:58; Hendrix & Hunt, 1997:142; Newman & Newman, 2006:158; Wikipedia, 2009). Hendrix (1992:75) verwys na hierdie periode in 'n kind se lewe soos volg: "At this point, the child is having a love affair with the world; everything is new and interesting". Die kind wat in sy ontdekkingsfase beperk word deur 'n oorbeskermende versorger mag homself as volwassene isoleer en 'sy eie ding doen'. Hierdie persoon is dikwels fisiek en emosioneel gedistansieer, afsydig en dring aan op 'ruimte' (Hendrix, 1992:78; Hendrix & Hunt, 1997:216) sonder 'n diepliggende gevoel van heelheid.

Hierdie is ook die stadium waarin die kind begin onafhanklik raak en soms dinge op sy eie manier wil doen en nie meer só geneë is met die daaglikse roetine nie (Ahola & Kovacik, 2007:271 & 274; Wikipedia, 2009). Deur aan die kind die geleentheid te gee

om sy eie keuses te maak en hom nie te forseer of in die posisie te plaas waarin hy skaamte beleef nie, word aan die kind die geleentheid gebied om 'n gesonde onafhanklikheid en selfvertroue te ontwikkel (Berk, 1989:18 & 420). Ten spyte van die begin van onafhanklike optrede deur die peuter, wil hulle graag hul ontdekkings met ander deel. Die peuter toon die behoefte aan interaksie met ander en gepaardgaande hiermee is die ontwikkeling van interaktiewe sosiale speel, met veral die ouers of ander persone. Die peuter sal dikwels die persone se optrede mimiek of herhaal wat hulle gesê het (Wikipedia, 2009).

Die verantwoordelike ouer sien die nodigheid in dat die tyd aangebreek het waarop die kind se wil van 'ek wil self doen' en om sy eie keuses te wil uitoefen oor wat hy gaan doen of nie doen nie. Ofskoon die kind gedurende hierdie fase die sterk behoefte het om onafhanklik te wees en om dinge op sy eie manier te wil doen, is die rol van die ouer of primêre versorger gedurende hierdie ontdekkingsfase en onafhanklikheid ten aansien van die kind se veiligheid steeds belangrik. Deur 'n kind só te ondersteun dat hy steeds voel hy tree onafhanklik op, word hy bemagtig om sy eie aksies te kan beheer.

Aansluitend hierby leer die kind ook om ander mense in ag te neem en te vertrou (Ahola & Kovacik, 2007:272). Aangesien die peuter nog nie oor die vaardighede beskik om sy liggaam te gebruik soos hy wil nie, is hierdie die periode waartydens die kind begin om skuldig te voel oor 'n verkeerde daad en begin twyfel aan sy eie vermoëns.

Ahola en Kovacik (2007:272) verduidelik die verskil tussen skaamte en skuldigheid aan die hand van die volgende voorbeeld: 'n Kind mag val en skaam voel daarvoor en wonder of die ander kinders gesien het hy val en dalk dink hy is lomp. Die kind moet geleer word dat sekere kinders oor spesifieke vermoëns beskik, terwyl ander kinders oor andersoortige vermoëns beskik. As die kind egter aanhoudend verneder word oor sy mislukte pogings, mag 'n blywende gevoel van onvermoë of onmag en 'n gebrek aan selfvertroue ontwikkel (Ahola & Kovacik, 2007:273).

Die peuter en kleuter wat sukkel om take suksesvol te hanteer en blootgestel word aan aanhoudende kritiek en/of nie aangemoedig word om take aan te pak nie, ontwikkel later 'n oorweldigende gevoel van skaamte. Aanvullend hierby mag 'n sterk gevoel van twyfel oor sy eie vermoëns en die moontlikheid om meesterskap te kan ontwikkel, hierdeur beperk word. Die ontwikkeling van skaamte is 'n intense negatiewe gevoel wat

nie gekoppel is aan die aantal toeskouers wat die gebeure waargeneem het nie (Newman & Newman, 2006:208).

3.6.1.3 Die kleuterfase

Aansluitend en gedeeltelik oorvleuelend met die peuter se ontdekkingsfase is die kleuterfase waarin die kind begin om homself 'los' te maak en om geleidelik onafhankliker op te tree. Bradshaw (1992:108) verwys na hierdie fase soos volg: "This separation process has been referred to as second birth or psychological birth. It marks the true beginning of our I Amness".

Die kleuterfase word gekenmerk deur 'n dualiteit van behoefte aan selfstandigheid en inisiatief teenoor onsekerheid en skaamheid (Ahola & Kovacik, 2007:273; Berk, 1994:15 & 242-244, 1989:18; Bradshaw, 1992:105; Wikipedia, 2009). Die vestiging van 'n hegte band onmiddellik na geboorte, met die moeder en/of die vader, is belangrik (Mussen *et al.*, 1990:165) en dien as grondslag van innerlike sekuriteit en vertroue in 'my eie' vermoëns en 'ek behoort'.

Die emosionele ontwikkeling van 'n kind asook die binding met die moeder of primêre versorger is gedurende die eerste en tweede jaar meer kompleks as dié van die jonger kind, aangesien die kind se optrede gekoppel is aan die bereiking van gesofistikeerde sosiale doelstellinge. Wanneer die kind konstruktiewe ondersteuning en aanmoediging van sy primêre versorgers kry, word die kind se selfvertroue bevorder (Ahola & Kovacik, 2007:273 & 274; Berk, 1989:18). As die kind egter nie aan die verwagtinge voldoen nie, beleef die kind saamgestelde emosies soos skaamte en/of skuldgevoelens; maar as hy wel aan die verwagtinge voldoen het, belewe hy trots. Vir die kind om tot die besef te kom dat ek iets verkeerd of reg gedoen het, moet die kind in staat wees tot individualisering en bewus wees van 'n 'eie ek' (Berndt, 1992:208; Wikipedia, 2009). Berk (2006:441) stel hierdie bewuswees soos volg: "... young pre-schoolers are clearly aware of an *inner self* of private thoughts and imagination".

Vanaf sowat agtien maande ontwikkel die kleuter 'n bewussyn van homself wat veral duidelik waarneembaar is wanneer die kind homself in 'n spieël herken (Mussen *et al.*, 1990:200-201). Hierdie bewussyn van self mag die rede wees waarom kinders sekere speelgoed vir hulleself toe-eien en nie met ander kinders wil deel nie (Mussen *et al.*, 1990:203).

Die eksplorasiefase gedurende die peuter- en kleuterjare en die aanmoediging tot eksplorasië deur die primêre versorgers is baie belangrik, aangesien ontdekking die voorloper van onafhanklikheid is (Berndt, 1992:221; Wikipedia, 2009). Die maklike beweeglikheid van in 'n mate die peuter, maar veral die kleuter, noodsaak die vasstelling van duidelike grense. Die daarstelling van 'n balans tussen vrye beweging en die ontdekking van sy omgewing en terselfdertyd die kind se veiligheid, is dikwels 'n dilemma vir die ouers (Mussen *et al.*, 1990:207). Gedurende hierdie fase is 'n buigsame ingesteldheid by die moeder of primêre versorger, asook die objektiewe evaluering van verskillende situasies se veiligheid van die uiterste belang (Berndt, 1992:221). Geduldige aanmoediging deur die ouers bevorder onafhanklikheid; terwyl oorbeskermende ouers 'n gevoel van onsekerheid en gebrek aan waagmoed tot gevolg mag hê (Wikipedia, 2009). Die daarstelling van 'n veilige milieu vir die kind om toereikend sy wêreld te ontdek, is die verantwoordelikheid van die primêre versorger (Berndt, 1992:221).

Navorsing met kinders van tweejarige ouderdom het bevind dat kinders wat 'n sterk en positiewe band met hulle moeders gehad het, meer verbeeldingryk en met groter inisiatief met hulle speelgoed kon speel, take meer entoesiasies aangepak het, asook minder gefrustreerd of driftig en meer aanpasbaar was in vergelyking met kinders wat 'n swak band met hulle moeders gehad het (Berndt, 1992:228; Berk, 1989:455).

Die uitdaging vir die ouer van die kleuter is om 'n balans te vind tussen die versekering van die kind se veiligheid, sonder om oorbeskermend teenoor die kind op te tree (Hendrix & Hunt, 1997:213), waardeur die kind voorberei word vir die voorskoolse asook skoolfase.

3.6.1.4 Die voorskoolse fase

Die fase tussen drie en ses jaar is die stadium waarin vroeë identiteit asook 'n spesiale doel gevorm word; die wete dat ek iemand is (ek is 'n dogter of ek is 'n seun) (Bradshaw, 1992:122 & 126; Hendrix, 1992:58 & 85; Hendrix & Hunt, 1997:223; Wikipedia, 2009). Kinders sonder 'n sterk gehegtheid aan hulle primêre versorgers het op vierjarige ouderdom as onryp en afhanklik voorgekom. Die kinders wat nie 'n hegte band gevorm het nie, se kenmerkende uiteenlopende, afwykende gedrag was óf die van 'n alleenloper, óf 'n aanhanklike kind. Die alleenlopers het opgetree asof hulle

geïsoleer, afsydig en sonder enige bande met die ander kinders is. Die aanhanklike kinders daarenteen het ontwrigtend opgetree, was moeilik hanteerbaar, met 'n slegte humeur (Berk, 1989:455).

Volgens Erikson is hierdie ontwikkelingsfase die tydperk wanneer die kind te kampe het met die dualiteit van inisiatief versus oortreding (Ahola & Kovacik, 2007:273; Berk, 1989:17, 1994:15 & 350; Bradshaw, 1992:122; Wikipedia, 2009). Die voorskoolse kind is onafhanklik met 'n sterk verbeelding wat teenoor die werklikheid getoets moet word (Bradshaw, 1992:122 & 125). Deur te speel asof gebeurtenisse werklik plaasvind, eksperimenteer die kind met rolle wat hy in die samelewing kan speel en wat hy eendag wil word. As die ouers die kind se strewe onderskryf en aanmoedig, word die speletjie deur die kind beleef as inisiatief wat aan die dag gelê word en 'n uiting van ambisie en verantwoordelikheid (Berk, 1989:17, 1994:15; Hendrix, 1992:58). As die ouers op hierdie stadium te veel klem op selfbeheer lê, mag die kind 'n tekortkoming of skuldgevoel beleef (Berk, 1989:17, 1994:15).

3.6.1.5 Die laerskool- en vroeë hoërskoolfase

Die ontwikkelingsfase van die skoolgaande kind is om homself in 'n totaal nuwe omgewing te bevind, gekombineer met die ontwikkelingsuitdaging van die vermoë om produktiewe werk te doen, trots te wees op werk wat verrig is en ook die vermoë om in groepsverband geesdriftig saam te werk (Ahola & Kovacik, 2007:273 & 274; Berk, 1989:17, 1994:15; Bradshaw, 1992:140; Hendrix, 1992:58; Newman & Newman, 2006:222; Wikipedia, 2009). Terselfdertyd mag die kind 'n minderwaardigheidsgevoel beleef wanneer negatiewe belewenisse by die huis of skool plaasvind, of wanneer die houding van vriende/eweknieë aanleiding gee tot 'n gevoel van onbekwaamheid en nie 'in staat' wees nie, naamlik 'n minderwaardigheidsgevoel (Ahola & Kovacik, 2007:273 & 274; Berk, 1989:17, 1994:15; Bradshaw, 1992:140; Wikipedia, 2009). Die skooljare is ook die tyd wat kinders hulle eie morele waardes ontwikkel. Hulle raak bewus van die negatiewe uitwerking van immorele optrede teenoor ander kinders en beleef berou en selfverwyrt, as hulle daaraan skuldig is. Terselfdertyd is hulle ook bewus van die positiewe uitwerking van betrokke raak by en omgee vir mekaar en daar wees wanneer die ander jou nodig het. Aansluitend hierby is die aanleer van die morele of etiese kode van hulle eie gemeenskap (Newman & Newman, 2006:230-231). Gedurende hierdie

lewensfase is die vestiging van sy eie bevoegdheid by die kind van groot belang (Bradshaw, 1992:140; Hendrix, 1992:58; Hendrix & Hunt, 1997:236; Wikipedia, 2009).

3.6.1.6 Die adolessensiefase

Die ontwikkelingsuitdaging van die adolessent is die vestiging van sy eie identiteit (Berk, 1989:17-18, 1994:15; Bradshaw, 1992:157; Wikipedia, 2009). Die adolessensiefase is die oorgangsfase tussen 'n kind en 'n volwassene (Berk, 1989:17-18; Wikipedia, 2009). Hierdie is die tydperk wanneer belewenisse uit die verlede en die hede gekoppel word aan verwagtinge vir die toekoms (Berk, 1989:18). Die einddoel is 'n mens wat weet wie hy is, bewus is van sy eie uniekheid as mens en sy rol in die gemeenskap (Bradshaw, 1992:157), met 'n spesifieke lewensdoel en 'n gevoel van 'ek is heel!

3.6.2 Opsomming van die invloed van die kinderjare

Die eiesoortige betekenisgewing en kwesbaarheid van elke kind en sy kenmerkende gesitueerdheid, in kombinasie met die ouer of versorger se spesifieke persoonseienskappe se omvangryke invloed op die mens se wording en heelheid is in hierdie gedeelte uitgelig.

3.7 SAMEVATTING VAN SPESIFIEKE TERAPEUTIESE WERKWYSES

In hierdie hoofstuk is 'n aantal erkende psigoterapeutiese werkwyses bestudeer en omskryf. Die maatstaf vir seleksie van die werkwyses was die navorsingsdoel, naamlik 'n terapeutiese hulpverleningswerkwyse vir die daarstelling van menslike heelheid aan die hand van die uitgesonderde wesenskenmerke van die mens. 'n Belangrike gemeenskaplike kenmerk van die uitgesonderde werkwyses is dat die terapeut die kliënt begelei, maar die *keuse vir verandering* berus by die kliënt.

Die mediese hipnoanalitiese werkwyse is gekies weens sy gestruktureerde en logiese verloop van die terapeutiese werkwyse; maar veral as gevolg van die uitgangspunt dat die spirituele die grondslag van die wesenlike van die mens is. Mediese hipnoanalise vorm die kern van die intervensiemodel en leen hom daartoe om die oorsaak asook die regstelling van die problematiese aan die kliënt te verduidelik.

Die rasioneel emotiewe gedragsterapie is van waarde veral ten aansien van die klem op die belangrike invloed wat denkwyses en aannames op die mens se optrede het. Hierdeur word die moontlikheid van verandering beklemtoon. Die kognitiewe aspek van die terapeutiese werkwyse waar die kliënt begelei moet word om tot die besef te kom watter invloed sy sienswyses op die gebeure en belewenisse het; asook in welke mate dit die persoon se lewe in die hede beïnvloed en bydra tot die gevoel van 'ek is vasgevang en nie in staat tot' nie. Komponente van veral die disputeringstrategie en disputeringstyle kan gebruik word om die kliënt te help om weer 'n belewenis van ek is 'in staat tot' en 'n gevoel van innerlike heelheid te beleef. Die omstandighede is nie die bepalende faktor nie, maar wel die betekenis wat die persoon aan die gebeure en situasie gee; daar die persoon sy denkwyse en daarom ook sy optrede en omstandighede kan verander en heelheid verkry.

Die rasionaal van keuse-teorie is dat die mens 'n keuse kan uitoefen waardeur sy optrede en gesitueerdheid positief beïnvloed kan word. Keuse-teorie met die sterk klem op die mens se vermoë om te kies en sodoende verandering tot stand te kan bring, is ook deel van die studie. Hierdeur besef of herbesef die persoon dat hy wel 'in staat is tot' en heelheid kan beleef.

Logoterapie is betrek weens sy sterk beklemtoning van 'n eie wil en strewe na sinvolheid met die vermoë om ongeag die omstandighede, steeds 'n keuse te kan uitoefen. Ofskoon dit soms 'n beperkte keuse mag wees, is dit steeds 'n keuse waardeur die mens tog kan beleef dat hy 'in staat tot' is en beklemtoon die mens se vermoë om ongeag die gebeure, steeds heelheid te kan beleef.

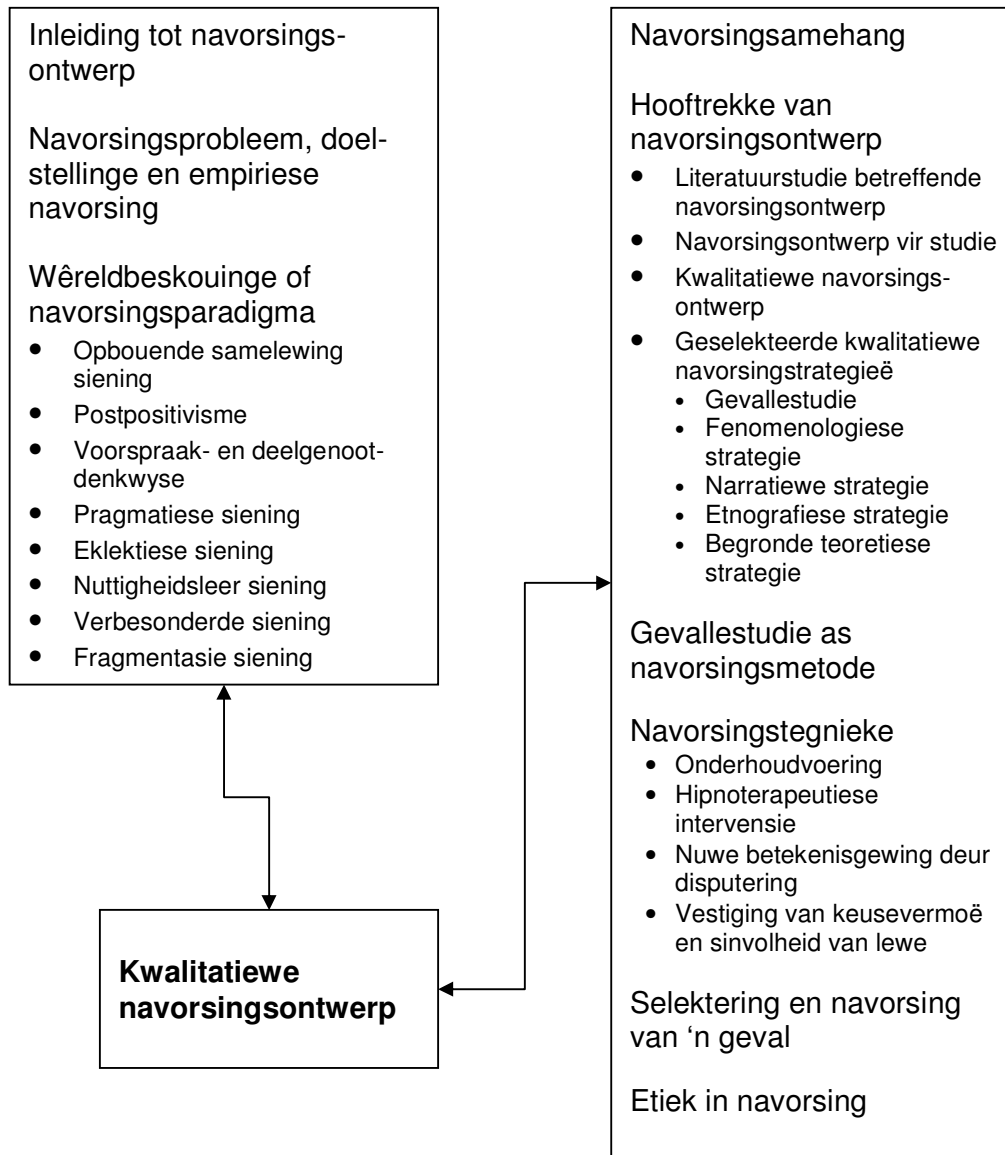
Die verskillende ontwikkelingsfases is deel van die studie aangesien die kinderfase die fondament van die volwassene se lewensuitkyk is. Leemtes in die ontwikkelingsfases wreek hom op die volwasse persoon se vermoë om heelheid te beleef. Deur kennisname van die invloed van Kindertydseer kan die kliënt gehelp word om die gebeure vanuit 'n volwasse perspektief te sien en te verwerk; om sodoende weer te voel 'ek is in staat tot', 'ek voel heel'!

Die navorsingsontwerp aan die hand waarvan die terapeutiese model nagevors is, sal in hoofstuk vier omskryf word.

HOOFSTUK 4

NAVORSINGSONTWERP VIR DIE BESTUDERING VAN HEELHEID EN HEELHEIDSTERAPIE

Die aard, kenmerke en omvangrykheid van die onderwerp wat nagevors word, is die bepalende faktor in die keuse van die mees toepaslike navorsingsontwerp vir die voorgename studie. Figuur 4.1 is 'n diagrammatiese voorstelling van die navorsingsontwerp van hierdie studie.



Figuur 4.1 Skematiese samehang en onderlinge beïnvloeding van komponente van die navorsingsontwerp

4.1 INLEIDING TOT NAVORSINGSONTWERP

Deur die bestudering van navorsingswerkwyse en die proses van sistematiese wetenskaplike eliminasië van bestaande navorsingswerkwyse (Welman, Kruger & Mitchel, 2007:5) kies die navorser 'n geskikte navorsingswerkwyse vir sy besondere studie. Die probleem betreffende die moontlike leemte by sommige sielkundiges oor die invloed van spirituele, filosofiese en psigologiese denkwyses in spesifieke wesenkenmerke van die mens wat die belewenis van menslike heelheid kan beïnvloed; asook kernaspekte van 'n terapeutiese werkwyse om die mens te help om in ooreenstemming met sy gegewe spirituele sienswyse tot heelheid te kom. Die keuse en daarstelling deur die navorser van 'n navorsingsmetode ten einde die doel te bereik, is van kardinale belang.

Ten einde aan die bogenoemde vereistes te voldoen, is nodig om die navorsingsprobleem en doelstelling, asook die rasionaal vir die empiriese navorsing as riglyn te gebruik. Vervolgens sal hierdie fundamentele inligting gegee word.

4.2 DIE GESTELDE NAVORSINGSPROBLEEM, DOELSTELLINGE EN EMPIRIESE NAVORSING

Die navorsingsvrae gebaseer op die navorsingsprobleem is;

- om te bepaal of spirituele, filosofiese en psigologiese denkwyses betreffende spesifieke wesenkenmerke van die mens in die literatuur deurgetrek kan word na menslike heelheid;
- om te bepaal wat is die kernaspekte van 'n terapeutiese intervensiemodel waardeur 'n persoon met sy spirituele uitkyk op die lewe, gehelp kan word tot integrasie en 'n heelheidsbelewenis.

Voortspruitende uit die navorsingsprobleemstelling is die doel van die studie naamlik om menslike heelheid aan die hand van spesifieke wesenkenmerke na te vors. Die perspektiewe vir die bestudering van menslike heelheid is die spirituele, die filosofiese en die psigologiese perspektief. Aanvullend hierby is die ontwikkeling van 'n terapeutiese intervensiemodel waardeur die mens wat hulpverlening benodig, begelei kan word tot die verwerking en integrasie van die problematiese om sodoende heelheid te verkry.

Vervolgens is empiriese navorsing gebruik om die toepassingsmoontlikheid aan die hand van 'n gevallestudie te toets. Die bemiddelingswerkplan is gebruik om die persoon deur hulpverlening in staat te stel om te beleef 'ek is in staat tot' en ek voel heel. Die filosofiese wêreldbeskouing of navorsingsparadigma sal vervolgens omskryf word.

4.3 FILOSOFIESE WÊRELDBESKOUIING OF NAVORSINGSPARADIGMA

Die begrip filosofiese wêreldbeskouing verwys volgens Creswell (2009:6) na 'n basiese sienswyse waardeur optrede gerig word. Ander begrippe wat in 'n soortgelyke verband gebruik word is navorsingsparadigma, epistemologie of ontologie sowel as breedweg gesien, navorsingsmetodes. Die navorsingsparadigma is meestal verskuil in die navorsingsontwerp, ofskeen die invloed daarvan op die navorsing as geheel 'n werklikheid is. Hierdeur verskaf die navorser meer duidelikheid vir die rasionaal van die spesifieke navorsingsontwerp en daarom die nodigheid vir die identifisering daarvan (Creswell, 2009:6; Madill & Gough, 2008:262), sowel as die beklemtoning van die huidige navorsingstendens van paradigma differensiasie en aanvulling. Die navorsingsontwerp in hierdie studie is grootliks gebaseer op die denkwyses van Creswell asook Madill en Gough. Sekere van die begripwoorde wat in hierdie studie gebruik is, verskil van dié wat Creswell gebruik soos onder andere; filosofiese wêreldbeskouing wat vervang sal word met navorsingsparadigma. Aanvullend verdeel Creswell (2009:5) die filosofiese wêreldbeskouing in opbouende samelewing siening, postpositivisme, voorspraak- en deelgenoot- sowel as pragmatiese siening. Genoemde navorsingsparadigmas word deur Madill en Gough (2008:263) aangevul met enkele ander sieninge naamlik die eklektiese, nuttigheidsleer, verbesonderde en fragmentasie siening. Die bogenoemde sieninge word kortliks omskryf.

4.3.1 Opbouende samelewing siening

Volgens die opbouende samelewing siening wil individue die wêreld waarin hulle lewe en werk verstaan en ook subjektiewe betekenis aan hulle belewenisse gee. Hierdie betekenis is veelsydig, ingewikkeld en omvangryk. Daarby word hierdie sieninge beïnvloed deur interaksie met ander persone asook sosiale en historiese gebeure (Creswell, 2007:20-21, 2009:8).

Die verskeidenheid eiesoortige betekenis van individue genoodsaak die navorser om bewus te wees van die kompleksiteit van die omstandighede en nougeset en objektief te luister na dié persone se weergawe van die gebeure. Die navorser moet ook bedag wees op sy eie siening en deurgaans fokus op die inligting ter sake vir die navorsing (Creswell, 2007:21, 2009:8). In die terapeutiese situasie moet die terapeut ingestel wees op die inligting van die kliënt, beide verbaal en nie-verbaal. Creswell (2009:9) beklemtoon dat kwalitatiewe navorsing induktief is. Vanweë die sterk beklemtoning van elke mens se eiesoortige beleweniswêreld en subjektiewe betekenisgewing as integrale deel van die navorsing, is hierdie denkwysse volgens die navorser deels die basis vir die werkwyse van hierdie studie oor menslike heelheid.

4.3.2 Postpositivisme

Postpositivisme word vanuit verskeie perspektiewe deur verskillende skrywers benader. Volgens Henning *et al.* (2004:17) is postpositivisme gebaseer op ervaring en argumente dat onmeetbare data ook die werklikheid getrou kan weergee. Welman *et al.* (2004:7) gebruik die woord anti-positivisme om die wyse waarvolgens belewenisse gekoppel aan menslike gedrag bestudeer word, te omskryf; terwyl Dash (2009:1-2) dit omskryf as 'n enkele verskynsel met veelvoudige interpretasies wat veelsydig en kompleks is. Die bestudering van die problematiese weerspieël volgens Creswell (2007:20, 2009:7) die filosofiese ingesteldheid naamlik die vasstelling en identifisering van die oorsake en die bepaling van wat die uitkoms kan beïnvloed. Hierdie denkwysse is meer wetenskaplik gerig omdat die oorsake grootliks die uitkoms bepaal.

4.3.3 Die voorspraak- en deelgenoot denkwysse

Deur gebruik te maak van voorspraak- en deelgenoot denkwysse, kon die deelnemers aan die navorsing oor sosiale aangeleenthede soos onder meer ongelykheid, onderdrukking, dominerende en selfs vervreemding via die navorsing 'n rol speel in die verandering van hulle lewensomstandighede. Die doel was om deur die navorsing 'n spreekbuis vir die deelnemers te wees, hulle te bemagtig ter bevordering van verandering en verbetering op sosiale gebied (Creswell, 2007:21-22, 2009:9-10).

4.3.4 Pragmatiese siening

Die pragmatiese denkwysse verteenwoordig 'n verskeidenheid filosofiese sienswyses aangesien die werklikheid vanuit verskillende gesigspunte benader kan word (Creswell, 2007:22-23, 2009:10-11). Die pragmatiese denkwysse se ontstaan was uit optrede, omstandighede en uitkomst en nie gerig op metodes nie, maar eerder op benaderingswysse vir die verstaan van die navorsingsprobleem (Creswell, 2007:22-23, 2009:10). Die belangrikheid van pragmatisme in kwalitatiewe navorsing lê volgens Madill en Gough (2008:262-263) daarin dat daar 'n samehang tussen verskillende sienswyses, gesamentlike optrede en respek vir die verskillende perspektiewe is, met die uiteindelige doel die oplossing van 'n besondere probleem in 'n spesifieke konteks.

Vanuit 'n pragmatiese perspektief beskik die navorser oor die vryheid om die werkwyse van sy keuse te gebruik, met in agneming van hoe en wat die navorsingsprobleem voorskryf. Daarby word 'n holistiese siening gevolg waar die sosiale, historiese, politieke en ander faktore van belang in konteks gesien word (Creswell, 2007:22-23, 2009:11; Madill & Gough, 2008:263). Die pragmatiese sienswyse vorm ook deels die basis van die werkwyse vir hierdie studie.

4.3.5 Eklektiese siening

'n Eklektiese siening mag volgens Madill en Gough (2008:262-263) veral waardevol wees in navorsing oor 'n verskeidenheid perspektiewe ten einde 'n samehang tussen komplekse lewensgebeure te vind. Navorsers bedink weer eens die potensiaal van pragmatisme as 'n middeweg tussen die onmeetbaarheid en aanvulling tussen paradigmas.

4.3.6 Nuttigheidsleer siening

Volgens Madill en Gough (2008:263-265) is die nuttigheidsleer 'n etiese filosofie daar moraliteit as norm aangewend word om te bepaal in welke mate die samehang tussen waardefilosofie gebruik kan word in die oplossing van spesifieke probleme.

4.3.7 Verbosonderde siening

Die gebruik van die verbosonderde siening in navorsing mag isolering tot gevolg hê

weens die sterk klem op spesialisering. Daarenteen mag 'n onderlinge verbinding tussen kennisleer, wordingsleer en waardeleer bydra tot 'n basiese denkwyse waardeur spesifieke probleme deur ingeligte navorsers kan bydra tot 'n aanvaarde navorsingspraktyk (Madill & Gough, 2008:263 & 265-266).

4.3.8 Fragmentasie siening

Die siening van fragmentasie reflekteer volgens Madill en Gough (2008:263 & 266) 'n basiese denkwyse gekenmerk deur 'n oordrewe refleksie van die beperkinge wat deur spesialisering en verbesondering daargestel word. Deur 'n interpretasie van wêreldbeskouing word lig gewerp op die potensiaal van nuwe benaderinge en ook in die sielkunde na die aanname van 'n oorkoepelende interdisiplinêre bewustheid waardeur essensiële veranderinge kan plaasvind.

4.3.9 Paradigma opsomming

Die paradigma of wêreldbeskouing vir hierdie bestudering van die interverweefdheid van die spirituele, filosofiese en psigologiese beïnvloeding van menslike heelheid is gebaseer op die opbouende samelewing en pragmatiese denkwyse. Die kompleksiteit van elke mens se unieke belewenisse en ervaringsbydrae tot die navorsing genoodsaak 'n eklektiese siening asook 'n nuttigheidsleer perspektief aangesien etiek, filosofie en moraliteit verweef is met heelheid. Die verbesonderingsperspektief mag fasette uitlig en in kombinasie met die fragmentasie werkwyse bydra tot 'n waardevolle 'nuwe' denk- en werkwyse in die sielkunde veral betreffende heelheid. Aanvullend hierby het die kwantum-meganika 'n totaal nuwe dimensie aan die onmeetbare gegee, wat vir die sielkunde, wat met die onsigbare werk, 'n groot deurbraak is. In die lig van die kwantum-meganika kan postpositivisme, die spirituele, filosofiese en psigologiese ook vanuit 'n ander perspektief deel vorm van hierdie studie in kombinasie met 'n toepaslike navorsingsinligtingstrategie of 'n kombinasie van strategieë.

Die interverweefde omvangrykheid van menslike heelheid het die navorser gemotiveer om die navorsing te doen aan die hand van die opbouende samelewing- en pragmatiese denkwyse. Fasette van eklektiese is deel van die navorsing aangesien meer as een denkwyse gebruik is weens menslike kompleksiteit.

4.4 NAVORSINGSAMEHANG, HOOFDREKKE VAN DIE NAVORSINGSONTWERP, NAVORSINGSMETODE EN NAVORSINGSTEGNIEKE

Ten einde die navorsing te omraam, is nodig om aandag te gee aan die navorsingsamehang, die buitelyne van die navorsingsontwerp te skets en die navorsingsmetode en navorsingstegnieke te omskryf. Hierdie aspekte sal vervolgens omskryf word.

4.4.1 Navorsingsamehang van die studie

Die navorsingsamehang omvat die prosedures betreffende die navorsingsomgewing vir data verkry in die spesifieke studie. Die navorsingsomgewing vir hierdie studie is 'n privaat sielkundige praktyk. Aanvullend tot die navorsingsomgewing is die navorsingsontwerp wat breedvoerig omskryf sal word.

4.4.2 Navorsingsontwerp

Die navorsingsontwerp in hierdie studie berus op twee hoofkomponente naamlik 'n literatuurstudie en 'n praktiese komponent. Die literatuurstudie is 'n analise van 'n spesifieke onderwerp en vorm die teoretiese grondslag van die navorsingsprogram waardeur die praktyk vergestalt word. Die literatuurstudie is deel van die navorsingsdoel te wete die omskrywing van menslike heelheid vanuit 'n spirituele, filosofiese en psigologiese perspektief. 'n Grondige literatuurstudie is gedoen om 'n konseptuele raamwerk daar te stel vir die ontwikkeling van 'n terapeutiese werkwyse vir heelheid. Na die ontwikkeling en beskrywing van die werkwyse is die toepaslikheid daarvan getoets in een gevallestudie. Tegelykertyd word onnodige duplisering voorkom, asook waardevolle inligting ter bereiking van huidige navorsing verkry en selfs aanbevelinge vir verdere navorsing daargestel (McMillan & Schumacher, 2006:76). Die beklemtoning en doel van die literatuurstudie word vervolgens omskryf, alvorens meer na die gevallestudie as metode van ondersoek gekyk word.

4.4.2.1 Literatuurstudie betreffende navorsingsontwerp

Die verkennende omskrywende literatuurstudie se uitgangspunt is gebaseer op die doelstelling van die navorsing, kortliks opgesom as 'n studie van menslike heelheid volgens sekere wesenskenmerke van die mens vanuit 'n spirituele, filosofiese en psigologiese perspektief. Aansluitend daarby is die moontlike daarstelling van terapeutiese werkwyse om die mens te begelei tot heelheid (kyk 1.4 betreffende die doel van die studie). Die navorser moet kennis dra van bestaande inligting oor die onderwerp sowel as inligting wat aanvullend in die navorsing gebruik kan word. Die literatuurstudie kan gebruik word as 'n inleiding tot die studie waardeur die studie in wese omraam word; maar gee ook 'n oorsig oor bestaande sienswyses (Creswell, 2009:26-27).

Die doel van die literatuurstudie in hierdie studie was meervoudig;

- as inleiding om die omvang van die studie toe te lig en om heelheid in 'n mate te omraam;
- die onderlinge wisselwerking tussen die spirituele, filosofiese en psigologiese perspektiewe om heelheid te beklemtoon; en
- om as 'n basis te dien vir die integrasie van 'n terapeutiese werkwyse (kyk figuur 5.3).

4.4.2.2 Die navorsingsontwerp vir die studie

Die navorsingsontwerpe waaruit die navorser 'n navorsingsplan kan kies is die kwalitatiewe, kwantitatiewe, of gekombineerde metode (Berg, 2007:2 & 5; Creswell, 2009:5). Vanweë die omvangrykheid van die mens is 'n in diepte navorsingswerkwyse nodig (kyk 1.5.1 betreffende teoretiese begronding van navorsingsontwerp).

Kwalitatiewe navorsing is ondersoekende navorsing en sal om hierdie rede gebruik word.

Gegronde op die genoemde doel en bevindinge van die literatuurstudie en in ooreenstemming met of deur bevragekening van die inligting, word die teoreties gefundeerde navorsingsontwerp beplan, omskryf en uitgevoer.

4.4.2.3 Kwalitatiewe navorsingsontwerp

Die toepasbaarheid van die ontwikkelde terapeutiese werkwysse tot heelheid word verder deur kwalitatiewe navorsing op 'n besondere geval getoets. In navorsing wetenskaplikheid is objektiviteit, geskikte navorsingsmetodes en navorsingstegnieke belangrik (Welman *et al.*, 2007:2). Vir navorsing om as wetenskaplik beskou te kan word, is sistematiese waarneming in teenstelling met selektiewe waarneming belangrik (Welman *et al.*, 2007:5). Aansluitend hierby beklemtoon Whitbeck (2004:48) die belangrikheid van geloofwaardigheid en integriteit in navorsing. Die kwalitatiewe navorsingsontwerp wat in hierdie studie gebruik is, word vervolgens breedvoerig omskryf, alvorens meer spesifiek na die gevallestudie as metode van ondersoek gekyk word.

Die klem op veranderlikheid in kwalitatiewe navorsing (Henning *et al.*, 2004:3) beteken geensins dat daar nie duidelik omskryfde navorsingsmetodes aan kwalitatiewe navorsing verbonde is nie; intendeel, velerlei duidelik omskryfde werkwyses is deel van kwalitatiewe navorsing (Berg, 2007:9). 'n Kwalitatiewe benadering is volgens Welman *et al.* (2004:188) in wese 'n beskrywende navorsingswyse. Die navorsingsontwerp vir hierdie studie is grootliks gebaseer op die raamwerk daargestel deur Creswell (2009:5), wat in die navorsingsontwerp 'n onderskeid maak tussen 'n filosofiese wêreldbeskouing (kyk 4.3), geselekteerde ondersoekstrategieë en navorsingsmetodes.

Die oorsig oor teorievorming en basiese denkwysse in kwalitatiewe navorsing toon die uiteenlopende sieninge, maar ook die moontlikheid van spesialisering en ontwikkeling van gekombineerde wyses waardeur kwalitatiewe benaderinge deur geselekteerde inligtingstrategieë uitgebou en aangevul kan word. Die uitdaging verbonde aan 'n kwalitatiewe navorsingsontwerp as toepaslike werkwysse om menslike heelheid in die een-en-twintigste eeu te omskryf is omvangryk. Vervolgens sal na navorsingstrategieë gekyk word vir die keuse van 'n geskikte metodologiese benaderingswyse.

4.4.2.4 Geselekteerde kwalitatiewe navorsingstrategieë

Geselekteerde inligtingstrategieë is die rigtingwyser na die metodologiese benaderingswyse waarvolgens navorsingsinligting verkry kan word. Ander terme wat in

navorsingsliteratuur gebruik word is navorsingswyses of navorsingsmetodologieë (Creswell, 2009:11). Inligtingstrategieë word in kwalitatiewe, kwantitatiewe en gekombineerde strategieë verdeel wat elkeen onderverdeel word in 'n verskeidenheid kenmerkende strategieë.

Aansluitend by die kwalitatiewe navorsingsontwerp van 'n gekombineerde opbouende samelewing en pragmatiese paradigma, sal 'n beskrywende navorsingswyse wat volgens Welman *et al.* (2007:188) in wese 'n kwalitatiewe inligtingstrategie is, deur die navorser gevolg word. Verweef met kwalitatiewe navorsing is die inwin van inligting met in agneming van die kultuur en sosiale situasie waarin die persoon hom bevind, waar hy gebeurtenisse beleef, betekenis verleen daaraan en dienooreenkomstig optree (Marecek, 2003:49).

Die geselekteerde kwalitatiewe navorsingstrategieë kan aan die hand van 'n verskeidenheid kategorieë omskryf en in die praktyk aangewend word (Creswell, 1994:11, 2007:6, 2009:12; Creswell, Hanson, Clark & Morales, 2007:236; Dash, 2009:3; Madill & Gough, 2008:254; Marecek, 2003:61; McMillan & Schumacher, 2006:26; Parker, 2005:10). Een van kwalitatiewe navorsing se kenmerkende eienskappe is dat die interpretasie van inligting bekom nie reg of verkeerd kan wees nie. Wat belangrik is, is of die interpretasie van die navorsingsmateriaal op 'n aanneemlike wyse inskakel by 'n teoretiese raamwerk (Parker, 2005:10). Die toegepaste strategie vir hierdie studie asook enkele van die bekende navorsingstrategieë word vervolgens omskryf.

4.4.2.4.1 Gevallestudie

Algemeen gestel is 'n gevallestudie 'n in diepte omskrywing van 'n spesifieke program, gebeurtenis, aktiwiteit, instelling, prosedure, sosiale groep óf een of meer individue (Berg, 2007:283; Creswell, 1994:12, 2007:73 & 78-80, 2009:13; Creswell *et al.*, 2007:245; Dash, 2009:3; Henning *et al.*, 2004:32; McMillan & Schumacher, 2006:26-27; Welman *et al.*, 2007:25 & 193). Gevallestudies het 'n lang gevestigde geskiedenis as 'n navorsingswyse in die kliniese psigologie (Marecek, 2003:50) en die sosiale studieveld wat dateer van so vroeg as 1920 (Creswell, 2007:73). Die gevallestudie handel oor 'n enkele persoon se unieke belewenisse van gebeurtenisse, sonder die direkte

betrekking van die groep of kultuur waarin die persoon gesitueer is. Aansluitend hierby is 'n gevallestudie ook 'n diepgaande begrip vir die wyse waarop ander gevalle insig verleen aan 'n twispunt in die unieke persoon se lewe (Creswell *et al.*, 2007:239 & 245-246). In 'n gevallestudie is nodig dat die persoon in konteks bestudeer sal word volgens 'n analitiese werkwyse waarin die eiesoortigheid van die omstandighede en situasie van die persoon volledig omskryf sal word.

Payne, Field, Rolls, Hawker en Kerr (2007:237) is van mening dat 'n gevallestudie in der waarheid 'n studie is gegrond op belewenisse, waar 'n kontemporêre fenomeen binne die gewone leefwêreld nagevors word. Vandaar die belangrike invloed van die fenomenologiese in die bestudering van 'n persoon se lewensloop en die noodigheid van kennisname van die fenomenologiese strategie.

4.4.2.4.2 Fenomenologiese strategie

Die klem in 'n fenomenologiese strategie is op die teenwoordigheid van 'n fenomeen in die leefwêreld van die persoon, sonder inagneming van die navorser se vooroordele of ingesteldheid. Die essensie van die persone se beleweniswêreld is belangrik en inligting word meestal deur objektiewe indringende onderhoude en waarneminge verkry (Creswell, 1994:12, 2007:57-59, 2009:13; Creswell *et al.*, 2007:252-254; Dash, 2009:3; Giorgi & Giorgi, 2003:248-249; McMillan & Schumacher, 2006:26). Gedurende die fenomenologiese navorsing identifiseer die navorser die essensie van die persoon se gewaarwording van 'n fenomeen en gee die inligting weer in die studie. Die navorser is ingestel om die persoon se leefwêreld in diepte te bestudeer deur onder meer die gebruik van onderhoude en metafore; ten einde die persoon se belewenisse van spesifieke fenomene te begryp (Welman *et al.*, 2007:207).

Die fenomenologie kan volgens Creswell (2007:58-61) beskryf word as 'n interpreterende en nie 'n beskrywende proses nie. Die navorser is ingestel op die omskrywing van die persoon se gewaarwordinge. Sodoende word 'n suiwer bewuswording van die persoon se belewenisse aan die navorser oorgedra en word terug beweeg na die Griekse denkwysie waar die filosofiese 'n integrale deel van die soeke na wysheid is; waar die werklikheid die persoon se betekenisgewing van die gebeure is.

Anders as by 'n narratiewe strategie waar 'n enkele persoon se belewenisse bestudeer word, kan met 'n fenomenologiese strategie 'n aantal persone se gewaarwordinge van 'n sekere fenomeen bestudeer word (Creswell, 2007:57). Daarby kan die fenomenologiese strategie verfyn word in hermeneutiese, transendentale of psigologiese, asook afgebakende fenomenologie (Creswell, 2007:59). Die narratiewe of lewenstorie is 'n integrale aspek van 'n persoon se beleweniswêreld en word vervolgens toegelig.

4.4.2.4.3 Narratiewe strategie

Die geskiedenis en teoretiese begronding van 'n narratiewe sienswyse kan teruggevoer word na Wilhelm Wundt (1832– 1920) (Murray, 2003:96). Die kerngedagte van Wundt was om sin en betekenis aan lewensgebeure te verleen deur met 'n storie die verloop van gebeurtenisse in verband te bring. Aansluitend daarby is die narratiewe navorsingstrategie volgens Creswell saamgestel uit 'n groep dele bestaande uit verskillende vorme wat op 'n ge-ordende weldeurdagte wyse 'n samehangende geheel vorm. Die narratiewe strategie word dikwels in 'n geskrewe vorm gedoen waardeur 'n belangrike komponent in resente sosiale en humanitiese literatuur daargestel word. Narratiewe navorsing word met neergeskryfde of oorvertelde stories geassosieer (Creswell, 2007:53-54). Aansluitend hierby is dit belangrik om in ag te neem dat narratiewe navorsing 'n baie gespesialiseerde navorsingswyse is.

Die navorsingsdoel is ook van groot belang by die keuse van 'n narratiewe strategie en leen hom veral vir die bestudering van die lewe van slegs 'n aantal persone (Creswell, 2007:55). Met 'n gevallestudie stel die narratiewe strategie die navorser in staat om 'n holistiese studie van 'n enkele individu, of om 'n analise van die ingeslote of selfs interverweefdheid van die aantal persone in die navorsingsgroep, te bepaal (Creswell, 1994:160).

Veral in die terapeutiese situasie is 'n kliënt geneig om die inligting nie in 'n kronologiese volgorde te gee nie. Die rol van die terapeut is om die inligting kronologies op te som en terselfdertyd bedag te wees op herhalende gebeure of handeling deur die kliënt (Creswell, 2007:56). Die uitdaging verbonde aan die narratiewe is dat die

navorser uitgebreide inligting sal bekom en terselfdertyd die konteks van die inligting fyn sal nagaan ('sif') om sodoende die essensie van die meervoudige lae inligting te bepaal (Creswell, 2007:57).

Creswell (2009:13) verduidelik dat die navorser gedurende 'n narratiewe strategie die lewensverhale van 'n enkeling of 'n aantal persone verkry. Die navorser sal dan gewoonlik die storie oorvertel in 'n kronologiese volgorde en sienswyses van die terapeut se lewe op so 'n wyse inwerk dat die navorser 'n medewerker word en die kliënt se lewe deur die gekombineerde storie verryk word. Die inhoud, funksie en struktuur van die stories wat mense in hul sosiale interaksie met mekaar vertel, dui op die deelname van narratiewe psigologie en dat stories 'n belangrike rol in die mens se lewe speel (Murray, 2003:96).

4.4.2.4.4 Etnografiese strategie

Hierdie strategie word gebruik om 'n intakte kulturele groep in hulle natuurlike omgewing deurlopend vir 'n bepaalde tyd te bestudeer en is kontekstueel aanpasbaar vir 'n spesifieke navorsingsveld (Creswell, 1994:11 & 163, 2007:68-70, 2009:13; Dash, 2009:3; Madill & Gough, 2008:256-257; McMillan & Schumacher, 2006:26; Parker, 2005:11; Welman *et al.*, 2007:193).

4.4.2.4.5 Begronde teoretiese strategie

Die motivering vir 'n begronde teoretiese strategie is om weg te beweeg van die voorskriftelike en om op grond van 'n verskeidenheid norme van data insameling op veelvuldige stadiums en wyses 'n nuwe teorie te skep of te ontdek (Creswell, 1994:12, 2007:62-63, 2009:13; Creswell *et al.*, 2007:248-249; Madill & Gough, 2008:259; McMillan & Schumacher, 2006:27).

4.4.2.4.6 Samevatting van geselekteerde kwalitatiewe navorsingstrategieë

Ten einde die keuse te maak van die spesifieke navorsingstrategie waardeur die navorsingsonderwerp ten beste bestudeer kan word, is kennis aangaande beproefde navorsingswyses noodsaaklik. Gevallestudie is 'n strategie wat hom daartoe leen om die beleving van 'n heelheidsgevoel by die mens te bestudeer en is die strategie wat vir hierdie navorsing gebruik sal word. Aangesien sekere fenomene in die persoon se

wedervaringe 'n besondere invloed op heelheid het, sal aspekte van fenomenologiese strategieë ook betrek word. Aanvullend hierby is elke mens se lewe in wese 'n lewensverhaal wat impliseer dat enkele komponente van narratiewe strategieë ook in die navorsing gebruik sal word ten einde reg te laat geskied in die navorsing oor die omvangrykheid van menslike heelheid.

4.4.3 Navorsingsmetode

Die navorsingsmetode is die wyse waardeur die lewenswerklikhede beter verstaan kan word en behels veel meer as bloot die wyse waarop dié inligting verkry is (Henning *et al.*, 2004:15). Henning *et al.*, (2004:15) verklaar in dié verband: “Epistemology and methodology are intimately related: the former involves the *philosophy* of how we come to know the world and the latter involves the *practice* of becoming to know how we study this practice”.

Die wyse waarop die gevallestudie(s) nagevors word, word deur die navorsingsdoel begrens (Berg, 2007:286; Marecek, 2003:51), asook die wyse van verkryging en interpretasie of verwerking van data wat uiteindelik gebaseer is op 'n epistemologiese stellingname (Henning *et al.*, 2004:1). In hierdie studie word die gevallestudie beskou as 'n tradisionele navorsingswyse in die sielkunde met 'n lang tradisie (Berg, 2007:244; Maracek, 2003:50) en mees algemeen gebruik word (Welman *et al.*, 2003:207); asook deur die jare verfynd en uitgebrei is (Maracek, 2003:50). Die gevallestudie (kyk 4.4.2.4.1) dien ook as 'n wyse waardeur sekere verhoudingspatrone, asook die dinamiek en intensiteit van gebeurtenisse nagevors word, om die waarskynlikheid van 'n suksesvolle hulpverleningswerkwyse te ontsluit (Henning *et al.*, 2007:32). Die fokus in 'n gevallestudie is 'n in diepte analise met die doel om 'n analise, insig en interpretasie van belewenisse en gebeurtenisse asook die problematiese wat die mens beleef, te verkry (Creswell, 2007:78-80). Welman *et al.* (2003:207) konstateer dat: “Qualitative data are based on meanings expressed through words and other symbols or metaphors”. Ofskoon 'n gevallestudie die navorsingswyse is, sal waar nodig gebruik gemaak word van aspekte van fenomenologiese en narratiewe strategieë. Die einddoel van 'n gevallestudie is om gedetailleerde inligting oor die problematiese, die planmatige hanteringswyse en optrede, asook die uitkoms via die navorsingsmetode weer te gee.

Creswell (2007:246) omskryf 'n gevallestudie met die klem op die analise van 'n individuele geval met die doel om 'n tema te identifiseer as 'n interne-geval-analise. Die navorsingsdoel in hierdie studie is om in 'n individuele kliënt die gebeure en belewenisse wat gebrokenheid tot gevolg gehad het, te identifiseer asook om 'n hulpverleningswerkwyse met die doel om heelheid te verkry, daar te stel. Aansluitend hierby is die beweegrede vir die keuse van 'n betrokke geval (Creswell, 2007:74-75). Dit is belangrik dat die navorser uitsluitel verkry vir homself vir die rede, asook 'n doelgerigte sekerheid het oor die werklike motief vir die betrokke navorsing (Parker, 2005:10). Volgens Creswell (2007:75) dra 'n verskeidenheid redes by tot die keuse van 'n spesifieke gevallestudie (Creswell, 2007:76 & 196), maar die uiteindelijke doel moet betekenisvol wees en bydra tot kennisverbreding of bykomende sienswyses, sowel as beskerming van die kliënt (McMillan & Schumacher, 2006:16) weens die uniekheid van die probleem of om 'n sekere aspek te beklemtoon (McMillan & Schumacher, 2006:27). Die navorser kies die betrokke geval wat nagevors gaan word, maar stel ook die grense van die navorsing. Die navorsingsmetode vir die studie van menslike heelheid is gedoen aan die hand van 'n gevallestudie uit 'n privaat sielkundige praktyk.

Die balans tussen die omskrywing, analisering asook interpretasie en selfs moontlik bykomende kennis verkry uit die studie, is ook van belang in die aanbieding van die gevallestudie in die navorsersverslag (Creswell, 2007:197). Creswell (2007:230) beklemtoon dat 'n interpreterende ingesteldheid deur die navorser gedurende die verloop van die studie belangrik is.

4.4.4 Navorsingstegnieke

Die grondslag van die navorsingstegniek is die bestudering van literatuur om te bepaal wat die rol van hulpverlening in menslike heelheid is. In die toepassing van die terapeutiese werkwyse in 'n gevallestudie is gebruik gemaak van onderhoudvoering, hipnoterapie, disputering ten einde nuwe betekenisgewing te bewerkstellig asook die vestiging van keusevermoë en sinvolheid van die lewe. Aan die hand van genoemde navorsingstegnieke wat vervolgens omskryf sal word, is inligting bekom oor die toepasbaarheid van die ontwikkelde terapeutiese werkwyse.

4.4.4.1 Onderhoudvoering

Na die stigting van rapport (kyk 3.2.5.1.1) is die nodige historisiteits inligting deur middel van onderhoudvoering verkry. Die aanvangsgesprek van elke hulpverleningsessie, asook die bespreking en terugvoeringsgesprek in die bewuste staat na elke hipnoterapeutiese sessie, geskied aan die hand van onderhoudvoering. Aansluitend by onderhoudvoering is hipnoterapeutiese intervensie wat vervolgens omskryf word.

4.4.4.2 Hipnoterapeutiese intervensie

Met behulp van hipnose verkry die terapeut toegang tot die kliënt se onderbewuste vanwaar aan die hand van hipnoanaliese die oorspronklike negatiewe belewenis of betekenisgewing vanuit 'n ander perspektief gesien kan word. Hierdeur kan met hulpverlening 'n nuwe betekenisgewing aan gebeure gegee word. Dikwels is disputering, wat vervolgens omskryf sal word, nodig vir 'n veranderde betekenisgewing.

4.4.4.3 Nuwe betekenisgewing deur disputering

Sou die negatiewe betekenisgewing sterk vasgelê wees, is nodig om die onderbewuste deur disputering (kyk 3.3.3.3 vir disputering-strategië en -style) nodig is te oorreed om tot 'n nuwe betekenisgewing te kom wat tot die kliënt se voordeel sal wees. Aanvullend tot die nuwe betekenisgewing is die vestiging van keusevermoë en die sinvolheid van lewe wat vervolgens omskryf sal word.

4.4.4.4 Die vestiging van keusevermoë en die sinvolheid van die lewe

Deur die versterking van die kliënt se vermoë om keuses te maak, word keusevermoë gevestig waardeur die kliënt tot die stellingname kom van 'ek is in staat tot'. Aansluitend hierby word die kliënt begelei tot die bewuswording van sy eie uniekheid en die sinvolheid van sy lewe en die belewenis van innerlike heelheid. Vervolgens sal aandag gegee word aan die selektering en navorsing van 'n individuele geval.

4.5 DIE SELEKTERING EN NAVORSING VAN 'N GEVAL

Die selektering en die daaropvolgende navorsing van 'n geval vir 'n gevallestudie is gebaseer op die navorsingsdoel, naamlik die toepaslikheid van 'n terapeutiese intervensiemodel ter verkryging van heelheid. Hierdie prosedure sal vervolgens omskryf word.

4.5.1 Die selektering van 'n persoon vir die gevallestudie

Die rasionaal vir die doelbewuste keuse van die spesifieke persoon was dat ofskoon hy 'n probleem met die oormatige gebruik van alkohol gehad het, die probleem slegs gedurende tye van akute spanningsdruk voorgekom het; wat meebring dat hy in wese nie 'n 'gewone alkohol-afhanklike' was nie. Deur 'n volwassene as gevallestudie te gebruik, kon die uitkoms van onverwerkte kindertydseer op 'n volwassene, asook die verwerking daarvan met behulp van hipnoterapie beklemtoon word.

4.5.2 Die metode vir die verkryging van data

Die data verkryging in die empiriese ondersoek behels data verkry van die bewuste sowel as die data verkry van die onderbewuste deur hipnose wat vervolgens toegelig word.

4.5.2.1 Data verkry van die bewuste

Die aanvanglike data van die bewuste word verkry gedurende 'n inname-onderhoud. Daarna word aan die einde van elke terapeutiese sessie 'n terugvoer-onderhoud gevoer. Gedurende hierdie onderhoud word kennis geneem van die kliënt se belewenisse in die hipnoterapeutiese sessie asook vrae van die kliënt beantwoord word. Aanvullend hierby word die positiewe herbetekenisgewing bespreek en bevestig sowel as die verband tussen terapeutiese inhoud en die persoon se huidige belewenisse en optrede, in sy eiesoortige gesitueerdheid, uitgewys.

4.5.2.2 Data verkry van die onderbewuste

Gedurende die eerste twee hipnoterapeutiese sessies word belangrike inligting van die onderbewuste verkry aan die hand van 'n woordassosiasie-vraelys wat deur die terapeut afgeneem word. In die daaropvolgende hipnoterapeutiese hulpverleningsessies word inligting van die kliënt deur middel van vraag en antwoord bekom. Vervolgens sal die betroubaarheid van die data omskryf word.

4.5.3 Betroubaarheid van data

Die betroubaarheid van die data is verkry deur die inligting van die kliënt, veral gedurende die inname-onderhoud, asook die woordassosiasie-vraelys volledig neer te skryf. Die inligting verkry gedurende die inname-onderhoud word met die kliënt geverifieer.

Die hipnoterapeutiese sessies se inligting word beide in hipnotiese trans, asook later in die bewuste toestand deurlopend met die kliënt geverifieer deur vraag en antwoord. Die inligting verkry word volledig neergeskryf (kyk 5.4). Gedurende die terapeutiese, maar veral die hipnoterapeutiese verloop, word uiters vertroulike inligting aan die terapeut gegee wat die terapeut se etiese optrede van kardinale belang maak.

4.5.4 Etiek in navorsing

Gepaardgaande met etiek in navorsing is die vereiste dat die terapeut binne sy kennis en bevoegdheid sal werk (Berg, 2007:53; Hunter, 2000:145-146) en sou dit nodig wees, aan die kliënt die opsie gee om na 'n ander sielkundige wat meer vertrouwd met die kliënt se problematiek is, verwys te word.

Die grondslag van professionele etiese beginsels in sielkunde is; doen wat nodig is tot voordeel van die kliënt, handhaaf kliëntvertroulikheid, respekteer die kliënt se wense en regte en vermy enige negatiewe of skadelike tegnieke. Aanvullend sal spesifieke etiese aspekte omskryf word.

4.5.4.1 Toestemming verkry vanaf 'n ingeligte kliënt

Aanvullend by die etiese beginsels vir hulpverlening is spesifieke beginsels vir navorsing belangrik; naamlik die nodige vrywillige toestemming van die kliënt om die inligting uit die terapeutiese sessies te mag gebruik (Berg, 2007:71). Veral belangrik is dat die kliënt ten volle ingelig is met die werklike feite ter sprake, soos die doel waarvoor die inligting aangewend sal word, asook dat die privaatheid en identiteit van die kliënt nie geskend sal word nie (Berg, 2007:78-80; Creswell, 1994:165, 2007:141, 2009:87; Jantjes, Strümpher & Kotze, 2007:85; McMillan & Schumacher, 2006:334; Welman *et al.*, 2007:201). Die belangrike feit dat die kliënt hom steeds die reg voorbehou om te enige tyd die terapeutiese proses te beëindig, moet ook duidelik aan die kliënt gestel word.

4.5.4.2 Beskerming van kwesbare deelnemer aan die navorsing en herstelling van die deelnemende respondent

In 'n sielkundige hulpverleningspraktyk is die persone kwesbaar en sou so 'n kliënt gebruik word as deel van die navorsing is die etiek in navorsing van die uiterste belang. Ten aansien van hipnoterapie is die etiese beginsels van die terapeut veral betreffende spirituele aangeleenthede van kardinale belang. Vandaar die nodigheid om onder alle omstandighede die onderbewuste se goedkeuring te kry alvorens voortgegaan mag word met die volgende aspek van die terapeutiese hulpverleningsessie (kyk 5.4.1.2 woordassosiasie-vraelys deel een). Marecek (2003:65) som die kompleksiteit van etiek in sielkunde in 'n mate op: "How can researchers best understand, interpret, and present findings?" It is an ethical question as much as it is a scientific one. And there is no easy answer". Die doel van die navorsing is om die toepaslikheid van die werkwysie ter verkryging van heelheid te toets.

Die kliënt is 'n kwesbare deelnemer wat beleef dat hy 'nie in staat is nie' en daarom nie 'n gevoel van heelheid kan beleef nie. Met behulp van die toepassing van die terapeutiese intervensiemodel word die deelnemende respondent in staat gestel om te beleef 'ek is in staat tot' en ek voel heel.

4.5.4.3 Skending van privaatheid

Aansluitend by die beskerming van 'n kwesbare deelnemer aan die navorsing, is ook die etiese verantwoordelikheid om onder alle omstandighede die privaatheid van die persoon te respekteer. Ten einde die skending van die persoon se privaatheid te voorkom, is nodig dat alle identifiseerbare inligting op 'n verskansde wyse gestel word.

4.5.4.4 Kundigheid van die navorser

Die kundigheid van die navorser is te alle tye van die uiterste belang. Gepaardgaande hiermee is die vereiste dat die terapeut binne sy kennis en bevoegdheid sal werk (Berg, 2007:53; Hunter, 2000:145-146). Die navorser is 'n opgeleide opvoedkundige sielkundige met opleiding in onderhoudvoering en daarby ook 'n opgeleide hipnoterapeut.

4.5.5 Die rol van die navorser in kwalitatiewe navorsing

Die navorser het die rol van fasiliteerder vervul in die toepassing van die terapeutiese intervensie van die gevallestudie.

4.5.6 Die analisering van die data

Betreffende die omskrywing van die kliënt inligting verkry en die verwerking daarvan vereis etiek in navorsing ook dat die navorser die inligting tot sy beskikking sal gebruik in die studie en nie inligting vervals, weglaat of self bykomende fiktiewe inligting invoeg, om, sodoende die navorser in staat te stel om aan sy gestelde doel vir die studie te voldoen nie (Creswell, 2009:92).

Die aangetekende data van die terapeutiese verloop is gebruik vir die analisering van die data. Met die analisering van die data is eerstens die inligting verkry met die inname-onderhoud geanaliseer en verwerk tot 'n bewuste diagnose. Daarna is die inligting verkry vanuit die onderbewuste in die woordassosiasie-vraelys gebruik om 'n onderbewuste diagnose volgens die mediese hipnoanalitiese model te verkry (kyk 3.2.3.4 en 3.2.4).

Die hoofaanmeldings-probleem van die kliënt is hulpverlening om die onmag van die oormatige gebruik van alkohol gedurende erge spanning te oorkom. Die persoon beleef dat hy nie 'in staat is tot' nie en hy beleef ook dat hy iets kortkom; of 'n onvermoë om heelheid en 'in staat tot' te beleef. Wanneer die kliënt beleef dat hy wel 'in staat is tot', beleef hy 'n gevoel van heelheid. Die kliënt se stellingname dat hy alkohol wel beheersd kon gebruik gedurende erge spanning en dat hy nie meer 'n gevoel van onmag beleef het nie, is tekenend van 'n persoon wat beleef dat hy 'in staat is tot' en heelheid beleef.

4.6 SAMEVATTING VAN NAVORSINGSONTWERP

Ter oriëntering van die navorsingsontwerp is die navorsingsvrae en die doel van die studie te wete die navorsing van menslike heelheid vanuit 'n spirituele, filosofiese en psigologiese perspektief aan die hand van sekere wesenskenmerke van die mens omskryf. Aansluitend hierby is die daarstelling van 'n terapeutiese intervensiemodel ter bevordering van menslike heelheid waarin hoofsaaklik van onderhoudvoering en hipnoanalyse, disputering vir nuwe betekenisgewing en die vestiging van keusevermoë asook die sinvolheid van die lewe, as tegnieke gebruik gemaak is. 'n Gevallestudie uit 'n privaatpraktyk is as empiriese navorsing gebruik om die intervensiemodel te toets.

Die kwalitatiewe navorsingsontwerp is omskryf aan die hand van onderskeiding en sinoptiese omskrywing van die onderskeie wêreldbeskouinge of paradigmas, naamlik; die opbouende samelewingsiening (kyk 4.3.1), postpositivisme (kyk 4.3.2), voorspraak- en deelgenoot-denkwysie (kyk 4.3.3), pragmatiese siening (kyk 4.3.4), eklektiese siening (kyk 4.3.5), nuttigheidsleer siening (kyk 4.3.6), verbesonderde siening (kyk 4.3.7) en fragmentasie siening (kyk 4.3.8). Die klem in hierdie navorsing was op die opbouende sameleving siening.

Aansluitend hierby is geselekteerde kwalitatiewe strategieë, naamlik; gevallestudie (kyk 4.4.2.4.1), fenomenologiese (kyk 4.4.2.4.2), narratiewe (kyk 4.4.2.4.3), etnografiese (kyk 4.4.2.4.4) en begronde teoretiese strategie (kyk 4.4.2.4.5) omskryf. Die omvangrykheid van die mens word nagevors en die navorser het van 'n gevallestudie met komponente van die fenomenologiese- en narratiewe strategieë gebruik.

Vervolgens is die navorsingsamehang gebruik as omraming van die navorsing. Die navorsingsontwerp stel die kontekstuele raamwerk daar vir die ontwikkeling van 'n sistematiese werkwyse om aan die hand van 'n gevallestudie die toepasbaarheid vir die verwerwing van menslike heelheid na te vors. Aansluitend hierby is die selektering van die persoon vir die gevallestudie en die wyses vir die verkryging van die data en die betroubaarheid daarvan uitgelig. Besondere aandag is gegee aan die analisering van die data.

Die navorsingsmetode wat gebruik is, was 'n gevallestudie met inagneming van etiek in navorsing, veral ten aansien van 'n gevallestudie uit 'n privaat sielkundige praktyk. Ofskoon elke persoon uniek met eiesoortige belewenisse en emosies is, het die mens terselfdertyd baie in gemeen. Elkeen heg sy unieke betekenis aan gebeure, maar die oorkoepelende lewensverloop van die mens toon groot ooreenkomste daar die mens meer eenders as anders is.

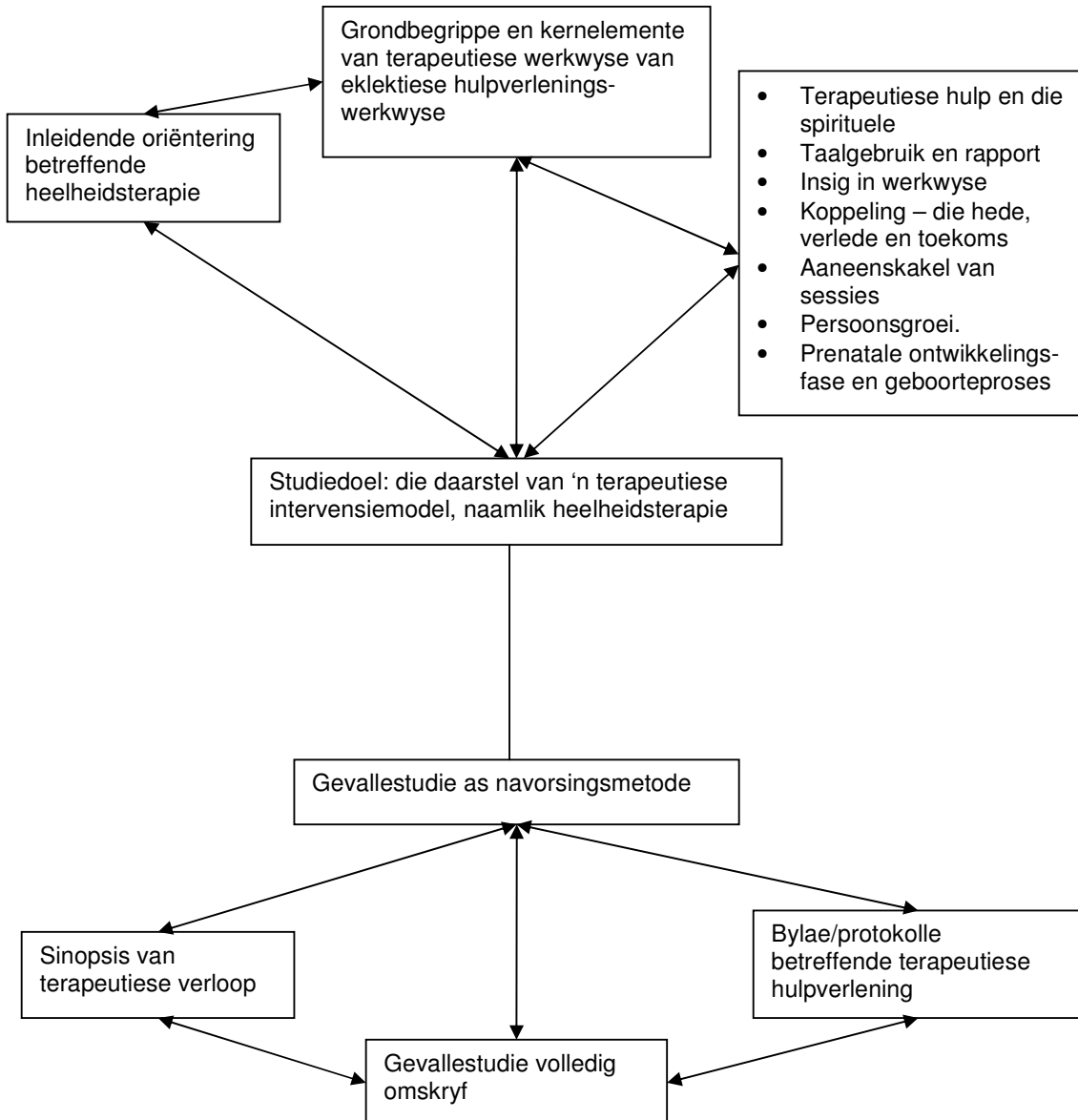
Die navorsingstegnieke van hierdie studie is onderhoudvoering en hipnoterapeutiese intervensie. Nuwe betekenisgewing aan bepaalde gebeurtenisse is met behulp van disputering verkry, waarna keusevermoë en die sinvolheid van die lewe gevestig is.

Die hulpverleningswerkwyse van heelheidsterapie, asook die toepaslikheid daarvan sal vervolgens aan die hand van 'n gevallestudie omskryf word. Kwalitatiewe navorsing is gebruik met die basis paradigma die opbouende samelewing siening. As navorsingstrategie is die studie gebaseer op 'n gevallestudie.

HOOFSTUK 5

DIE ONTWIKKELING EN TOEPASSING VAN DIE HULPVERLENINGSWERKWYSE VAN HEELHEIDSTERAPIE

Die studiedoel vir die daarstel van 'n terapeutiese intervensiemodel met inagneming van die spirituele, filosofiese en psigologiese komponente word in hierdie hoofstuk omskryf en word diagrammaties in figuur 5.1 voorgestel.



Figuur 5.1 Samevattende oorsig van hoofstuk betreffende heelheidsterapie en gevallestudie

5.1 INLEIDENDE ORIËTERING BETREFFENDE HEELHEIDSTERAPIE

Die menslike wese is 'n samestelling van 'n geestelike of spirituele, 'n verstandelike en 'n liggaamlike komponent. Die moderne wetenskaplike era het enorme bydraes gelewer tot die mens se begrip van die kompleksiteit en interverweefdheid van die verstandelike en die liggaamlike. Volgens Midgley (2004:220) is daar ten spyte van die klem op integrasie steeds 'n sterk klem, beide op skool en universiteit op die onderskeid tussen die verstandelike en die fisieke in ooreenstemming met die sienswyse van Descartes, wat tot verwarring aanleiding gee. Die postmodernisme daarenteen beklemtoon die 'vergete' omvangrykheid van die geestelike of spirituele wat bydra tot die harmonieuse eenheid tussen die drie komponente betrokke by die verkryging van heelheid naamlik die geestelike, verstandelike en liggaamlike komponente. Die hulpverleningswerkwyse waarmee die mens wat weens 'n verskeidenheid gebeure fragmentasie beleef, in staat gestel kan word om weer heel te wees, word in hierdie hoofstuk omskryf.

Eksistensiële psigoterapie het volgens May en Yalom (2005:269) gedurende die 1940's en 1950's spontaan in Europa ontstaan, toe sielkundiges besef het dat die mensdom in 'n oorgangsera leef waarin die mens homself as vervreem van sy medemens beleef het. Die inligtingsontploffing van die nuwe millenium se invloed op die wêreld- en mensbeskouing, insluitende die sielkunde, mag volgens die navorser ook 'n omvangryke oorgangsera wees wat besondere eise aan die mens stel, asook moontlik spesifieke klemverskuiwinge in bestaande werkwyse of selfs spesiale hulpverleningswerkwyse benodig. Volgens Mohan en Uys (2006:53) het die belangstelling in en soeke na spiritualiteit en die integrasie van die spirituele in elke dag se aktiwiteite gedurende die 1990's groot momentum gekry.

Mohan en Uys (2006:58) verwys na veranderde sieninge danksy die kwantumfisika waardeur die mens homself en die wêreld nie as apart, of homself as 'n toeskouer sien nie, maar bewus is van die onderlinge verbinding waarin alles saamverbind en aanverwant is. In die lig van die openbare redevoering en strydige stelling in gepubliseerde koerantartikels en boeke soos onder meer: *Die Nuwe Hervorming* (Muller, 2002b); *The Da Vinci Code* (Brown, 2004); *God en die gode van Egipte* (Esterhuyse, 2009); *Die evangelie is op die spel* (König, 2009) mag die mens, maar veral die Christen van vandag, moontlik worstel met 'n diepliggende vertwyfeling op

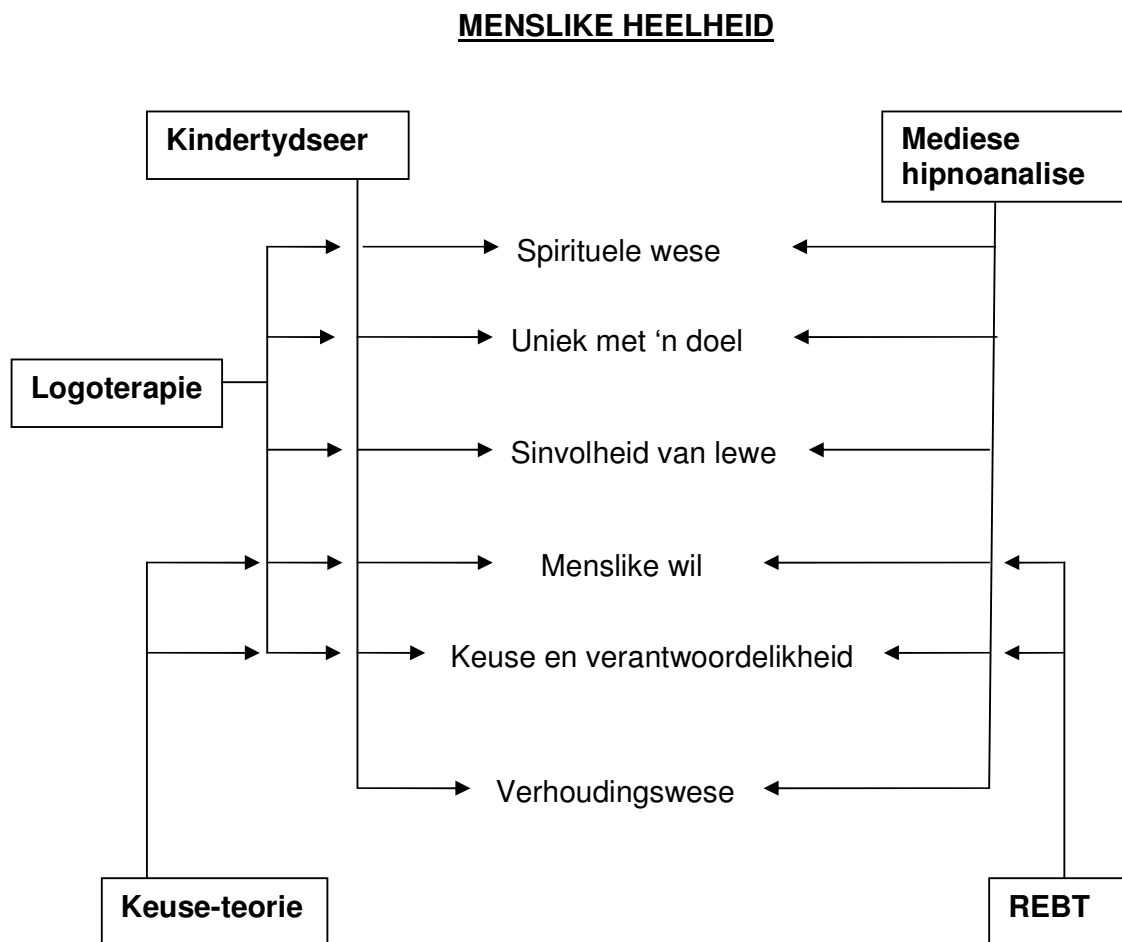
spirituele gebied.

Boekwinkels se rakke vol boeke oor alternatiewe wyses van heling beklemtoon die mens se soeke na antwoorde en behoefte aan hulpverlening in 'n veranderende wêreld (Seligman & Csikszentmihalyi, 2000:7). Elke mens strewe op sy eiesoortige manier daarna om gelukkig en tevrede te wees, antwoorde op sy lewensvrae te verkry en te beleef 'ek is in staat daartoe' en 'ek is heel!' Die klemverskuiwing in psigologie vanaf patologie en gebreke na die benutting van die mens se innerlike krag, vermoëns en 'n positiewe ingesteldheid (Seligman & Csikszentmihalyi, 2000:7) van ek wil beleef dat 'ek in staat is tot' en heel voel, is uiters betekenisvol. Seligman en Csikszentmihalyi (2000:7) verwoord hierdie ingesteldheid soos volg: "Treatment is not just fixing what is broken; it is nurturing what is best".

Die vertwyfeling by die mens van die een-en-twintigste eeu oor die verkryging van wyses van sinvol vorentoe beweeg op sy lewenspad, word in 'n mate verwoord deur die stellingname in een van die Nag Hammadi geskrifte, naamlik die Evangelie van Thomas (Muller, 2002a:7) dat sou die oplossing gesetel wees: "... in die hemel sal die voëls van die hemel voor julle daar wees. As hulle sê: Dit is in die see, sal die visse voor julle daar wees". Die werklikheid is dat die antwoorde in die mens se diepste wese, sy siel, gesetel is; en weens elke mens se eiesoortigheid, is hierdie antwoorde en die betekenisgewing daaraan uniek vir elke mens.

Die ontwikkelde intervensiemodel aan die hand waarvan 'n persoon begelei kan word tot 'n gevoel van 'ek is in staat tot' want 'ek voel heel', is vanweë die mens se omvangrykheid 'n eklektiese terapeutiese hulpverleningswerkwyse. Die grondslag hiervan is die volgende wesenskenmerke van die mens, naamlik die mens as spirituele wese, uniek en met 'n spesiale doel, 'n verhoudingswese met 'n eie wil, keusevermoë, verantwoordelikheid en 'n strewe na 'n sinvolle lewe. Die hulpverleningswerkwyse is ontwikkel deur die byvoeging, oorneem en/of wysiging van tegnieke uit bestaande terapeutiese werkwyse en filosofiese sieninge. Werkwyses wat heelheidsterapie sterk beïnvloed het, is mediese hipnoanalise vanweë die sterk spirituele grondslag en die logiese verloop van die terapeutiese werkwyse. Rationeel-emosionele gedragsterapie se sterk klem op die invloed van die persoon se sienswyse betreffende 'n gebeurtenis en die voortvloeiende optrede beklemtoon die kliënt se vermoë om tot 'n belewenis van ek

is 'in staat tot' te kom aangesien hy sy sienswyse kan verander. Die insluiting van werkwyses uit keuse-teorie gee hoop aangesien die mens sy optrede en sienswyse kan kies en daarom kan beleef 'ek is in staat tot' en 'heel'. Elke mens beskik oor 'n wil waardeur hy sy lewe as sinvol en van betekenis sou wou beleef, wat ooreenkomste toon met logoterapie. Die geweldige invloed van kindertydseer op die volwassene in sy vroeë jare veral, word dikwels oor die hoof gesien in terapeutiese werkwyses en hierdie leemte wil die navorser met heelheidsterapie herstel (kyk figuur 5.2).



Figuur 5.2 Skematiese voorstelling van die interverweefdheid tussen die menslike wesenskenmerke en terapeutiese werkwyses in heelheidsterapie

Die navorser se doel met die daarstelling van hierdie ontwikkelde hulpverleningswerkwyse is nie om bestaande psigoterapeutiese werkwyses te vervang nie, maar eerder aan te vul. Heelheidsterapie is 'n hulpverleningswerkwyse wat as 'n aanvulling kan dien om die mens te begelei in die proses van die verkryging van

heelheid. Na die omskrywing van die teoretiese werkwyse, volg 'n gevallestudie waar die praktiese toepassing van heelheidsterapie omskryf word. Die bylae is protokolle vir die terapeutiese verloop en word aangepas vir elke betrokke kliënt. Die teoretiese omskrywing van die grondbegrippe en kernelemente van hierdie ontwikkelde hulpverleningswerkwyse sal vervolgens omskryf word.

5.2 GRONDBEGRIPE EN KERNELEMENTE VAN DIE TERAPEUTIESE WERKWYSE

Die omskrywing van die grondbegrippe en werkwyse van heelheidsterapie is in wese 'n teoretiese aangeleentheid en vorm normaalweg deel van die hoofstuk betreffende die teorie van die terapeutiese werkwyse ter sprake vir die betrokke studie. Aansluitend hierby is 'n hoofdoel van die studie om 'n toepaslike terapeutiese bemiddelingswerkplan na te vors, te ontwikkel en daar te stel; wat die omskrywing en moontlike toepasbaarheid aan die hand van 'n gevallestudie insluit.

Die grondbegrip waarvandaan die terapeutiese hulpverleningswerkwyse vir heelheid ontwikkel is, is die wesenskenmerke van die mens met spiritualiteit as grondslag. Die belangrikheid van die spirituele in hulpverlening word soos volg deur Frankl (1975:29) verwoord: "Without the spiritual as its essential ground, this wholeness cannot exist. As long as we speak only of body and psyche, wholeness has not yet come in". Marterella en Brock (2008:332) se sienswyse is dat daar meestal 'n swak plek en dikwels selfs konflik voorkom in die verhouding tussen religie, spiritualiteit en terapeutiese stellingname. Om hierdie rede is die gebruik van religie en spiritualiteit in terapie 'n komplekse aangeleentheid en is die etiese implikasies vir beide terapeut en kliënt belangrik (Marterella & Brock, 2008:333). Daarenteen wys Marterella en Brock (2008:333) daarop dat daar ook die sienswyse is dat die terapeut eties verplig is om die kliënt se religieuse of spirituele oortuiging te inkorporeer in die terapie. Die negering van die kliënt se religieuse oortuiging mag van net soveel waarde wees as die persoon se geslag of etnisiteit (Marterella & Brock, 2008:334). Ofskoon hierdie werkwyse vanuit 'n Christenperspektief omskryf word, is die belangrikheid en sensitiwiteit vir ander perspektiewe, maar veral die kliënt se sienswyse van kardinale belang in terapeutiese hulpverlening. Aansluitend hierby mag dit nodig wees dat die terapeut gedeeltes van die bylae of protokolle aanpas. Die protokolle is só saamgestel om vir Christen, agnostikus

en persone met 'n ander spirituele sienswyse van hulp te wees. Slegs die gedeeltes wat relevant is vir die kliënt in sy terapeutiese hulpverlening word vir hom gebruik. Vir die gevallestudie is die gedeeltes wat toepaslik is vetgedruk om hulle te verbesonder. Die kliënt se spirituele sienswyse mag die terapeut selfs noodsaak om na oorlegpleging met die kliënt, die kliënt te verwys na 'n terapeut met 'n soortgelyke spirituele sienswyse as die kliënt. Marterella en Brock (2008:334) is uitgesproke oor die aangeleentheid en maak die stelling: "An important part of the therapeutic process is the therapist's willingness and ability to create an open environment, free of judgment (sic) and bias". Die belangrikste in heelheidsterapie is die insluiting van die spirituele wat volgende aandag geniet.

5.2.1 Terapeutiese hulpverlening en die spirituele

Die sterk beklemtoning en die belangrikheid van die spirituele in terapeutiese hulpverlening is terselfdertyd ook 'n netelige aspek wat met omsigtigheid deur die terapeut hanteer moet word. Volgens sielkundiges word 'n toename gevind in die behoefte by kliënte om gedurende die terapeutiese verloop oor spirituele aspekte te praat (Tummala-Narra 2009:84). Die spirituele is die onsigbare transenderende geïntegreerde kragbron, die kern van die wesenlike van die mens waardeur betekenis en sinvolheid verleen word aan gebeure en die mens se unieke doel willend vergestalt kan word (Ellison, 1983:331). Volgens Tummala-Narra (2009:84) is stilsywe oor die spirituele gedurende terapeutiese intervensie 'n vermyding van kernelemente van die kliënt se innerlike lewe.

Die spirituele is ook die hoofkomponent van die mens se grenslose interverweefdheid en onbeperkte bestendige persoons groei (Thurman, 1994:26). Aanvullend hierby is volgens die navorser die spirituele as 'lewensenergie' 'n integrale deel van elke terapeutiese sessie. Die wyse waarop die spirituele 'sigbaar' is in die terapeutiese verloop word bepaal deur die terapeut, die kliënt en die inhoud van gebeure wat gedurende die spesifieke sessie verwerk word. Die mens as spirituele wese se onsterflike siel of gees is die entiteit wat onlosmaaklik verbind is met God, die Goddelike, die Universele Kragbron. As die mens beleef dat hierdie verbinding verbreek is, beleef die persoon 'n gemis wat op 'n verskeidenheid van wyses mag manifesteer. Deur die belewenis van samevoeging en herstel in hierdie essensiële verbinding kan

heelheid verkry word.

Die mens as geestelike wese is altyd in 'n dubbele verhouding, verhoudinge in verskillende sfere. Vanuit die Christenperspektief volgens die liefdesgebod, is hy eerstens in 'n verhouding met sy God en daarnaas sy verhouding met sy medemens soos homself (Die Bybel (Naslaan) Mat 22:37-39, 2004:33). Volgens Buber (in Smith, 1987:15) is die mens altyd in 'n dubbele verhouding naamlik die Ek – Jy en Ek – Dit verhouding (kyk 2.8.2). Hierdie verhoudinge word vergestalt op verskillende vlakke (Smith, 1987:50 & 129); die aardse of sienlike vlak (die Ek – Dit) en ook die bomenslike of die spirituele en onsienlike sfeer (die Ek – Jy) (Smith, 1987:18). Om heelheid te kan beleef, is volgens die navorser vir die mens nodig om beide hierdie verhoudinge elkeen op die mens se eiesoortige wyse te vergestalt.

Die eerste belewenis van die verbreking van 'n hegte verbinding is die geboorteproses. Die hegte verbinding tussen die moeder en die baba deur die naelstring is 'n unieke en eensoortige verhouding tussen moeder en kind. Ofskoon hierdie eiesoortige verhouding na geboorte verbreek word, beteken dit geensins dat die verhouding tussen die moeder en haar baba/kind verbreek word nie. Ongeag die omstandighede verbonde aan, asook die baba se belewenis van gebeure gedurende die prenatale fase en gedurende die geboorte, is geboorte 'n ingrypende, omvangryke skeidingsbelewenis. Vandaar die belangrikheid in heelheidsterapie van die *herbelewing* van die geboorteproses om die beleefde skeiding te verander na 'n samevoegingsbelewenis. Die samevoeging is in die eerste plek 'n 'herstel' in die verbreking van die fisieke lewegewende naelstring deur die daarstelling van 'n irreële spirituele lewegewende 'ligliefdesnaelstring' wat nooit verbreek kan word nie en ewigdurend is. Hierdeur kan die persoon 'n transenderende, lewensverrykende en ewigdurende verbinding met sy Skepper, God, [die goddelike, die Universele Kragbron], bevestig of verkry; maar word hy ook in staat gestel om 'n band met sy innerlike kind te vorm. Hierdie band met die innerlike kind vorm die basis vir die stig van gesonde verhoudinge asook intimiteit. Sodoende is die persoon in staat om later die 'liefdesgebod' te aktualiseer deur sy verhouding met God en sy medemens soos myself; want hy het *geleer* om bo en behalwe sy band met God 'n band met homself te stig en homself lief te hê. Hierdeur verkry die mens heelheid in eenheid; 'n spirituele 'hergeboorte' in samevoeging.

Ofskoon die oorspronklike geboorte en 'hergeboorte' 'n eenmalige proses is, word die invloed daarvan en die belewenis van die herverbindingsbelewenis deur andersoortige belewenisse versterk. Vanweë die bedinking en bevestiging daarvan deur die persoon op sy eiesoortige wyse, maar in die terapeutiese situasie manifesteer dit deur herhaalde verwysing, soms indirek en veral deur taalgebruik.

5.2.2 Taalgebruik en rapport

Die beklemtoning van taalgebruik spruit uit die skeppende, helende en bemoedigende waarde van die gesproke woord. Deur positiewe taalgebruik word die terapeutiese proses bevorder aangesien verandering daardeur impliseer kan word. Liggaamstaal is ook van groot belang gedurende enige terapeutiese interaksie en behoort in kongruensie met die gesproke taal te wees. Die boodskap wat die terapeut met die eerste ontmoeting aan die kliënt oordra, is van groot belang. Die kliënt is onseker, gespanne en moontlik bang, bekommerd of ontsteld en onkundig oor wat van hom verwag sal word, asook wat gaan gebeur. Om genoemde redes is belangrik dat die kliënt op 'n gemaklike, rustige en vriendelike, maar professionele wyse deur die terapeut ontmoet en begelei word na die terapiekamer. Na die algemene ontmoeting en verwelkoming, word 'n vraag gevra om die belangrikheid van die kliënt as mens en sy welstand oor te dra, soos: "Was die parkering voldoende?" of "Was die pdaanwysing duidelik?" of "Was die verkeersvloei druk?" Die fokus van 'n positiewe formuleringswyse op hulpverlening pleks van die problematiese is uiters nodig en bevorder ook aanvaarding en 'n vertrouensverhouding (kyk rapport 3.2.5.1.1). Aanvullend tot positiewe taalgebruik benadruk Glasser (2001:25-26) die waarde van die gebruik van werkwoorde (kyk 3.4.2.2) in die plek van selfstandige naamwoorde. Die werkwoord omskryf die wyse van optrede en deur die keuse van 'n meer voordelige wyse van doen, word verandering van aktiwiteit en die gevoel van 'ek is in staat tot' oorgedra.

Die kontinue keuse volgens keuse-teorie van 'n positiewe woordgebruik asook die gebruik van werkwoorde plaas die klem deurgaans op verandering, maar veral op 'ek is in staat tot'. Deur die aksent te plaas op verandering en keusemoontlikheid word die verband tussen verantwoordelikheid vir eie insette as natuurlike uitvloeisel van keuse en optrede aangetoon. Verder word betekenis uitgewys wat verleen word aan lewensgebeurtenisse ('n aspek van REBT), asook die sinvolheid van die lewe ('n aspek

van logoterapie). Aansluitend by Glasser se gebruik van werkwoorde en positiewe taalgebruik, is die feit dat die onderbewuste nie negatiewe woordgebruik met die dubbele ontkenning 'nie' kan verstaan nie. Daarom moet die terapeut die dubbele ontkenning 'nie' en die gebruik van woorde soos 'gladnie' sover moontlik vermy. Die navorser het 'geensins' gebruik om ontkenning te kommunikeer.

Aansluitend by Glasser se siening is die eerste terapiegerigte vraag aan die kliënt: "Waarmee *wil jy hê* moet *ek jou help*?" Hierdeur verwoord die terapeut sy bereidwilligheid tot hulpverlening, die kliënt se daadwerklike aandeel en verantwoordelikheid in die terapeutiese proses, asook die daarstelling van 'n verwagting vir verandering. Aanvullend daarby word die funksie en verantwoordelikheid van beide die kliënt en terapeut uitgespreek, asook 'n verhoudingsrol tussen die kliënt en die terapeut tot stand gebring. Die rol van die kliënt is dus die volgende:

- Die kliënt het die keuse uitgeoefen om te kom vir hulp (en die terapeut is die persoon wat die hulp vir verandering verleen);
- die kliënt doen die werk gekoppel aan die verandering (onder die leiding van die terapeut);
- die kliënt is in die beherende posisie en bepaal grootliks die welslae van die hulpverleningsproses aangesien die kliënt die persoon is wat verantwoordelikheid aanvaar vir die keuses wat hy uitoefen of nie uitoefen nie;
- die verantwoordelikheid vir die verandering berus by die kliënt (terwyl die terapeut die nodige hulp en ondersteuning verleen);
- die kliënt is vry om te enige tyd die terapeutiese hulpverlening te staak.

Die rol van terapeut stel deurslaggewende vereistes en behels die volgende:

- Die terapeut tree te alle tye eties op;
- hy neem kennis van die kliënt se spirituele sienswyse en respekteer dit deurgaans;
- die terapeut doen alles binne sy vermoë om die kliënt te help. Ook indien nodig, gee hy die opsie van 'n ander terapeut op 'n taktvolle en vriendelike wyse, sou hy van mening wees dat dit tot die kliënt se voordeel is;
- hy doen die nodige voorbereiding vir elke sessie, is *oop* vir die invloed van gebeure sedert die vorige terapeutiese-sessie en pas die terapeutiese verloop dienoreenkomstig aan;

- hy betrek die kliënt deurlopend op so 'n wyse dat die kliënt besef die doel van die terapie is bystand met sy helingsproses.

Daar elke persoon 'n voorkeurwyse vir konsentreer sowel as 'n ontspanmodaliteit het, moet die terapeut hierdie voorkeure van die kliënt verkieslik gedurende die inname- onderhoud, anders gedurende die daaropvolgende sessie, vasstel (kyk bylaag 2.3). Die onderskeie modaliteite is dié van sig of 'n visuele wyse; dié van gehoor of die ouditiewe, of dié van beweging, naamlik die kinestetiese wyse. Deur fyn te luister na die wyse waarop die kliënt die problematiese oordra, kan die terapeut vasstel watter voorkeurwyse die kliënt het. Byvoorbeeld hy verbaliseer; “ek *sien* hoe ...”; “ek *sien* geen ander uitweg ...”; teenoor: “ek *hoor* hoe hulle ...”; “niemand *luister* wanneer ...”; óf “ek *werk* so hard aan ...; ek *doen* alles wat ...”. Gedurende die hulpverleningsperiode, alvorens die kliënt se stresmodaliteit vasgestel is, moet verkieslik van al drie die modaliteite afwisselend gebruik gemaak word (Marcial, 1988:67).

Gedurende 'n spanningsvolle situasie sal die persoon oor die algemeen sy voorkeurwyse van konsentreer vir kommunikasie gebruik. Deur die persoon te antwoord vanuit dieselfde modaliteit word gesprekvoering vergemaklik aangesien die persoon beleef die terapeut luister na wat hy sê, verstaan en ag hom. Aanvullend daarby is nodig om sekere kernwoorde wat die persoon genoem het, in die antwoord te herhaal. Hierdeur bevestig die terapeut ‘ons praat dieselfde taal’ wat kommunikasie na 'n dieper vlak bevorder.

Herhaling is van groot waarde in die vaslegging van inligting. Vir die kliënt wat in 'n gespanne toestand is vanweë die problematiese, is herhaling sinvol. Deur belangrike inligting op drie verskillende wyses gedurende 'n terapeutiese-sessie te herhaal, word die inligting vasgelê en kan wanneer nodig herroep word. Herhaling is veral belangrik om die impak van verkreeë nuwe insigte en die betekenisgewing aan die veranderde sienswyse vas te lê. Die rol wat insig in terapeutiese hulpverlening speel is van kardinale belang en word vervolgens omskryf.

5.2.3 Die rol van insig in die terapeutiese werkwyse

“Waarom het dit gebeur? Wat is die oorsaak?” Hierdie menslike vrae bevestig die

belangrikheid van die terapeutiese begeleiding tot die verkryging van insig gedurende die hulpverleningsproses. Die terapeutiese werkwyse is omvattend en sluit die identifisering en uitwerking van die 'oorsaak' van die problematiese in, sowel as die verwerking van die problematiese, asook die positiewe uitkoms daarvan in.

Die oorsaak van die probleem lê opgesluit in die eerste keer wat die persoon die belewenis van 'n emosie soortgelyk aan die van die aanmeldingsprobleem beleef het. Hierdie is vanuit die mediese hipnoanalisesmodel die oorspronklike gebeurtenis (kyk 3.2.3.1), maar volgens rasioneel-emosiewe gedragsterapie is dit die gevoelens en gedagtes wat die persoon gedurende die gebeure beleef het (kyk 3.3.2.2).

Op grond van die belewenis en betekenis van die beleefde gebeurtenis het die persoon tot 'n gevolgtrekking gekom en 'n besluit gemaak, 'n keuse-teoretiese aspek waarvolgens hy opgetree het (kyk 3.4.2.1). Die grondliggende rede vir die besondere optrede was dat hierdie optrede volgens die persoon die beste oplossing in daardie spesifieke omstandigheid is. Aangesien die besondere gebeurtenis op enkele uitsondering na op 'n vroeë ouderdom gebeur het en die persoon op daardie stadium oor 'n beperkte kognitiewe vermoë beskik het, kan die betekenisgewing vanuit 'n volwasse perspektief as irrasioneel beskryf word. Deur die persoon te begelei om die gebeure vanuit 'n volwasse objektiewe en rasionele perspektief te herbeteen, kan die persoon tot 'n ander gevolgtrekking kom. Hierdeur kan die persoon die gebeure in 'n ander lig sien en daardeur tot 'n ander sienswyse kom en sodoende die gebeure verwerk. Die uitkoms hiervan is dat die persoon op grond van 'n rasionele interpretasie kies om op 'n meer toepaslike wyse op te tree. Belangrik hier is dat die terapeut die verband tussen die 'oorsaak' en die irrasionele besluitneming en optrede aan die een kant, asook die verwerking tot rasionele betekenisgewing en optrede aan die ander kant, vir die kliënt sal uitlig en verduidelik.

5.2.4 Koppeling van die verlede, die hede en die toekoms

Aansluitend by die nuwe insig wat die kliënt verkry het, is belangrik dat die koppeling tussen die verlede, hede en toekoms aan die kliënt verduidelik sal word (kyk Dilthey se siening in 5.2.6 vierde paragraaf). Om die insigte te verkry waardeur die kliënt versterk word, is nodig dat die verband tussen die betekenisgewing aan 'n belewenis in die

verlede met die persoon se optrede in die hede aan die kliënt uit te wys. Hierdeur word die groot ooreenkoms met REBT se siening betreffende betekenisgewing aangedui (kyk A – B – C-model 3.3.3.2). Daar word aan die kliënt bevestig dat die verlede verby is, hy nou in die hede dit weet en in die toekoms geleentheid gegee word vir nuwe betekenisgewing. Aangesien hy die toekoms tegemoet gaan, is hy 'in staat tot', en verkry hy heelheid.

Hierdie koppeling tussen die verlede, hede en toekoms word beide in die hipnotiese trans, sowel as die bewustelike bespreking verduidelik en deurgetrek. Sodoende kan die kliënt verstaan waarom hy so 'oorreageer' het of 'anders' as sy gewone self opgetree het. Hier word gebruik gemaak van die mediese hipnoanalitiese siening van die drievoudige allergiese teorie (kyk 3.2.3.1). Hierdeur kan die kliënt die negatiewe betekenisgewing uit die verlede sien as iets wat gebeur het, maar hom geensins meer kan beïnvloed – hy is daarom 'in staat tot' en kan hierdeur tot 'n gevoel van heelheid kom. Om hierdie positiewe belewenisse te versterk, is nodig dat daar 'n aaneenskakeling van die sessies sal wees, wat vervolgens omskryf word.

5.2.5 Die aaneenskakeling van die terapeutiese-sessies

Met terapeutiese kontinuïteit in gedagte, word met die aanvangsgesprek, gedurende rapport-stigting, gevra na die effek van die vorige sessie. Vrae soos byvoorbeeld: "Toe jy na die vorige sessie by pragtige blomme verby geloop het en dit gesien het, watter positiewe gevoel het jy beleef?" Die terapeut erken die antwoord en vra die kliënt om van die ander belewenisse of optredes te vertel. Na afloop hiervan kan voortgegaan word met die positiewe versterking en vestiging van 'n gevoel van 'in staat tot' en 'ek voel heel'. Hierdeur word die kliënt gehelp om voort te gaan met sy persoonsgroei en die gevoel van heelheid te bevorder.

5.2.6 Persoonsgroei

Die mens as persoon is gedurende sy lewenspad kontinu in die proses van persoonsgroei aangesien die mens wel ouer word, maar steeds 'groei'. Hillman (1999:xviii) verklaar in dié verband: "As character directs aging, aging reveals character".

Gedurende die afsluitingsfase van die terapeutiese hulpverlening gebaseer op die kliënt se aanmeldingsprobleem word die terapeutiese verloop met die kliënt bespreek. Met hierdie gesprek word die toe-en-nou weer eens sterk beklemtoon. Die 'toe' as gebeure, die betekenisgewing daaraan met die daaropvolgende optrede wat 'n negatiewe uitkoms meegebring het, word weer aan die kliënt verduidelik. Daarna volg die beklemtoning van die hier-en-nou waar die rasonale besluitneming, betekenisgewing en optrede benadruk word asook die positiewe uitkoms wat reeds plaasgevind het, die aktualisering van persoonsmoontlikhede en unieke doel, word sodoende versterk. Hierdeur word die kliënt in staat gestel om in wese die verlede vanuit 'n ander perspektief waar te neem en gedistansieerd te sien as 'n deel van 'n groter geheel. Sodoende is die persoon in staat om die gebeurtenisse te herinterpreteer en nuwe betekenis daaraan te heg (Dreyer, 2005:19) en heelheid te verkry.

Die taalgebruik gedurende die versterking van 'n nuwe stellingname is van die uiterste belang. Deur die positiewe uitkoms drie keer op effens verskillende wyses te noem, word hierdie nuwe sienswyse diep en permanent vasgelê. Sodoende kan die kliënt nou in die toekoms verder op hierdie nuwe sienswyse as grondslag sy nuwe lewensreis in heelheid voortsit (Erkenning aan SASCH, 1996).

Die bespreking van die terapeutiese verloop is ook 'n bevestiging van die mens se begrip van die aaneengeskakelde beweging in tyd waarin die hede, die verlede en die toekoms die hede word. Slegs die hede is werklikheid; net daar kan die mens ervaar en beleef. Die verlede bestaan uit herinneringe en die toekoms is slegs verwagtinge (Dilthey, 1986:149). Dilthey (1986:149) omskryf die belangrikheid van die hede soos volg: "The present is *the filling of a moment of time* with reality; it is *experience*, in contrast to memory or ideas of the future" [beklemtoning deur die navorser]. Hierdeur word die belangrikheid van 'n toekomsverwagting en van 'n positiewe ingesteldheid beklemtoon, want daarsonder is die hede leeg en sonder die moontlikheid van vervulling. Vandaar die verskuilde waarheid in bekende liedjies soos: "... any dream will do" of die gedeelte uit South Pacific van Rogers en Hammerstein: "If you don't have a dream, how you gonna have a dream come true?" Deur die integrasie van die verlede, hede en toekoms beleef die kliënt 'n nuwe toekomspektief van 'ek is in staat tot' en 'ek is heel'. As 'groeierende' bevestiging van die veranderde wesenlikheid

van die kliënt se lewe vorentoe word hy gelei deur sy figuurlike lewenstuin (kyk bylaag 8) wat 'n weerspieëling van sy veranderde beleweniswêreld in heelheid is. Aangesien 'lewe' reeds voorgeboortelik 'n aanvang neem, word die prenatale fase vervolgens omskryf.

5.2.7 Die prenatale ontwikkelingsfase en die geboorteproses

Kennis oor die kronologiese voorgeboortelike ontwikkeling van die baba gee aan die terapeut die nodige agtergrondkennis om die kliënt deur hierdie fase te begelei. Volgens VERNY en KELLY (1988:50) is die baarmoeder die baba se eerste wêreld en sy belewenis daarvan is die basis van persoonlikheid en karakter. Belewensse in die baarmoeder vorm die persoon se predisposisie tot sekere karaktertrekke en optrede in spesifieke omstandighede. Volgens BERK (1989:102) is sommige navorsers daarvan oortuig dat voortdurende spanningsdruk op die verwagte moeder, die baba affekteer en mag 'n verhoogde vlak van irritasie, rusteloosheid en spysverteringsversteuringe voorkom. Vanuit die mediese hipnoanalise model word die prenatale fase as die kernfase vir die verkryging van heelheid beskou. Die inligting wat volg is net 'n sinopsis van 'n ingewikkelde proses van gespesialiseerde selverdeling en orgaan groei wat gedurende die 38 weke na ovulasie en bevrugting plaasvind.

5.2.7.1 Die eerste trimester

Binne 'n paar uur na bevrugting volgens BRENDT (1992:117) en binne 24 tot 36 uur volgens MUSSEN *et al.* (1990:58) nadat die spermsel die eisel bevrug het, vind die eerste seldeling in die sigoot plaas (BERK, 1989:91, 1994:95). Op die vierde of vyfde dag wanneer die blastosist reeds uit sowat 60 – 70 selle bestaan (BERK, 1989:91, 1994:95) beweeg die blastosist deur die fallopiese buis, om hom stewig aan die uteruswand te heg.

Die blastosist wat reeds uit duisende selle bestaan heg hom stewig aan die uteruswand vas gedurende die sewende tot tiende dag (BERK, 1989:91, 1994:95, 2006:85) of tiende tot veertiende dag (MUSSEN *et al.*, 1990:58). Die moeder en die fetus deel nog dieselfde bloed wat dus meebring dat dieselfde bloed ook deur die fetus sirkuleer. Daarom kan die moeder se emosionele toestand asook die inname van voedingstowwe en enige ander substans in die moeder se bloed die embrio beïnvloed (MUSSEN *et al.*, 1990:60).

Drie weke na bevrugting word drie verskillende lae naamlik die ektoderm, mesoderm en endoderm in die embrio gevorm. Die ektoderm ontwikkel later in die senuweestelsel en die vel (Berk, 1989: 88; Berndt, 1992:118) terwyl die mesoderm die spiere, skelet, sirkulasie van die bloed en ander interne organe vorm. Die endoderm word later die spysverteringstelsel, longe, kliere en urinêre stelsel (Berk, 1989:88). Gedurende die middel van die eerste maand vorm die ribbes, die interne organe en eie bloedsomloopstelsel; die spysverteringstelsel, longe en niere (Berk, 1989:86). Die hartjie begin klop om self aan die organe en spiere bloed te voorsien (Berk, 1989:92, 1994:98-99, 2006:89; Berndt, 1992:118). Breinaktiwiteit kan reeds tussen die vyfde en sesde week na bevrugting waargeneem word (Wikipedia; Pregnancy, 2009:6).

Die brein ontwikkel die vinnigste en na sowat drie en 'n halwe weke word die brein aan die boonste deel van die neurale buis gevorm. Deur die neurone of senuweeselle word inligting gestoor en oorgedra. Die neurone begin om diep in die neurale buis te ontwikkel teen 'n tempo van ongeveer 250 000 per minuut. Nadat die neurone gevorm is beweeg hulle soos dun draadjies na hulle permanente posisie, waar hulle die grootste gedeelte van die brein vorm (Berk, 1989:88-89). Aan die einde van die eerste maand is die embrio ses millimeter lank en bestaan reeds uit miljoene georganiseerde groepselle met spesifieke funksies (Berk, 1989: 89).

Die vyfde en sesde week is ook die ontwikkelingstadium wanneer die armpies begin ontwikkel (Kitzinger, 1996:24). Die hele gesiggie, neusie, ogies, mondjie asook die handjies, vingertjies, beentjies, voetjies en toontjies is reeds in 'n menslike vorm gevorm (Berndt, 1992:120). Na agt weke lyk hy net soos 'n klein mensie en word na hom as 'n fetus verwys (Berk, 1989:92, 1994:96; Berndt, 1992:119-121) met 'n lewer en milt wat bloedselle vervaardig (Berk, 1994:99; Mussen *et al.*, 1990:62-63). Vanaf agt-en-'n halwe week reageer die fetus op gevoel en tas, veral by die mond en voetsole en is die geslagsdele volledig gevorm (Berk, 1994:99; Berndt, 1992:120; Mussen *et al.*, 1990:64). Gedurende die derde maand ontwikkel die eksterne geslagsorgane verder, spiertjies ontwikkel en die fetus doen 'oefeninge' deur die armpies en die beentjies te beweeg (Berndt, 1992:121; Kitzinger, 1996:30; Mussen *et al.*, 1990:65). Die brein stuur boodskappe en die toontjies kan opgekrul word, mondjie kan oop-en-toe gemaak word en hy kan selfs aan sy vingertjies, veral duimpie suig (Berk, 1994:99). Die fetus het

gesigsuitdrukkinge soos frons (Berk, 1989:92-93) en kan sy lippies saampers (Kitzinger, 1996:27). Hy drink selfs van die amniotiese vloeistof en die niere word gestimuleer om 'uriene' af te skei (Berk, 1994:99-100; Kitzinger, 1996:35). Die vingertjies is die eerste speelgoed waarmee die baba kan speel (Kitzinger, 1996:42). Vanaf die negende tot twaalfde week neem die ontwikkeling en die verbindings tussende senuweestelsel en die organe 'n aanvang (Berk, 1994:96).

5.2.7.2 Die tweede trimester

In die vierde maand van swangerskap of 16 weke, kan die sagte fladderende beweginkies van die baba deur die mamma gevoel word (Berndt, 1992:122; Kitzinger, 1996:36; Mussen *et al.*, 1990:65). Fyn haartjies verskyn op die koppie en lyfie (Mussen *et al.*, 1990:65).

Vanaf die vyfde maand (20 weke) vergroot die breingrootte tot met geboorte tienvoudig (Berk, 1989:89). Die hele lyfie word bedek met 'n wit stof (*vernix caseosa*) om die fyn velletjie te beskerm (Berk, 1994:100; Berndt, 1992:122; Kitzinger, 1996:39).

Op die ouderdom van ses maande is die ogies volledig gevorm (Mussen *et al.*, 1990:66), maar die ooglede is toe. Gedurende hierdie tydperk ontwikkel die smaakorgane op die tong (Mussen *et al.*, 1990:66) en reageer hy op stimuli soos byvoorbeeld die geluid van die wasmasjien (Berk, 1989:94); geluide kan die baba ontstel of gerus stel (Berk, 1994:100). Volgens Verny en Kelly (1988:39) het musiek 'n groot uitwerking op die fetus. So sal musiek van Mozart en Vivaldi die baba laat ontspan, terwyl musiek van Brahms, Beethoven en sekere *rock* musiek die baba ontstel. Die baba kan die stem van sy moeder herken en reageer daarop deur onder andere te beweeg. Harde geluide laat die fetus skrik en hy beweeg angstig rond (Kitzinger, 1996:48). Wanneer 'n skerp lig op die fetus gerig word deur onder andere 'n fetoskoop, bedek hy sy ogies (Berk, 1994:100). Meestal wanneer die moeder rus of slaap, is die fetus wakker en beweeg hy rond (Kitzinger, 1996:48). Die moeder is ongemaklik as gevolg van die drukking op haar blaas en maag (Wikipedia, Pregnancy, 2009:6).

5.2.7.3 Die derde trimester

Vanaf die sewende maand groei die baba baie vinnig (Berk, 1994:102). Gedurende die sewende en die agtste maand is die longsakkies nog nie goed genoeg gevorm om suurstof in te neem en koolsuurgas uit te skei nie. Daarom het die vroeggebore baba bykomende suurstof nodig om te oorleef. Die serebrale korteks vergroot terwyl die breinvoue ontwikkel. Die brein-oppervlakte vergroot hierdeur, ofskoon die bringrootte nie verander nie. Aan die einde van die agste maand draai die baba sy koppe na onder ter voorbereiding van die geboorteproses (Berk, 1994:102) wat vervolgens omskryf sal word.

5.2.7.4 Die geboorteproses

Gedurende die geboortefase word die baba van die moeder geskei. Met 'n normale geboorte beleef die baba baie druk, pyn en spanning. Met 'n keisersnit-geboorte is daar nie die normale voorbereiding vanaf die baba vir die skeiding nie en mag hy beleef dat hy ru van sy moeder verwyder is.

Na die geboorte beleef die baba vir die eerste keer direkte kontak sonder die beskermende vrugwater van die baarmoeder. Die knip van die naelstring waardeur die baba vir die eerste keer finaal van sy moeder geskei is, is 'n ingrypende gebeurtenis vir die baba. Hierdie is 'n uiters belangrike fase in 'n persoon se lewe aangesien dit die eerste keer is wat hy beleef dat hy geskei word van alles wat vir hom bekend was. Selfs al was daar gedurende die prenatale fase negatiewe belewenisse deur die baba, word hierdie as die eerste onherroeplike skeiding gesien. Vandaar die belangrikheid wat aan hierdie fase in die terapeutiese hulpverlening verleen word. Veral van kardinale belang is die metafoer van die herverbinding deur die 'ligliefdesnaelstring'. Die herverbinding is vanuit 'n psigologiese perspektief belangrik want die baba beleef weer dat hy verbind is en geensins alleen is nie. Vanuit 'n spirituele perspektief is dit in wese 'n 'hergeboorte' waardeur die baba/persoon met 'n onvernietigbare band verbind is aan God sy Skepper [die goddelike, die Universiële Kragbron] en sodoende is hy in staat om te beleef 'ek behoort tot' en 'is in staat tot' en kan heelheid beleef.

Die klem in hierdie studie is op die algemene veranderinge waaraan die baba gedurende en direk na geboorte onderwerp is. Net soos elke persoon uniek is, is elke

swangerskap- en geboorte – belewenis eiesoortig vir beide die moeder, maar veral só vir die baba. Die tydperk in die uterus was die baba beskermend omring deur die warm amniotiese vloeistof, kon slegs gedempte klanke en lig waargeneem word en was hy beskerm teen direkte kontak (Berk, 1989:105, 1994:128). Vervolgens word verskillende wyses van geboorte opsommend omskyf.

5.2.7.4.1 Die normale geboorteproses

Gedurende die normale geboorteproses word die baba deur kragtige sametrekkinge van die uterus deur die geboortekanaal gedruk. Die baba se kopie is dus onderhewig aan sterk drukking. Die drukking op die plasenta en naelstring tydens die sametrekkinge van die uterus het tot gevolg dat die baba 'n tydelike suurstofgebrek beleef. In kontras met die negatiewe uitwerking wat die spanningsdruk op die ongeboore baba het (kyk 5.2.7), is die spanningsdruk wat die baba gedurende die geboorteproses beleef tot sy voordeel. Die hoë afskeiding van streshormone stel die baba in staat om te verseker dat die brein en hart steeds 'n ryk suurstofvoorsiening het, ten spyte van die verlaagde suurstof toevoer deur die naelstring. Die verhoogde afskeiding van streshormone dra ook by tot die uitsetting van die brongiale buise en help om die vloeistof in die longe meer doeltreffend te absorbeer wat tot gevolg het dat die baba effektief na geboorte kan asemhaal (Berk, 1989:105, 1994:128). Berk (1989:105-106, 1994:128) is van mening dat die verhoogde streshormone wat gedurende die geboorteproses afgeskei word, die baba in staat stel om suksesvol aan te pas by die veranderende omgewing waardeur die verhoudingsband tussen moeder en baba bevorder word.

5.2.7.4.2 Induksie-geboorte

Die term induksie-geboorte verwys na 'n mediese ingreep waardeur die geboorteproses vervroeg word. Die aanvang van die geboorteproses kan verhaas word deur die toediening van die hormoon oksitosien. Die hormoon oksitosien stimuleer die kragtige sametrekkinge van die uterus gedurende die geboorteproses (Berk, 1994:137). Die vervroegde aanvang van kontraksies bring mee dat die sametrekkinge sterker is, langer duur en met korter tussenposes voorkom. Die verminderde tydsduur tussen die kontraksies kan tot gevolg hê dat die suurstoftoevoer deur die plasenta verminder is. Hierdeur word die moontlikheid dat die baba 'n suurstofgebrek gedurende geboorte beleef, verhoog (Berk, 1994:137). Die invloed wat 'n suurstofgebrek gedurende

geboorte op 'n persoon se belewing van 'ek lewe' of 'ek is in staat tot' of 'ek voel heel' mag verreikende gevolge hê en die persoon se heelheidsbelewenis grootliks beïnvloed (kyk WZS 3.2.3.4.1; IDP 3.2.3.4.2; geboorte suurstofgebrek-sindroom 3.2.3.4.4).

5.2.7.4.3 Geboorte met behulp van instrumente

Sou probleme gedurende die finale fase van die geboorteproses voorkom kan 'n spesiale intervensie nodig wees. Gedurende sodanige komplikasie maak die dokter van spesiale instrumente onder andere 'n verlostang of vakuumentrekker gebruik, ten einde die baba deur die vaginale opening te help. Die gebruik van sodanige instrumente gaan gepaard met 'n risiko van hoofbeserings by die baba (Berk, 1994:137). Die omvang van sodanige geboortetrauma waar die baba inderdaad 'vassit' en nie vorentoe kan beweeg nie, gekombineer met 'n verminderde suurstofvoorsiening mag 'n sterk invloed op die persoon se latere optrede in veral spanningsvolle lewensomstandighede hê. Die belewenis van 'vassit' mag deur die baba beleef word as 'ek gaan dood'; en/of 'ek is nie in staat tot nie'. Hierdie kan die oorspronklike gebeurtenis wees waartydens die baba aan erge spanningsdruk onderwerp is (kyk WZS 3.2.3.4.1; IPD 3.2.3.4.2; geboorte suurstofgebrek-sindroom 3.2.3.4.4)

5.2.7.4.4 Keisersnit-geboorte

Die keisersnit-geboorte word beskou as 'n operasie. Die moeder verkeer onder verdoving volgens die wyse van anestesie soos vooraf ooreengekom met die narkotiseur en ginekoloog terwyl die baba via 'n abdominale snit uit die uterus verwyder word (Berk, 1994:138; Berndt, 1992:148). Die keisersnit-geboorte kan onder sekere omstandighede gesien word as 'n *'lewensparende'* geboorteproses (Berndt, 1992:148) vanweë die risiko verbonde aan veral suurstofnood of ander komplikasies vir beide moeder en baba wat 'n natuurlike geboorteproses sou meebring (Berk, 1994:138). Na die keisersnit mag die baba slaperig wees of asemhalingsprobleme ondervind. Berk (1994:139) voer aan dat van die narkosemiddel die baba via die plasenta bereik. Daarby is die streshormone normaalweg gestimuleer deur die geboortekontraksies afwesig tydens 'n keisersnit-geboorte en sodoende vind die fisiologiese stimulerings vir asemhaling van die baba soos met 'n normale geboorte nie plaas nie (Berk, 1994:139). Die drastiese verandering van die omstandighede en moontlike asemhalingsprobleme mag vir die baba 'n 'oorspronklike gebeurtenis' wees wat later 'n impak op die

belewenis van 'n 'heelheidsgevoel' uitoefen (kyk WZS 3.2.3.4.1; IDP 3.2.3.4.2; geboorte suurstofgebrek-sindroom 3.2.3.4.4).

5.2.7.4.5 Die invloed van medikasie gedurende geboorte op die baba

Die inname van medikasie deur die moeder, ook medikasie gedurende die geboorteproses, word na die baba via die plasenta oorgedra (Berk, 1989:107, 1944:137; Berndt, 1992:148). Die toediening van pynstillende middels gedurende die geboorteproses is problematies aangesien die middels die geboorte vir die moeder makliker maak, maar die baba mag benadeel (Berndt, 1992:148). Die toediening van sagwerkende pynstillende middels is daarop ingestel om die moeder te help ontspan (Berk, 1994:136). Sterk pynstillende middels wat pynsensasie verhoed of blokkeer het 'n negatiewe uitwerking op die baba. Die babas mag 'n afname in oplettendheid ten aansien van sig, die waarneem van geluide en motoriese beweginge toon (Berk, 1989:107). Bykomend hierby het die babas 'n swakker suigaksie getoon, was meer geïrriteerd (Berk, 1989: 107, 1994:137) en was ook vir 'n aantal dae volgens Berk en Berndt in 'n depressiewe toestand (Berk, 1989: 107, 1994:137; Berndt, 1992:148). Volgens Berk (1989:107) en Berndt (1992:148) mag die depressiewe toestand van die baba die daarstelling van 'n hegte band tussen die moeder en baba negatief beïnvloed. Hierdie tydelike depressiewe belewenis of onvermoë om 'n verhoudingsband te stig, mag die oorspronklike gebeurtenis wees wat verhoed dat die persoon in sy latere lewe 'n gevoel van heelheid beleef (kyk drie voudige allergiese teorie 3.2.3.1; geboorte suurstofgebrek-sindroom 3.2.3.4.4).

Die oorgang tussen die pre- en postnatale fase is dikwels die eerste traumatiese belewenis in die baba se lewe; vandaar die besondere klem wat op die geboorteproses geplaas word (kyk bylae 10, 11 en 12).

5.3 HULPVERLENINGSWERKWYSE VAN HEELHEIDSTERAPIE

Die hulpverleningswerkwyse van heelheidsterapie is gebaseer op die wesenskenmerke van die mens in kombinasie met die struktuur waarop die mediese hipnoanalitiese model geskoei is, naamlik; vind die oorsaak of oorspronklike gebeure, verwerk die negatiewe betekenisgewing en beklemtoon die 'nuwe' positiewe uitkoms. Die terapeutiese verloop is eklekties met aspekte van rasioneel-emosionele gedragsterapie,

logoterapie, keuse-teorie en die verwerking van kindertydseer (kyk figure 5.1; en 5.2).

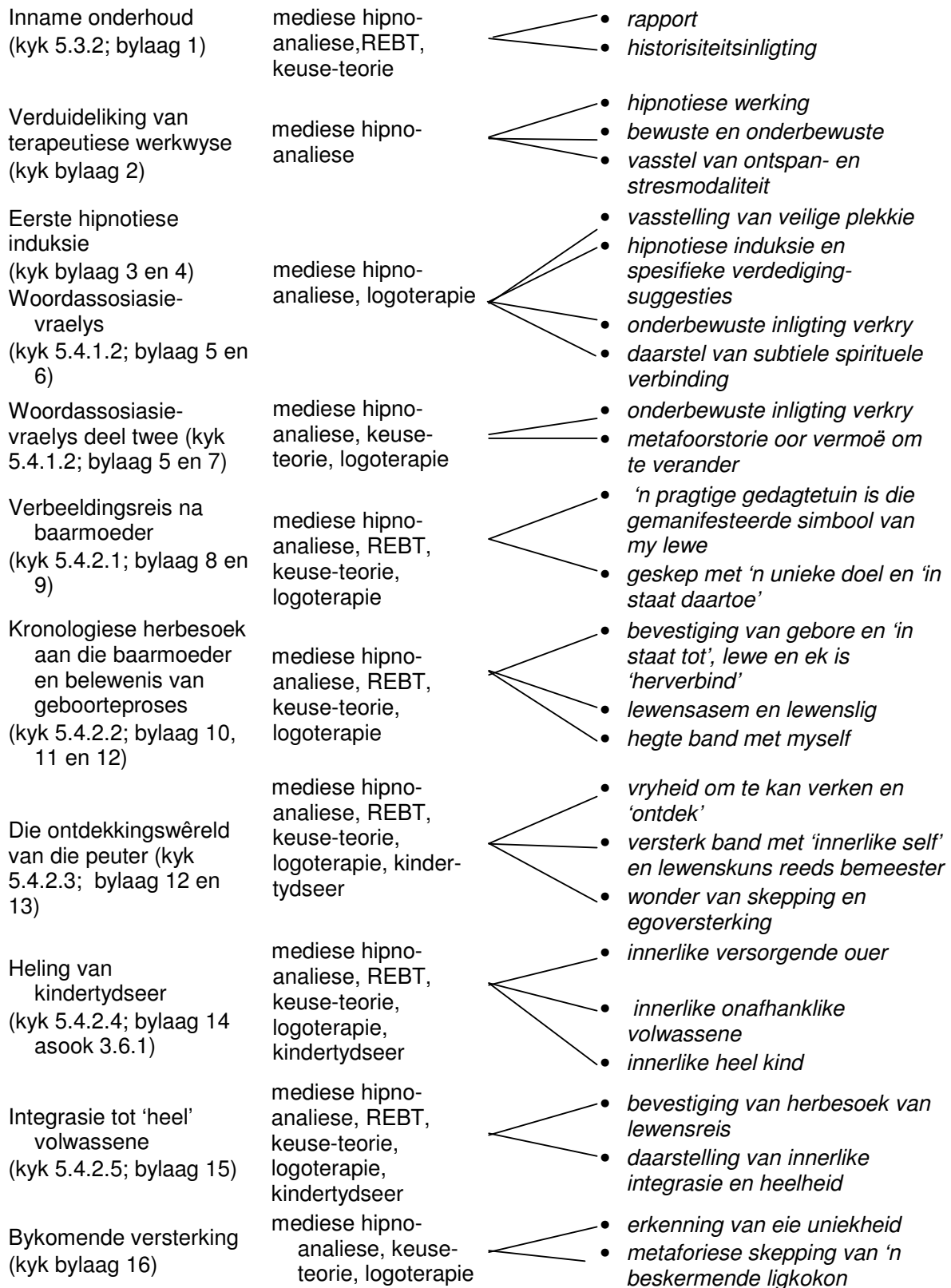
5.3.1 Gevallestudie oorkoepelend omskryf

Die terapeutiese hulpverlening vir 'n gevallestudie uit 'n sielkundige praktyk sal vervolgens volledig omskryf word, hoewel identifiseerbare inligting verander is. Die terapeutiese hulpverleningswerkwyse sal sessiegewys weergegee word. Aanvullend daarby sal spesifieke hipnoterapeutiese werkwyses of protokolle wat 'n onderdeel van heelheidsterapie is ook omskryf word (kyk bylae 1-16). Die sinopsis wat volg, omskryf die kronologiese volgorde van die terapeutiese hulpverleningswerkwyse.

Die terapeutiese verloop is gestruktureerd, omdat elke sessie in beginsel beplan is, (kyk figuur 5.3) maar is sterk kliëntgerig. Die sessie word aangepas en gewysig op grond van die inligting verkry van die kliënt gedurende die aanvangsgesprek wat die hipnoterapeutiese sessie voorafgaan. Elke sessie skakel in by die vorige sessie ten einde die kliënt se begeleiding tot heelheid (kyk 5.2.5) 'n aaneengeskakelde proses te maak.

5.3.1.1 Sinopsis van die terapeutiese verloop van afsonderlike gevallestudies

Elke persoon en elke terapeutiese hulpverleningswerkwyse is eiesoortig, maar die basiese grondslag en verloop van hulpverlening aan elke kliënt is soortgelyk. Deur spesifieke veranderinge in die werkwyse van elke sessie aan te bring, word die nodige aanpassings gemaak om aan die besondere behoeftes van elke kliënt te voldoen. In figuur 5.3 word die terapeutiese werkwyse van heelheidsterapie in kronologiese volgorde sinopties voorgestel.



Figuur 5.3 Sinopsis van heelheidsterapeutiese werkwyse

5.3.2 Die inname-onderhoud

Hulpverlening begin met die inname-onderhoud waartydens die benodigde agtergrondkennis vir die terapeutiese werkwyse verkry word. Aangesien die doelwit hulpverlening is en vertroue dikwels 'n belangrike element van die problematiese is, is die vestiging van 'n vertrouensverhouding belangrik. Vandaar die nodigheid dat die terapeut gedurende die verloop van die inname-onderhoud nadruklik sal noem dat alle inligting wat die kliënt verstrek vertroulik is. Vir 'n geslaagde inname-onderhoud is die daarstelling van rapport (kyk 3.2.5.1.1) en 'n vertrouensverhouding wat die grondslag van suksesvolle hulpverlening is, van kardinale belang; maar in die besonder só volgens die mediese hipnoanalise-model. Daarby word inligting verkry oor die aard van die probleem asook die uitkoms of 'oplossing' wat die kliënt verlang en moontlik ook die oorsaak van die probleem. Daarna kom die belangrike vraag: "Waarmee wil jy hê dat ek *jou* moet *help*?" Hierdeur word kortliks die riglyne vir die terapie op 'n vriendelike maar besliste wyse oorgedra naamlik (kyk 5.2.2 derde paragraaf):

- Die *kliënt se behoefte is belangrik*, die kliënt bepaal die onderwerp;
- die rol van die terapeut is *hulpverlenend*;
- die *verantwoordelikheid vir die verandering* is dié van die kliënt.

Die belangrikheid van die eerste aantal minute gedurende die ontmoetingstyd tussen die terapeut en kliënt is baie belangrik vir suksesvolle hulpverlening en die stigting van rapport (kyk 3.2.5.1.1 asook bylaag 1).

Die terapeut skryf die eerste drie sinne van die kliënt woordeliks neer, omdat hierdie inligting sal bepaal wanneer die terapeutiese doel van die kliënt bereik is. Sou die kliënt te vinnig praat kan die terapeut vriendelik vra om stadiger te gaan en te herhaal want: "Dit is belangrik dat ek presies sal neerskryf waarmee *jy wil hê ek jou moet help*".

Sou die kliënt senuweeagtig wees en vra watter werkwyse gevolg gaan word of enige ander vrae oor die terapeutiese verloop het, word die verduideliking van die terapeutiese werkwyse (kyk bylaag 2) eerste gedoen en die inname-onderhoud (kyk bylaag 1) word tweede gedoen. Hierna word die algemene historiesiteitsinligting verkry

(kyk bylaag 1). Wanneer die kliënt aanhoudend praat, maak aantekeninge en gee subtiel leiding deur spesifieke vraagstelling. Meestal val die kliënt rond en gee belangrike of onbelangrike of selfs onwaar inligting om onbewustelik of bewustelik die terapeut op 'n dwaalspoor te bring. Hierdie inligting, asook emosies, liggaamstaal, angstigheid, huiweringe, stiltes, selfs stottering, word aangeteken. Ofskoon die inname-onderhoud ongestruktureerd is, is daar belangrike inligting wat op so 'n wyse verkry moet word dat die kliënt hom nie as 'bevraagde' beleef nie (kyk bylaag 1).

5.4 TOEPASLIKHEID VAN HEELHEIDSTERAPIE AS GEVALLESTUDIE OMSKRYF

As navorsingsmetode naamlik 'n gevallestudie sal die terapeutiese verloop, asook die terapeutiese hulpverlening aan Johan in die vorm van 'n gevallestudie volledig omskryf word. Die basiese werkwyse wat met enkele veranderinge, indien nodig, vir die betrokke kliënt nodig is, sal vervolgens volledig omskryf word.

5.4.1 Johan en sy terapeutiese verloop ter verkryging van heelheid.

Die benaderingswyse van hulpverlening aan Johan in hierdie gevallestudie was om te soek na die onderliggende psigoanalitiese oorsaak vir die aanmeldingsprobleem van die kliënt (Parker, 2005:11) en daarna deur die terapeutiese werkwyse Johan te begelei tot die hantering van spanningsdruk om sodoende heelheid te verkry.

Johan, 'n suksesvolle middeljarige prokureur het self die afspraak gemaak want: "... ek besef ek het hulp baie nodig". Hy was professioneel geklee, betyds vir sy afspraak en wellewend, maar 'onopsigtelik' gespanne.

5.4.1.1 Ontmoeting van klient en individuele inname-onderhoud

Terapeut [Die terapeut ontmoet die kliënt vriendelik met 'n uitgestrekte hand vir 'n handdruk]. Middag mnr. Johan Pieterse en welkom hier. Ek is [*terapeut se naam*] en jy mag my aanspreek net soos dit vir jou gemaklik voel.

Kliënt Goeie middag en aangename kennis

Terapeut Kon jy die versteekte ingang maklik kry en was die wyse vir die oopmaak van die sekuriteitshek duidelik genoeg gewees?

- Kliënt Ja dankie, die ingang het ek gou herken en die hek kon ek maklik oopmaak.
- Terapeut* Ek is baie bly, want nou kan jy gerus wees, jou motor hier buite is veilig en die terapiekamer is ook veilig. Stap gerus deur [Die terapeut wys na die deur, laat die kliënt eerste instap, volg hom en maak die deur toe]. Die lekker groot bruin stoel is spesiaal vir jou om gemaklik te kan sit en rustig te ontspan.
- Kliënt Dankie dit lyk regtig na 'n lekker gemaklike stoel.
[Beide die kliënt en die terapeut gaan sit. Die terapeut sit skuins voor die kliënt met 'n hout skryfbord en papier op die skoot vir die inname-onderhoud].
- Terapeut* Waarmee wil jy hê moet ek jou help?
- Kliënt Onnodige spanning. Ek het te veel gedrink – 'n skuldgevoel en dink dan dominerend. By tye drink ek lekker sosiaal en dan weer kan ek nie ophou nie. Dan my gewig ook, veral sjokolade ... ek eet totdat dit alles op is. Die drank help my om te ontlaai, veral na 'n baie spanningsvolle dag. Ek besef dit is nadelig vir my en die kinders. My vrou ontplof so een keer per maand ... ek raak dan bang. Ek is optimisties dat ek sal kan regkom en dit kan hanteer. Ek rook nogal baie en sou ook graag wou ophou rook.
- Terapeut* Die feit dat jy die afspraak gemaak het, vandag hier is en **bereid** is om die saak te *hanteer* en optimisties is dat **jy sal regkom**; sê vir my jy sal regkom en ander veel meer suksesvolle wyses verkry waardeur jy onnodige spanning sal hanteer en selfs voorkom; asook alle spanning met welslae gaan hanteer sonder om weer skuldig te voel of dalk dominerend op te tree. Kom *ons* begin sommer nou met die hulpverleningswerkwyse om hierdie doel te verwesenlik. Voordat ons verder gaan, kom ons handel eers die administratiewe sake af. [Die kliënt vul die vorm in betreffende die adres, beide huisadres en posadres, telefoonnommers, beroep, huwelikstaat, (indien getroud) die troudatum, ouderdom, geboortedatum, identiteitsnommer, mediese fonds inligting en deur wie verwys].
- Terapeut* Vertel my meer van jouself en jou familie.
- Kliënt Ek is getroud en ons het twee dogters, een in die hoërskool en een op universiteit.
- Terapeut* Hoe is jou verhouding met jou dogter op hoërskool en ook die dogter op universiteit?

Kliënt Goed, veral die dogter in die hoërskool want sy is baie meer pligsgetrou en werk hard. Die dogter op universiteit bekommer my nogal, sy werk nie hard genoeg nie; maar my vrou sê ek moet haar los, sy moet haar jongmenslewe geniet.

Terapeut Volgens jou, hoe is die verhouding tussen jou vrou en die twee dogters?

Kliënt Goed, sy laat hulle maar hulle gang gaan. Vir my voel dit soms sy is onbetrokke en net begaan oor haar eie goed.

Terapeut Werk jou vrou buitenshuis en wat is 'haar eie goed'?

Kliënt Sy werk halfdag en skilder as stokperdjie.

Terapeut Het jou vrou enige miskrame of abortsies gehad?

Kliënt Nee.

Terapeut Jou ouers, lewe hulle nog en hoe was/is jou verhouding met hulle? Die rede vir die was/is, is dat 'n mens as volwassene jou ouers dikwels anders sien en 'n ander verhouding met hulle het as toe jy nog 'n kind was.

Kliënt My ouers is lankal oorlede. Ons was 'n gelukkige gesin. My pa was 'n dominee en miskien 'n bietjie prekerig, maar ek was baie lief vir hulle albei. My ma is 'n sagte mens. Ek is die oudste, my broer is 'n mediese dokter en ons kom goed oor die weg. Was eintlik baie beskermende kinderjare want ons het op 'n klein plattelandse dorpie gewoon. Laerskool was lekker. Hoërskool was erg, veral die eerste jaar, want ek moes koshuis toe gaan en ek het baie na my ma-hulle verlang. Hulle het my gelukkig elke naweek kom haal om huis toe te gaan.

Terapeut Hoe oud was jy toe jy skool toe is?

Kliënt Amper ses jaar.

Terapeut Is jy ooit gemolesteer of verkrag?

Kliënt Nee.

Terapeut Enige siektes, operasies, ongelukke of kere dat jy of jou ouers of die dokter gedink het jy sal doodgaan?

Kliënt Ja ek was baie siek op drie jaar met nefritis. Ek het by my ouma en tannie gebly en moes baie lemonade drink sodat my niere skoongemaak kan word.

Terapeut Hoekom moes jy by jou ouma en tannie bly toe jy siek was?

Kliënt Ek weet nie.

Terapeut Dalk op 'n keer gevoel dat jy amper verdrink?

Kliënt Nee.

Terapeut Hoe oud was jy toe jy die eerste keer geslagsgemeenskap gehad het, en hoe het jy dit beleef?

Kliënt 19 jaar met my meisie op universiteit.

Terapeut Was dit met haar toestemming?

Kliënt Ja.

Terapeut Wat weet jy van jou ma se swangerskap met jou en jou geboorte? Was die swangerskap beplan?

Kliënt Ja ek dink ek was beplan. Ek weet nie. Weet my ma was baie siek en dit was 'n moeilike geboorte, my ma moes chloroform kry.

Terapeut Hoeveel mag het God? Aan watter kerk behoort jy?

Kliënt God het al die mag. NG, maar gaan nie juis kerk toe nie.

Terapeut Is daar enige iets wat jy voel dat ek nog moet weet?

Kliënt Nee, ek dink nie so nie.

Terapeut Baie dankie vir jou samewerking. Ons het reeds goed gevorder. Sou jy iets later onthou wat jy dink ek moet weet kan ons met die volgende sessie daaroor praat; óf as ek dalk voel daar is iets wat ek nog wil weet, sal ek jou later vra.

Die terapeut verduidelik die terapeutiese werkwyse waarvolgens die hulpverlening sal plaasvind (kyk bylaag 2). Deel van rapport is dat die terapeut die kliënt voor en na elke sessie groet. Na afloop van die sessie kan 'n manlike kliënt met 'n handdruk, wat met albei hande gegee word, gegroet word, waarna die terapeut die kliënt bemoedigend aan die bo-arm saggies druk. Sou die kliënt vroulik wees kan dieselfde groetwyse gebruik word, maar meestal is vroue meer geneig om 'n drukkie te gee. 'n Ligte drukkie waar slegs die bolyf in ligte kontak met die kliënt is word as terapeuties eties beskou. Fisieke kontak dra baie by tot verhouding stigting, asook 'n gevoel van aanvaarding wat die meeste kliënte besonder nodig het. Beide die verwelkomingsgroet sowel as die afskeidsgroet moet met warmte, aanvaarding en respek gegee word.

Belangrike terapeutiese inligting wat verkry is, is die volgende;

- hoë spanningsvlak,
- probleem met oormatige alkoholname – alkohol is funksioneel want is nodig om te ontspan,

- skuldgevoel – nadelig vir hom en sy gesin (kyk regspraak- en skuldigheidsindroom 3.2.3.4.6),
- probleem met konflikthantering,
- ervaar 'n leemte en probeer dit vul met eet, veral sjokolade,
- verantwoordelik en optimisties,
- moeilike geboorte (kyk WZS 3.2.3.4.1, suurstofgebrek-sindroom 3.2.3.4.4 asook 5.2.7.4.5 oor die invloed van medikasie),
- ernstige siekte, nefritis, bly by ouma en tannie (kyk skeidingsangs-sindroom 3.2.3.4.5).

5.4.1.2 Eerste hipnoterapeutiese sessie en inligting verkry van woordassosiasie-vraelys

Positiewe verwelkoming en 'n algemene vraag, asook 'n vraag betreffende belewenisse of gebeure na die vorige sessie, lei die eerste sessie in. Die kliënt word ook gevra of daar enige vrae is wat hy graag beantwoord wil hê.

Sou die verloop van die eerste sessie van so 'n aard gewees het dat die terapeut nie die hulpverleningswerkwyse, wat is hipnose en hipnoterapie asook die verband en verskille tussen die bewuste en die onderbewuste (kyk bylaag 2) aan die kliënt kon verduidelik nie, word die verduideliking nou gegee. Die terapeut verduidelik ook die rede waarom hy wil weet wat die kliënt se stresmodaliteit is, daar hy sodoende die hulpverlening kan verbeter (kyk bylaag 2). Johan se stresmodaliteit is ouditief.

Hierna verduidelik die terapeut die rol van 'n eie 'veilige plekkie' of 'toevlugsoord' of sy 'innerlike heiligdom' en ondersteun die kliënt in die vasstelling van sy eie 'veilige plekkie' (kyk bylaag 3). Daarna word die kliënt deur induksie in hipnose of 'n hipnotiese trans geplaas (kyk bylaag 4) om sodoende ook die nodige inligting van die onderbewuste te verkry. Na die eerste induksie (kyk bylaag 4.1) word die beskermingsuggesties (kyk bylaag 4.2) gegee alvorens voortgegaan word met enige hipnoterapeutiese hulpverlening. Vanuit die kliënt se 'veilige plekkie' word voortgegaan met die verkryging van inligting vanaf die onderbewuste met behulp van die woordassosiasie-vraelys.

Woordassosiasie-vraelys deel 1

Naam Johan

Soet botter

Van Pieterse

Sag hard

Geel rooi

Werk hard

Suiker ja

Vrees bang

My ma my pa

Groen blou

Jou vrou is ook goed

Dood hard

Ek kon nooit iets regdoen vir..... my nie

Probleem hard

Wit hard

My pa niks

Nooiensvan —

Sondaar niks

Lewe sug niks

My ma het altyd goed gewees

Liefde hard

Angs nee

Begeerte ja

..... laat my altyd voel —

Blou —

Vrees ja

Haat nee

..... het / laat my altyd voel —

Hemel plekkie

Behoeftte ja

Ek is net soos jy

Rooi —

Hel —
 Leef niks
 Mond —
 Glo ek weet nie
 Liefde maak niks
 As ek my probleem in 'n kleur moet beskryf, is die kleur blou
 Opwindend niks
 Lieflik blomme
 Versmoor ja
 Asseblief ek weet nie wat om te doen nie
 My pa het nooit gedrink, tog soms gedrink
 Nodig ek weet nie
 God is goed
 Woede —
 Maak 'n sin met *wanneer* —
 God het altyd —

Afsluitingsvraag van sessie: God is goed. Bedank die onderbewuste vir die hulp verleen en verseker hom dat ons gevorder het. Woudpredikasia en besoek aan waterstroompie word gedoen (kyk bylaag 6). Afsluiting vind plaas (kyk bylaag 4.3) en bevestig die rustigheid en kalmte wat die kliënt met hom saambring na die werklikheid.

Johan het moeilikheid ondervind met die vraelys, wat vanuit 'n terapeutiese perspektief jammer is; daarom dat sekere vrae oorgeslaan is. In die lig van die diep sug en die antwoord op die vraag oor 'lewe' skyn dit asof Johan 'n wandelende zombie is (kyk 3.2.3.4.1) en dit mag die verklaring wees vir die swak respons.

Woordassosiasie-vraelys deel 2

Die induksie wat gebruik word vir die volgende deel van die woordassosiasie is die algemene induksie (kyk bylaag 4.1).

Onderwerp jousef
Aanraak vir my
Trots ek
Maagd —
Domineer ja
Skuldig ja
Plesier te sit
Lippe mooi
Straf te sit
Aborsie —
Huwelik goed
Soen lekker
Verkul nee
Baba —
Lieg nee
Egskeiding nee
Swart ja
Warm ongemaklik
Kinders ja
Liefde ja
Vryheid ja
Seksueel koud —
Vertroue —
Ek het regtig vasgesteek op `n ouderdom van 3 jaar

Begrafnis niks
Geboorte ja
Baklei ja
Gesag niks
Depressief niks
Homoseksueel —
Maak 'n sin met *waarom* —
Die lewe is soos alles
Maak 'n sin met *wie* —

As kind het ek gespeel
Noudat ek ouer is wil ek nog speel ... rekenaar
Wanneer ek sterf gaan ek / As ek doodgaan hemel toe, nee miskien
Wanneer ek bo is is goed
Donker ek is bang
Ontsnap —
Dit het alles begin toe ek oud was
Saam met voel ek —

Voltooi die sinne van hier af

As ek maar net beter was
Daar moet verandering kom
Hoekom kan ek nie werk nie
Elke liewe keer gebeur
My grootste vrees is niks nie
My grootste wens is lekker
My grootste behoefte is liefde
My grootste fout is slegtigheid
My grootste sonde is drink

Ek is bang wanneer dit gebeur
Mans is vir my —
Toe ek gebore is nee ... weet nie
Aan die einde van die pad reënboog

Ek begeer regtig nie seker
Wanneer ek liefde maak / Liefhet is dit goed
Ek gee regtig om vir jou
My pa het my nog altyd laat voel hy is goed
My grootste talent of vermoë is niks ... weet nie
My grootste mislukking niks ... weet nie
Ek was naby aan die dood toe nee
My ma het nooit geraas nie
Dit is so maklik om te werk

Onderliggend aan alles verwerk dit

Ek verafsku werk

Vrouens is vir my —

Die grootste hindernis vir my geluk is self

Ek vra myself niks

Die een ding wat ek die meeste nodig het is liefde

20 jaar van nou af —

Ek voel van binne dood as ek ... weet nie

My vader het altyd gepreek ... nie rêrig nie

Ek sal gelukkig wees wanneer —

As ek geweet het dat ek nooit gestraf sou word nie sou seker nie doen nie

My ma het my nog altyd laat voel sy is goed, ek is slim

My diepste gedagtes vertel my alles

Die kleur blou beteken vir my mooi

Moet asseblief nie raas nie

Ek het gesondig toe niks

Glo my as —

Ek geniet dit baie

Ek is spyt oor ja

As ek ooit regtig laat gaan niks

Onderliggend aan alles niks

Ek is net moeg vir raas

Ek voel die beste wanneer ek praat

My probleem sal iets van die verlede wees wanneer (vraag is twee keer herhaal en antwoord was net 'n sug)

Wanneer ek trou / Volgende keer as ek trou gaan nie

Ek is `n soort persoon wat luister

Hierdie keer sal ek suksesvol wees want ek wil

Baie dankie aan die onderbewuste vir die waardevolle samewerking en ek wil aan die onderbewuste die versekering gee dat ons Johan in staat sal stel om verandering te laat plaasvind want hy wil verander, nie bang te voel wanneer iemand raas nie en lekker met die rekenaar te laat speel. Vra die Johan om te ontspan en na die volgende storie

van 'n wurmpie te luister (kyk bylaag 7). Sluit die sessie af met die algemene afsluiting (kyk bylaag 4.3) en die herbevestiging van genoemde doelstellinge. Gee aan Johan die versekering dat hy ook die metamorfose suksesvol sal ondergaan en vry soos 'n vlinder met 'n innerlike heelheid sal kan wegvlieg na die toekoms.

5.4.1.3 Inligting verkry deur woordassosiasie-vraelys

'n Dubbele diagnose is verkry vanaf die bewuste en die onderbewuste. Vanuit die inname onderhoud is die bewustelike die alkohol afhanklikheid as kalmeringsmiddel vir spanningsdruk asook algemene angsversteuringe.

Die onderbewuste diagnose gegrond op die woordassosiasie-vraelys sluit aspekte van al die sindrome in. Die moontlike sindroom en/of sindrome wat identifiseer is, is wandelende zombie-sindroom (kyk 3.2.3.4.1), Pons de Leon sindroom (kyk 3.2.3.4.3), identiteitsprobleme (kyk 3.2.3.4.2), regspraak- of skuldigheid-sindroom (kyk 3.2.3.4.6) asook moontlik suurstofgebrek sindroom (kyk 3.2.3.4.4) en skeidingsangssindroom (kyk 3.2.3.4.5).

5.4.2 Hipnoterapeutiese regressie-sessies

Die hipnoterapeutiese regressie-sessies is hulpverleningsessies met die doel om die oorspronklike gebeurtenis te herbeteken en is uiters belangrik. Hierdeur word die kliënt gehelp om 'n gevoel van 'ek is in staat tot' en heelheid te beleef. Vervolgens sal die verloop en uitkoms van elke regressie-sessie omskryf word.

Die bylae of protokolle is so geskryf dat verskillende sienswyses en antwoorde ingesluit is. Die bylaag word aangepas vir elke individuele kliënt deur slegs die gedeelte wat van toepassing is te gebruik. Die gedeeltes wat gebruik is vir die terapeutiese hulpverlening van Johan, is vetgedruk vir maklike identifisering.

5.4.2.1 Die eerste hipnoterapeutiese regressie-sessie

Die algemene hipnotiese induksie (kyk bylaag 4.1) word vir Johan gebruik om in trans te gaan en die eerste verbeeldingsreis na die baarmoeder te onderneem. Die stasie

verdiepingsinduksie (kyk bylaag 9.1) word gebruik en die syfer wat Johan gekies het was vyf.

Terapeut Johan jy is terug in die baarmoeder en is vyf maande oud. Waarvan raak jy bewus?

Kliënt Hartklop.

Terapeut Ja, dit is reg, 'n hartklop. Wie se hartklop is dit?

Kliënt My ma se hartklop.

Terapeut Ja, jy hoor jou ma se hartklop. Is dit gemaklik warm of is jy koud?

Kliënt ... baie warm ... benoud ... ek byt met my mond.

Terapeut Jy kry baie warm ... en voel benoud ... jy byt met jou mond. Sien hoe word jy nog kleiner, jy is nou vier maande oud. Hoe gaan dit met die vier maande oue Johan?

Kliënt Dis lekker ... koeler ... ek voel beter.

Terapeut Ja, nou voel dit beter ... dit is koeler en lekker. Watter boodskap kry jy van ma oor hierdie babatjie wat groei binne in haar?

Kliënt Ma voel goed.

Terapeut Ja, ma voel goed oor hierdie nuwe lewetjie. Hoe laat dit jou voel?

Kliënt Ek voel ook goed.

Terapeut Johan, jy voel ook goed. Ontspan nou rustig daar in die baarmoeder terwyl jy luister na my stem. [Terapeut gaan voort met bylaag 9.2 tot by vraagstelling oor toevallig; eerste paragraaf p 287].

Kliënt Nee

Terapeut Dit is reg, dit was geensins per toeval. Die skepping het geensins toevallig ontstaan, want daar is 'n doel met alles wat gebeur, waarom juis daardie spesifieke eiselletjie ontwikkel het. [Gaan voort met bylaag 9.2 tot by vraagstelling oor spesifieke sperm; kyk laaste deel van paragraaf een van bylaag 9.2 p288].

Kliënt Nee.

Terapeut Dit is reg, dit was geensins toevallig dat daardie spesiale sperm die eisel se wand binnegedring en die eisel bevrug het nie. [Gaan voort met bylaag 9.2; vet gedrukte dele, p288 vanaf paragraaf twee en eerste deel van paragraaf drie op p289 tot p290] Johan kan jy daardie onkruid van die benoudheid sien?

- Kliënt Ja, ek sien die onkruid.
- Terapeut* Watter uitwerking het hierdie onkruid op jou gedagtetuin, jou lewenstuin?
- Kliënt Dit maak dit lelik.
- Terapeut* Ja die onkruid maak die tuin lelik. Is dit nodig dat hy nog daar moet wees?
- Kliënt Nee.
- Terapeut* Dit is reg dit hoort geensins daar. Daarom, trek dit dadelik uit is dit uitgetrek?
- Kliënt Ja, net die patrysdruive kan bly.
- Terapeut* Ja, net die patrysdruive kan bly. Kyk daar eenkant is 'n plek waar takke, blare en onkruid verbrand word. Stap na die vuur en gooi die onkruid in die vuur en kyk hoe dit tot as verbrand. Nou stap jy terug na jou lewenstuin en wat wil jy plant waar die onkruid was? Wat wil jy plant om te bevestig jy is spesiaal en met 'n doel geskape?
- Kliënt Blomme, oral blomme.
- Terapeut* Dit is reg, plant die blomme oral, gee hulle water en sien hoe jou hele lewenstuin vol pragtige blomme is. Die blomme is om jou te herinner hoe baie spesiaal jy regtig is en dat jy met 'n doel geskape is en toegerus is vir jou doel. Bring die kliënt terug na die werklikheid (kyk bylaag 4.3) en bevestig sy uniekheid en spesiale doel waarvoor hy toegerus is.

Nadat die kliënt terug is in die werklikheid, gee 'n minuut stilte voordat terapeut begin praat; die kliënt moet homself eers oriënteer in die werklikheid en begin dan meestal spontaan praat [Gaan voort met bylaag 9.2 (vet gedrukte deel p291)]. Bevestig bewustelik weer dat lewe geensins per toeval ontstaan het en lê klem op sy uniekheid, spesiale doel en volledig toegerus vir daardie doel.

5.4.2.2 Die tweede hipnoterapeutiese regressie-sessie

Vir die tweede hipnoterapeutiese regressie gebruik die algemene hipnotiese sessie induksie (kyk 4.1) aangevul met die strandverdiepingsinduksie (kyk 10.1) en daarna die vetgedrukte dele van 10.2.1.

- Kliënt Mamma is bly, sy glimlag.
- Terapeut* Ja, mamma is opgewonde om die klein babatjie te voel beweeg. Nou

gedurende die vyfde maand, hoe voel hy nou?

Kliënt Sy been is moeg.

Terapeut Johan, wat kan die volwasse Johan vir die baba wie se been moeg is en wat eers benoud gevoel het, sê om hom te troos?

Kliënt Toemaar, dit sal weer beter word.

Terapeut Ja, dit sal beter word. Jy moet net groter word. [kyk vet gedrukte bylaag 10.2.2] Hoe voel die klein Johan nou?

Kliënt Hy voel goed.

Terapeut [kyk bylaag 10.2.3].

Kliënt Ja, alles is reg.

Terapeut Noudat alles reg is kan hy voortgaan met ontwikkeling tot in die agste maand. [kyk vetgedrukte 10.2.3]. Het jy omgedraai sodat jou koppie na onder is?

Kliënt Nee, ek kry nie omgedraai nie.

Terapeut Jy is nou 'n pragtige klein babatjie wat sukkel om om te draai. Wil jy graag gebore word?

Kliënt Ja.

Terapeut Ja, jy wil graag gebore word, want wat wag hier buite vir jou?

Kliënt Die lewe.

Terapeut Ja, buite wag die lewe. [kyk bylaag 10.2.4.1]. Waar voel jy die drukking die meeste?

Kliënt Die drukking is meeste op my bors, ek sit vas, ek is benoud! (kliënt haal vinnig en vlak asem).

Terapeut Jy is benoud en sit vas. Wat gaan dan gebeur?

Kliënt Ek sal doodgaan. Nou voel ek 'tipsy', ma kry chloroform ... nie lekker nie.

Terapeut Jy voel 'tipsy' en dit is geensins lekker. Ek gaan vir jou tel van een tot drie en by die telling van drie sal jou koppie uit wees. Een, twee ..., **drie**. Jou koppie is uit en nou kom die skouertjies. Jy is uit en gebore! Voel hoe hande jou uitlig en optel [kyk vetgedrukte 10.2.4].

Kliënt Ja.

Terapeut [kyk vetgedrukte 10.2.4]. Jou enigste verantwoordelikheid was om saam te werk en te lewe en dit het jy gedoen. [kyk vetgedrukte 10.2.4 gevolg deur 10.2.4.3].

Kliënt Bangerig.

Terapeut Jy voel bangerig omdat jy van mamma geskei is. Maar raak bewus van 'n helder lig, só helder, baie helderder as al die ligte in die kamer. Kyk vetgedrukte 10.2.4.3. Johan sien hoe jy in die kamer instap en neem die babatjie sag in jou arms (kyk vetgedrukte 10.2.4.3)

Kliënt Sy ogies het 'n laggie.

Terapeut Ja, sy ogies het 'n laggie. Hoe lyk die babatjie vir jou?

Kliënt Mooi.

Terapeut Ja, hy is mooi en gebore want hy is 'n volmaakte skepping van God. (kyk vetgedrukte bylaag 12). Gaan sit die klein Johan nou vir die eerste keer in mamma se arms. Hoe voel dit daar?

Kliënt Lekker sag.

Terapeut Ja, dit voel lekker sag in ma se arms. Kyk in haar oë, wat sien jy in haar oë?

Kliënt Liefde.

Terapeut Dit is heeltemal reg. Daar is liefde in ma se oë vir hierdie wonderlike klein mensie in haar arms. Daar is liefde, vreugde en vrede in haar oë. Vra nou vir ma of jy die babatjie weer mag vashou asseblief. Wat sê ma?

Kliënt Ma sê dis reg.

Terapeut Neem nou weer die babatjie in jou arms en besef jou verantwoordelikheid vir hierdie nuwe lewe en die unieke skepping van God. Voel hoe die babatjie sag word en in jou hart inglip en deel word van jou, deel van jou soos dit nog altyd was. Beleef daardie vrede van weet die baba is veilig en deel van jou en voel 'n innerlike gevoel van tuiskoms en heelheid; want jy 'is uit', jy is totaal lewendig, **jy lewe**. [Bylaag 11 paragraaf 2 tot paragraaf 6.] Kyk hoe jy terug stap met 'n gevoel van herverbinding na jou gedagtetuin. Jy sien die patrysdruie omring deur blomme en jy weet jy is uniek en met 'n doel geskep en volkome toegerus vir jou lewensdoel dan sien jy 'n ander groot onkruid in jou gedagtetuin groei. Hierdie onkruid verteenwoordig die negatiewe belewenisse van die klein Johan. Die drukking op jou bors en benoudheid; die gevoel van ek sit vas en gaan doodgaan asook die skuldige gevoel vir ma se pyn met die geboorte. Sien jy hierdie onkruid in jou lewenstuin?

Kliënt Ja, dit lyk soos 'n groot kakiebos.

Terapeut Dis reg, dit lyk soos 'n groot kakiebos. Watter invloed het hierdie onkruid op

jou lewenstuin?

Kliënt Hy maak dit lelik.

Terapeut Ja, hy maak dit lelik. Is dit nodig vir hom om daar te wees?

Kliënt Nee.

Terapeut Reg, dit hoort geensins in jou gedagtetuin want die verlede hoort tot die verlede. Daarom trek hom dadelik uit. Indien nodig kan jy daardie tuinvurk wat daar teen die muur staan ook gebruik, want dit is nodig om die onkruid wortel en tak uit te trek.

Kliënt Sjoe, hy sit stewig vas, ek het amper op my rug geval toe hy uit is.

Terapeut Ja, dit was diep gewortel, maar gelukkig is dit nou geheel en al verwyder. Dan neem jy die onkruid na die plek waar die blare en takke verbrand word, gooi dit op die vuur en kyk hoe dit tot as verbrand. Nou stap jy terug na jou lewenstuin en wat gaan jy plant in die oop kol waar die onkruid verwyder is? Wat wil jy plant om te bevestig ek is uit, ek lewe en kan gemaklik asemhaal, asook ek het 'n ligliefdesnaelstring waarmee ek verbind is met God die Skepper wat nooit afgesny kan word.

Kliënt Ander blomme en tamaties.

Terapeut Ja, plant ander blomme en tamaties. Gee hulle water en sien die nuwe dimensie wat die ander blomme gee, vol in die blom en die tamatiestoel vol tamaties waarvan party al rooiryp is. Jy weet jy is totaal lewendig, herverbind en beleef 'n gevoel van 'n nog dieper innerlike heelheid. Ek gaan jou nou terugbring na die hier en die nou deur van vyf tot een te tel wanneer jy terug sal wees in die werklikheid met 'n seker wete ek is uit, totaal en al lewendig met 'n ligliefdesnaelstring wat altyd daar sal wees. Vyf ... vier... drie totaal en al lewendig, vry en in staat tot met 'n ligliefdesnaelstring twee oë oop en een terug in die werklikheid lewendig, vry en herverbind.

In die bewuste staat word oor die belewenisse gedurende die hipnoterapeutiese sessie gepraat.

Kliënt Sjoe, dit was erg, daardie benoudheid en gevoel van vassit en magteloosheid. Daarna die duidelike 'tipsy' gevoel, soos wanneer ek te veel gedrink het wat nie lekker was nie.

Terapeut Ja, dit was 'n erge belewenis om so magteloos en vasgedruk te voel, byna soos doodgaan. En dan die 'tipsy' gevoel, jy het gesê jou ma moes chloroform kry. Hierdie was die heel belangrikste sessie van die terapie want nou weet hy wat die oorsprong vir die alkoholmisbruik onder erge spanningdruk is – die eerste keer wat jy vasgevang en magteloos was en die 'tipsy' gevoel het verligting gebring. Nou kan jy verstaan waarom jy gesê het dit is asof jy jouself nie kon keer nie, dit was 'n onderbewuste 'oplossing' in die hier en nou; maar nou kan jy sien dat dit vanuit 'n bewuste perspektief onlogies is en jou net benadeel. Net so met die rook. Rook is 'n onderbewuste wyse van bevestiging dat jy lewe, want jy voel die rooklug wat jy inasem en hoe jy uitasem. Nou kan jy wanneer jy voel die tyd is reg vir jou, ophou rook; want om net diep in te asem en stadig uit te asem bevestig nou aan die onderbewuste dat ek is uit, 'ek het dit gemaak', ek is lewendig. Die feit dat jy só hard moes trek aan die onkruid bevestig hoe diepgewortel die negatiewe belewenisse was. Hoe het dit gevoel om die klein baba Johan vas te hou?

Kliënt Dit was 'n besondere gevoel.

Terapeut Nou is jy ook bewus van jou belofte aan jouself en verantwoordelikheid vir jouself. Maar, gelukkig is daar 'n ligliefdesnaelstring wat jou met jou Skepper verbind en God sal vir jou die nodige krag gee om jou belofte na te kom. Johan is jy lief vir tuinmaak of blomme en tamaties?

Kliënt Ja, ek hou van tuinmaak en het my eie klein groentetuin agter in die erf. In die voortuin is oral verskillende soorte blomme. Ek koop ook graag vir my vrou blomme.

Dankie vir vandag want nou weet ek waarom ek so magteloos gevoel het wanneer ek so drink; al wil ek ophou was dit asof wanneer daar baie spanningsdruk is ek aanhou drink het totdat ek 'tipsy' voel. Ek is positief dat ek deur net in die tuin te stap of daar te werk, ek die spanningsdruk sal kan hanteer en soos jy sê, later ophou rook.

5.4.2.3 Die derde hipnoterapeutiese regressie-sessie

Gedurende die volgende sessies gaan Johan 'n nog hegte band met homself stig waardeur hy sy uniekheid as mens en verantwoordelikheid teenoor homself aanvaar (kyk bylae 13-16). Hierdeur kan die persoon beleef 'ek is verbind, in staat tot en heel'. Vanuit 'n Christenperspektief is die persoon nou verbind met God en met homself en is in staat om ook 'n band met sy naaste te vorm en die Liefdesgebod in heelheid te kan volbring.

Vir hierdie sessie betreffende die ontdekkingswêreld van die peuter word van bylaag 13 gebruik gemaak, nadat terugvoer van die kliënt verkry is. Johan was opsigtelik ontspanne en vertel dat die afgelope week lekker was. Die gesin het saam gaan flik wat almal geniet het. By die werk, wanneer hy voel die spanning begin opbou, het hy net diep asemgehaal en in sy gedagte gesê: "Ek is uit en ek lewe". Daarna kon hy die werkspanning hanteer. "Ek voel goed oor myself".

Die terapeut is saam opgewonde en bevestig dat hierdie 'n permanente wyse van spanninghantering vir Johan kan wees of vir solank hy dit nog doelbewus moet doen, voordat dit deel is van sy nuwe lewenswyse.

Terapeut Kom ons gaan verder en bou voort op die sterk positiewe wat jy reeds bereik het Johan. Gebruik die algemene induksie vir hipnose (kyk bylaag 4.1). Aansluitend hierby gebruik bylaag 13 die tweede paragraaf en vra daarna hoe dit met hom gaan.

Kliënt Dit gaan goed, tannie Rita is by my.

Terapeut Gebruik bylaag 13 die derde paragraaf. Sien in jou gedagtes hoe jy die toekoms instap tot klein Johan so nege tot agtien maande oud is. Waar sien jy hom nou?

Kliënt In die tuin.

Terapeut Vervolg met bylaag 13 vanaf paragraaf vier waarna jy hom weer terug neem en seker maak iemand is by hom. Daarna stap jy die toekoms in met 'n lekker gevoel van tuiskoms want jy weet jou klein peuter was op 'n wonderlike veilige ontdekkingsreis saam met jou. Nou is klein Johan so tussen agtien maande en drie jaar. Waar sien jy hom nou?

Kliënt Op die balkon en kyk af in die straat. Die balkon is toegemaak met ogiesdraad om my te beskerm.

Terapeut Hoe gaan dit met hierdie klein peutertjie Johan?

Kliënt Hy is 'n bietjie moeg, nie lus om te loop nie. Hy is 'n bietjie nat, hy het seker gepiepie. Ouma sê ek is nie moeg nie, net lui, ek moet uitgaan, maar nie in die straat nie.

Terapeut Wat kan die volwasse Johan vir die siek Johan sê?

Kliënt Toemaar jy was baie siek, daarom is jy nog moeg en voel geensins lus om te loop. Onthou jy is nog swak van die niersiekte, jy is geensins lui. Kom ek tel jou op dan gaan maak ons jou broekie droog. Onthou dis deel van die siekte en die baie lemonade maak dat jy so baie piepie, maar dit is baie goed want dit wys jy is besig om gesond te word.

Terapeut Dit is reg, hy was baie siek en is nog swak en het te min krag of energie om te loop, maar hy is geensins lui, hy is net swak. Ouma wil hom net help om weer sterk te word en het gedink stap sal help. Die piepie en nou 'n nat broekie sal ook verby gaan en hy sal heeltemal gesond word. Hoe voel hy nou?

Kliënt Hy voel beter maar hy is bang vir uitgaan.

Terapeut Ja hy voel beter maar is tog bang vir uitgaan. Wat kan die volwasse Johan vir hom sê en doen?

Kliënt Dit is heeltemal reg jy kan later uitgaan wanneer jy so voel. Kom lê nou op die bed dan lees ek vir jou 'n storie. Jy kan slaap wanneer jy moeg is.

Terapeut Ja, lees vir hom 'n storie en hy kan maar slaap want hy is nog besig om gesond te word. Hoe voel hy nou?

Kliënt Hy voel gelukkig.

Terapeut Toe klein Johan op die bed lê en jy begin om vir hom 'n storie te lees, vra vir hom of hy bereid is om saam met jou die toekoms in te gaan. Wat is sy antwoord?

Kliënt Hy sê ja.

Terapeut Ja, hy is bereid om saam met jou die toekoms in te gaan. Gee hom 'n stywe drukkies en herhaal weer dat jy altyd daar sal wees vir hom ongeag wat gebeur; en nou lees jy verder aan die storie.

Kliënt Hy het in die helfte van die storie aan die slaap geraak.

Terapeut Dit is reg hy moet rus en gesond word dan kan hy weer buite loop. Maak

seker dat hy gemaklik lê en sou hy koud kry gooi hom toe met 'n sagte kombersie. Nadat jy hom liggies op die voorkop gesoen het stap jy die vertrek uit en die toekoms in met die seker wete jy het hom baie mooi gehelp en was daar vir hom om aan sy behoeftes te voldoen. Nou is hy amper vyf jaar oud, waar sien jy hom nou?

Kliënt Hy speel buite in die pad. Hy spring rond en skop die klippies.

Terapeut Ja, noudat hy gesond is speel hy buite, spring rond en skop die klippies. Tel hom op jou skoot en sê hy moet saam met jou na die liedjie luister wat Janita Claassens gaan sing. Speel daarna die opname.

Hardloop die lewenswedren

Die lewe is 'n afloswedren my kind
hardloop, hardloop soos die wind.
Ons sal in al jou vreugde deel
die lewenspel het mos sy reëls.
In ons liefde sal jy inspirasie vind.

Hardloop, hardloop my kind.
Die lewenspad lê voor jou oop.
Dis 'n opdrag en 'n lewenstaak – ons sal
kyk wat jy met jou lewe maak.
Hou vas, hou die pas en hardloop!

Jy's deel van hierdie span in die wedren.
Pas net al die reëls toe wat jy ken.
Maak nie saak wie's voor nie,
dit gaan nie oor wen of verloor nie,
om jou kant te bring my kind, is om te wen!

Hierna gee jy hom 'n stywe drukkies en sê hy moet lekker speel, terwyl jy die toekoms instap en weet dit gaan goed met die kleuter Johan.

Terapeut En Johan [vervolg met bylaag 13 paragraaf ses] verplaas jou nou na jou lewenstuin. Kyk en geniet jou pragtige tuin vol blomme, pluk vir jou 'n

ryp tamatie en dan besef jy daar is nog 'n onkruid in jou tuin. Dis die onkruid van toe Johan siek was, so moeg was en geensins wou loop. Sy broekie is natgepiepie, van al die lemonade en Ouma sê hy is lui omdat hy geensins wil loop. Sien jy die onkruid groei?

Kliënt Ja ek sien hom, dis lelik.

Terapeut Ja, dis lelik. Daarom trek hom dadelik uit en gaan gooi die onkruid op die vuur en kyk hoe dit tot as verbrand, stap terug na jou lewenstuin en wat wil jy nou plant waar die lelike onkruid was?

Kliënt Rose, baie rose.

Terapeut Ja, plant baie rose, gee hulle water en sien hoe hulle groei en oortrek is van blomme. Daar is oop rose, half-oop rose en roosknoppe. Kyk en ruik die nuwe dimensie in jou gedagtetuin, want jy weet jou innerlike kind speel en skop klippies en hardloop die toekoms tegemoet. Afsluiting van die sessie (kyk bylaag 4.3). Hierna vind die terugvoeringsgesprek in die bewuste staat plaas.

Kliënt Sjoë, dit was nogal 'n moeilike sessie, maar nou weet ek waarom ek dink ek is vol slegtigheid en bang wanneer iemand met my raas.

Terapeut Johan dit is presies soos jy sê. Dit was moeilik want ons het weer heelparty diepliggende probleme verwerk. Ek is baie bly dat jy vandag self die verband tussen die verlede en die hede se probleme kon sien. Jy vorder besonder vinnig met jou terapie. Het jy rose in jou tuin?

Kliënt Ja, maar ek wil vir my 'n spesiale roos kry om te plant om my te herinner aan my selfwaarde en dat ek nie sleg is nie.

Terapeut Johan jy weet self dat jou suksesvolle praktyk as bewys dien dat jy geensins sleg of lui is. Nou kan jy sien watter betekenis die onderbewuste aan die opmerking van Ouma verleen en aanvaar het. Die bewuste daarenteen se betekenisgewing is dié van suksesvol. Van nou af het die bewuste en die onderbewuste dieselfde betekenisgewing, naamlik hardwerkend en suksesvol. Elke keer wat jy van nou af 'n roos sien, sal dit vir jou 'n bevestiging wees van ek is *hardwerkend, suksesvol en jy is bewus van jou selfwaarde*.

5.4.2.4 Die vierde hipnoterapeutiese sessie ter heling van kindertydseer

Terapeut Goeiemiddag Johan kom ons stap deur sodat jy kan begin vertel van al die positiewe gebeurtenisse die afgelope tyd.

Kliënt Omdat my ma dood is, het ek tannie Rita gebel en uitgevra na my geboorte, want ek was seker sy het my die eerste keer nadat die naelstring gesny is vasgehou. Maar sy was toe amper sestien en moes in die skool gewees het, toe sê ek maar niks.

Tannie Rita sê ma was siek en daarom het hulle geweet dit gaan 'n moeilike geboorte wees. Sy het toe die dag uit die skool gebly om te help met die baba en sy het my gebad. Sy bevestig toe dat ma chloroform gekry het want ek was 'n brugbaba en die dokter was bang ek gaan breinskade kry weens 'n gebrek aan suurstof. Ons het lekker gesels oor die nefritis en sy het vertel Ouma was streng en sy het dan vir my opgekom en gesê dit is nou storietyd en vir my stories gelees.

Ek kan nie in woorde sê hoeveel dit vir my beteken het om te kon uitvra oor daardie tyd van my lewe nie. Daarby kon ek die versekering kry dat alles wat ek 'gevoel en gesien' het met my geboorte was waar. Ek voel heeltemal 'n ander mens; vol lewensvreugde en selfversekering. Ek het nog nie weer alkohol misbruik nie want dit was nie nodig nie; ek kon die spanningsdruk verwerk en selfs my vrou se woede-uitbarstings kon ek my van distansieer en was ook geensins weer bang gewees nie.

Terapeut Dit is wonderlike nuus, geluk! (Terapeut staan op en gee sy bo-arm 'n drukkie van gelukwense). Ja dit is lekker om die bevestiging te kry van wat vir ander onmoontlik skyn te wees, wel waar is. Ek is só bly jy en tannie Rita kon lekker gesels en dat sy alles wat jy beleef het vir jou beaam het. Dit is seker vir jou 'n bevredigende en 'verlossing' om die spanningsdruk by die werk en jou vrou se woede-uitbarstings só beheersd te kon verwerk. Kom ons gaan voort met die werk sodat jy net nog meer verryk kan word. Die algemene induksie (kyk bylaag 4.1) word gebruik en daarna volg die verdieping omskryf in bylaag 14 paragraaf twee betreffende die helingsreis deur jou kinderseer, tot die einde van die tweede paragraaf.

Sien jy die klein seuntjie daar staan Johan?

Kliënt Ja.

Terapeut Ja, jy sien hom. (vervolg met paragraaf drie van bylaag 14.1 en gaan voort met bylaag 14.1 paragraaf drie en vier). In jou gedagte is jy nou weer terug by daardie sesjarige Johan. Laat tyd toe om die klein Johan eers te identifiseer en daarna aan sy behoefte te voldoen. Hoe gaan dit met hom?

Kliënt Lekkerder en makliker.

Terapeut Ja, hy beleef die wêreld as lekkerder en makliker. En sien hom nou op sy eerste skooldag met sy skoolklere aan en kosbakkie in sy tas. Hoe voel hy om na die groot skool te gaan?

Kliënt Hy sien uit daarna.

Terapeut Hy sien uit na die groot skool. En het hy darem 'n gawe juffrou?

Kliënt Ja.

Terapeut Die volwasse Johan gaan na hom toe en verseker hom jy is altyd daar vir hom, al kan hy jou geensins sien. Jy sal vir hom wys waar is die toilette en die verskillende geboue en kantore. Verder is jy altyd daar om alles wat moontlik is te doen om die laerskool vir hom lekker te maak. Hoe gaan dit met hom by die skool?

Kliënt Baie goed.

Terapeut Kyk waar is hy gedurende die pouse; sit hy alleen of speel hy saam met die maatjies?

Kliënt Daar is baie speelgoed, maar hy het nie baie maatjies nie, maar dis goed so.

Terapeut Verseker hom dat as hy speelyd 'n maatjie soek, sal jy daar wees vir hom. Hoe gaan dit verder met hom in die laerskool?

Kliënt Hy kan nie sing nie en hy voel sleg daarvoor.

Terapeut Die volwasse Johan, wat kan jy vir hom sê of doen om dit makliker te maak?

Kliënt Aag, die sang is nie so belangrik nie.

Terapeut Ja, daar is baie kinders en volwassenes wat geensins kan sing. Maar daar is ander dinge wat jy weer baie beter as die ander kan doen. Elkeen lyk anders en het ander talente van dinge wat hulle goed kan doen. Is hy nou tevrede?

- Kliënt Ja, hy is nou tevrede.
- Terapeut* Is daar enige iets wat in die laerskool jare gebeur het wat keer dat jy in die hier en nou gelukkig kan wees?
- Kliënt Nee.
- Terapeut* Gaan gee hom 'n stywe drukkie en verseker hom dat jy altyd daar sal wees vir hom onder alle omstandighede. Gaan voort met paragraaf ses en sewe van bylaag 14 en sluit die sessie af (kyk bylaag 4.3). Hierna volg die terugvoorgesprek in die bewuste staat betreffende die hipnoterapeutiese gebeure van die voorafgaande sessie.
- Kliënt Ja ek onthou dat ek nie baie maatjies gehad het nie, maar ek het 'n paar goeie maats gehad. Die singery onthou ek ook baie goed, dit was nogal sleg.
- Terapeut* Dit gebeur dikwels dat sommige kinders by tye alleen is gedurende pouse, maar tog 'n paar goeie maatjies het. Mense praat dikwels van die mooi helder kinderstemme, maar net soos nie almal atlete is nie, so kan nie alle kinders goed sing nie. Elkeen het verskillende talente gekry. Afskeidsgroete tot volgende week.

5.4.2.5 Terapeutiese regressie-sessie nommer vyf

- Terapeut* Groet Johan vriendelik en stap deur na die terapie kamer vir die aanvangsgesprek. Johan jy lyk so opgewonde wat het gebeur, ek is nou regtig geïnteresseerd?
- Kliënt My vrou het gesê sy is baie trots op my en bly dat ek nie te veel gedrink het nie, al was die geleenthede daar.
- Terapeut* Jou vrou is trots en bly dat al was die geleenthede daar, het jy nie te veel gedrink nie. Hoe laat dit jou voel Johan?
- Kliënt Lekker en ja, al moet ek dit self sê, ek is trots op myself en dankbaar vir jou hulp. Die rokery gaan goed, ek verminder weekliks die sigarette per dag en dit is nogal maklik. Net as ek half outomaties die sigaret in my mond sit, kan ek met 'n paar kere diep in- en uitasem rustig die sigaret terugsit in die pakkie. Daarna kan ek voortgaan met dit waarmee ek besig was.
- Terapeut* Johan dit is wonderlik! Geluk, ek is so trots vir jou part en ook **trots op jou!** (terapeut staan op en gee hom 'n drukkie aan sy bo-arm). Kom ons begin

sommer dadelik verder werk op hierdie positiewe noot. Algemene induksie (kyk bylaag 4.1).

Johan sien in jou gedagte hoe jou ouers wegry nadat hulle jou veilig ingeskryf het in die koshuis. Hoe voel jy?

Kliënt Hartseer, ek huil saggies want ek wil nie in die koshuis wees nie.

Terapeut Ja, jy voel hartseer want jy wil geensins in die koshuis wees en huil saggies. Wat kan die volwasse Johan vir daardie st 6 Johan sê?

Kliënt Toemaar dis net vir die week, Vrydag kom haal jou pa jou vir die naweek.

Terapeut Ja, dit is moeilik om vir die eerste keer in 'n koshuis te wees, maar jou pa-hulle sal jou elke naweek kom haal. Hoe voel hy nou?

Kliënt Beter.

Terapeut Ja hy voel beter, maar waar sien jy hom nou?

Kliënt Hy sit in die toilet en huil want hy verlang huistoe.

Terapeut Hy verlang huistoe en sit in die toilet en huil. Wat kan die volwasse Johan vir hom sê?

Kliënt Toemaar wat, dit is net in die begin so swaar. Dit sal later beter gaan jy sal sien.

Terapeut Ja jy sal later beter voel want dis net in die begin so baie swaar. Maar onthou jou ligliefdesnaelstring is altyd daar vir jou. Sit jou hand op jou naeltjie en voel die liefde wat daar vir jou gegee word. Onthou jy is altyd verbind aan die Groot Kragbron en jy weet hierdie kontak met God jou Skepper kan geensins verbreek word, dit is altyd daar, ook nou. Ja juis ook nou waar jy die liefde en warmte van jou ouerhuis mis.

Kliënt Die ander kinders spot my omdat ek huil om huistoe te gaan.

Terapeut Wat kan jy vir daardie st 6 Johan sê oor die gespot?

Kliënt Hy moet hom nie aan hulle steur nie. Dit sal later beter gaan.

Terapeut Ja, hy moet hom geensins aan hulle steur, dit sal later makliker wees en beter gaan. Hy moet ook onthou baie van die kinders was reeds in die laerskool in die koshuis. Toe het hulle net so verlang soos wat hy nou verlang. Gee hom 'n stywe drukkies om hom te troos. Gaan daarna voort met die herbesoek aan Johan se lewensreis (bylaag 15.1 paragraaf twee, drie en vier) en noudat hy aangepas en maats het gaan dit met hom goed. Is daar enig iets wat nog in die hoërskool gebeur het wat keer dat jy in die hier en nou gelukkig kan wees?

Kliënt Nee.

Terapeut Sluit die sessie met 'n herbevestiging van sy nuwe heelheid af. Hy is 'n intelligente volwassene, 'n liefdevolle versorgende ouer en 'n laggende kind – 'n wonderlike gevoel van heelheid wat hy beleef. Sluit die sessie af met bylaag 4.3.

Terug in die hier en die nou volg die terugvoergesprek in die bewuste staat tussen die kliënt en die terapeut.

Kliënt Ek het al vergeet hoe ek in st 6 gehuil het en verlang het en die kinders se gespot.

Terapeut Ja 'n mens dink jy het dit vergeet maar dit was tog daar in die onderbewuste, maar nou is dit reggestel. Nou is jy 'n geïntegreerde volwassene en jy beleef 'n diep gevoel van innerlike heelheid. Nouja Johan, volgende week is ons laaste sessie want jy kan en het die alkoholmisbruik onder beheer, jy is besig om op te hou rook. Maar hoe gaan dit met die sjokolade en bietjie gewig afgooi?

Kliënt Baie dankie jy het my regtig baie gehelp. Die sjokolade is soos die alkohol misbruik onder beheer en ek het al 'n kilogram of twee verloor.

Terapeut Ek wil voorstel dat jy *verloor* sal vervang met die energie gebruik vir ander dinge wat ek gedoen het. Die rede hiervoor is wanneer jy iets verloor gaan jy weer daarna soek totdat jy dit gevind het, gebruik vir iets anders is 'n positiewe stelling.

5.4.2.6 Opsomming van terapie en egoversterking sessie

Terapeut Welkom Johan, kom stap gerus deur. Vertel my van jou afgelope week.

Kliënt Dit gaan so goed, ek drink nou net sosiaal, eet 'n stukkie of twee sjokolade en is af na drie sigarette per dag. By die huis gaan dit ook goed. My vrou sê vir my baie dankie vir die goed wat ek vir haar doen – en dit laat my regtig lekker voel. Sy sê sy is trots op my.

Terapeut Ja dit is wonderlik dat jy nou spanningsdruk kan hanteer en geensins meer alkohol as 'n kruk hoef te gebruik. Verder weet jy nou jy is *lewendig*, elke sel in jou liggaam lewe en daarom is sigareetrook geensins meer nodig as bewys van lewe. Ek is bly jou vrou bedank jou vir dinge wat jy doen en sê

sy is trots op jou. Johan **jy weet** jy is 'n heel Johan, met 'n doel geskape en volkome toegerus vir jou doel; iemand om op trots te wees. Kom ons doen nou die afsluitingsgedeelte. Gebruik die algemene induksie (kyk bylaag 4.1). Johan stap deur jou pragtige lewenstuin. Sien die blomme tussen die patrysdruie en weet daar is geensins rede vir benoud wees of om te twyfel. Dan sien jy ook al die ander blomme, almal vol in die blom en die tamatiestoel oortrek met tamaties en jy weet 'jy is uit' en jy is totaal lewendig. Jy het dit gemaak! Jy lewe! Terwyl jy 'n vars tamatie eet kyk jy na die pragtige rose en weet jy is hardwerkend en suksesvol. Verder is jou vrou trots op jou; Johan uniek en met 'n spesiale doel geskep en volkome toegerus vir jou lewe. Bykomend is jy altyd verbind aan God, jou Skepper en Kragbron deur jou ligliefdesnaelstring. Daarom Johan (kyk bylaag 16). Vervolgens word die terugvoorgesprek in die bewuste staat gevoer.

Kliënt Baie dankie, jy het my regtig baie gehelp.

Terapeut Dankie, maar onthou jy is die een wat die harde werk gedoen het. Nou het jy bykomende sekuriteit deur jou kokon van lig waarin jy weet dat jy absoluut veilig is; maar ook in staat is om wat van jou verwag word suksesvol te hanteer.

Johan, ongeag hoe goed dit met jou gaan sou ek aanbeveel dat jy oor sowat ses maande kom vir 'n bykomende persoon-verrykende sessie.

Kliënt Ek voel regtig so goed en veilig en sal beslis kom vir 'n "booster" sessie.

5.4.3 Opsomming van terapeutiese verloop

Die eerste regressie-sessie was behalwe vir die benoude gevoel op sewe maande prenataal sonder negatiewe belewenisse. Na die verwerking van die negatiewe kon die basis van Johan se uniekheid, spesiale doel en sinvolheid van die lewe, 'n logoterapeutiese perspektief, vasgelê word.

Die regressie na die kronologiese prenatale fase en geboorte was volgens die mediese hipnoanalise model die oorspronklike gebeurtenis as veroorsakende faktor vir die alkohol probleem. Vanuit die rasioneel-emotiewe gedrag sienswyse was die betekenisgewing aan die negatiewe gebeure die oorsprong van die probleem. Dit was

'n moeilike geboorte met erge drukking op die bors van die baba gedurende die kraamperiode. Johan het ook gesê hy is benoud en 'sit vas' en 'ek gaan doodgaan'. Nou voel dit beter, ek voel "tipsy", dis nie lekker nie. Op die vraag hoe dit vir hom voel om vir die eerste keer na geboorte te kon diep asemhaal, was sy antwoord "ek lewe". Johan het ook gesê hy voel skuldig oor sy ma so swaar gekry het met sy geboorte. Met die knip van die naelstring het hy bangerig gevoel en is ook direk na die geboorte na 'n ander vertrek geneem. Die res van die gebeure was positief want toe hy die babatjie moes vashou, was die babatjie vir hom mooi en sy ogies het gelag. Toe hy die eerste keer in sy ma se arms kon lê was dit lekker sag en warm en daar was liefde in haar oë.

Die negatiewe betekenisgewing van 'ek voel benoud en sit vas en gaan doodgaan' is herbeteken sodat elke asemhaling nou vir sy onderbewuste die bewys sal wees van 'ek is uit, ek is totaal en al lewendig'. Daarby is die verbreking van die band met ma deur die knip van die naelstring vervang met die onvernietigbare ligliefdesnaelstring waarmee hy nou verbind is aan God die Skepper en Kragbron wat aan hom die nodige suurstof en lewenskrag gee. Hierdie ligliefdesnaelstring kan nooit geknip of verbreek word nie. Hy hoef dus nooit weer bang te voel, want hy is verbind aan die Bron. Aanvullend word die skuldgevoel teenoor ma se pyn ook verwerk want dit was deel van God se skeppingsdoel vir hom en ma. Johan het vanuit 'n keuse-teoretiese perspektief besef asook gekies om die geboortepyn wat ma beleef het te sien as deel van sy skeppingsproses. Gedurende die volgende sessies het Johan 'n band met homself gestig. Die volwasse Johan het aan die klein seuntjie wat vasgesteek het op driejarige ouderdom, gehelp om te kies en te groei om geïntegreer te word met die volwasse Johan.

Om die herbetekenisgewing vanuit 'n rasioneel-emotiewe gedragsterapie perspektief te versterk word die onkruid wat negatiewe belewenisse verteenwoordig en groei in sy lewenstuin, uit te trek en te verbrand. Aan die hand van keuse-teorie het Johan die keuse uitgeoefen om die onkruid te vernietig. Veral die onkruid wat soos kakiebos lyk en só sterk en diep gewortel is dat Johan amper op sy rug geval het toe hy die onkruid uiteindelik uitgetrek kry. Hierdie kakiebos het al die negatiewe belewenisse van die geboorteproses verteenwoordig. Nadat die onkruid verbrand is het Johan ander blomme en tamaties in sy lewenstuin geplant, wat bevestiging is van sy nuwe betekenisgewing aan die gebeure. Die volwasse Johan het saam met die klein

driejarige seuntjie wat so moeg was en in sy broekie gepiepie het, en vir 'n hele lang tyd by Ouma en tannie Rita gaan bly het, boekies gelees en later vir kort entjies gaan stap het sodat klein Johan nie moeg word of bang is hy sal in sy broekie piepie nie.

Daarna het Johan weer sy kinderjare herbeleef en uiteindelik as volwassene en 'n geïntegreerde Johan sinvol kon voortgaan met sy lewe. Aanvullend is bykomende versterking deur middel van die gebruik van die metafoor van 'n kokon van lig gebruik waarin Johan absoluut veilig is, is die terapeutiese verloop afgesluit.

Daar is deurgaans van keuse-teoretiese beginsels gebruik gemaak, aangesien die volwasse Johan telkens moet kies of daar enige nodigheid bestaan vir negatiewe betekenisgewing deur die klein Johan aan uitgesonderde gebeurtenisse. Die keuse van 'n ander meer toepaslike betekenisgewing sluit ook logoterapeutiese beginsels in daar die volwasse Johan willend strewende na 'n meer sinvolle lewensuitkyk.

Johan het daarin geslaag om sy drankprobleem te oorkom, het minder sjokolade geëet en ook minder gerook; hy rook tans net drie sigarette per dag. Hy was baie meer ontspanne en het volgens hom gemakliker gesosialiseer en kon die woede-uitbarstings van sy vrou op 'n rustige wyse hanteer deur gesprekvoering of volgens REBT disputering. Sy keuse om op te hou om alkohol te misbruik het volgens hom sy lewe verryk, hom tot beleving van 'ek is in staat tot' en voel heel gebring en sinvolheid aan sekere gesinsaktiwiteite verleen; 'n logoterapeutiese stellingname.

5.4.4 Samevatting van terapeutiese hulpverlening

In hierdie hoofstuk word die teoretiese omskrywing van heelheidsterapie as intervensiemodel weergegee. Genoemde aspek is 'n belangrike deel van die gestelde doel van die navorser vir hierdie studie.

Die grondbegrippe van die eklektiese terapeutiese werkwysse waarin die spirituele, taalgebruik en rapport baie belangrik is, is omskryf. Aansluitend daarby is insig van groot belang, die koppeling van die hede, verlede en toekoms, asook die aaneenskakeling van die sessies volgens 'n logiese verloop. Daarby is aandag gegee aan persoons groei en is die prenatale ontwikkelingsfasies en die geboorteproses

sinopties omskryf.

Voortvloeiend hieruit is die gevallestudie wat as navorsingsmetode vir hierdie studie dien, volledig omskryf. Na 'n sinopsis van die terapeutiese verloop is elke terapeutiese sessie volledig omskryf. Die gedeeltes van die bylae of protokolle wat vir elke terapeutiese-sessie gebruik is, is in vetdruk om hulle daardeur te verbesonder. Daarna is die terapeutiese verloop opgesom om heelheidsterapie se werkwyse as 'n eenheid te weergee. Verder is die uitkoms van die terapeutiese verloop ook opsommend weergegee. Vervolgens sal die samevatting, bevindinge en aanbevelings omskryf word.

HOOFSTUK 6

SAMEVATTING, BEVINDINGE, GEVOLGTREKKING EN AANBEVELINGS

Die omvangrykheid van elke mens se belewing van heelheid is uniek, maar terselfdertyd is daar 'n faset van heelheid wat ofskoon uniek, wel deel is van elke persoon se beleweniswêreld.

6.1 INLEIDING BETREFFENDE SAMEVATTING, BEVINDINGE EN GEVOLGTREKKING

Heling is 'n proses van genesing waarvoor 'n persoon dikwels bykomende hulp van 'n kundige persoon, meestal 'n sielkundige benodig. Dikwels is terapeute nie altyd bewus van hierdie leemtes nie; veral wanneer in ag geneem word watter veranderinge die afgelope aantal dekades plaasgevind het. Die persoon mag ook heling op spirituele gebied benodig, waarvan die sielkundige dalk ook nie altyd van bewus is of bereid is om hulp te verleen nie.

6.2 SAMEVATTING VAN DIE STUDIE

Samevattend is in hoofstuk een die probleemontleding, gewaarwording en ondersoek van die probleem omskryf. Voortvloeiend hieruit is die probleemstelling en doel van die studie gestel. Daarna is 'n teoretiese begroning en begripsverklaring sowel as 'n navorsingsontwerp omskryf. Die navorsingstudie is afgebaken en aandag is gegee aan algemene etiese oorweginge en optrede. Vervolgens is die navorsingsontwerp afgebaken naamlik 'n literatuurstudie en kwalitatiewe navorsing wat aan die hand van 'n gevallestudie omskryf is. Ter afsluiting is die ondersoekprogram sinopties gestel.

Hoofstuk twee is 'n omskrywing aan die hand van 'n literatuurstudie betreffende die spirituele, filosofiese en psigologiese perspektiewe op die mens se soeke na heelheid. Die wesenskenmerke van die mens wat uitgesonder is en die uitgangspunt van die omskrywing is, is die mens as spirituele wese, uniek met 'n eie wil en die vermoë om keuses uit te oefen. Aansluitend hierby het die mens 'n spesiale doel en is verantwoordelik vir die keuses of die gebrek aan keuses wat deur die persoon geneem

is. Daarby is die sinvolheid van die lewe en die mens as verhoudingswese omskryf en genoemde perspektiewe is deurgetrek na heelheid.

Aansluitend by die literatuurstudie oor menslike heelheid, is in hoofstuk drie 'n literatuurstudie gedoen op bestaande teoretiese werkwyses te wete mediese hipnoanalise, rasioneel-emotiewe-gedragsterapie, keuse-teorie, logoterapie en kindertydseer wat die kind se peuter- en kleuterjare, laer- en hoërskooljare asook adolessensie insluit. Die invloed van belewenisse van die prenatale fase en die geboorteproses is ook nagevors (kyk 5.2.7). Die gebeure gedurende die ontwikkelingsjare kan die persoon se lewensbelewenisse en sodoende die belewenis van heelheid beïnvloed.

Hoofstuk vier is gewy aan die kwalitatiewe navorsingsontwerp wat as navorsingswyse sal dien vir hierdie studie. Die navorsingsparadigma is die opbouende samelewing siening, pragmatiese siening en eklektiese siening met aspekte van nuttigheidsleer-, verbesondering- en fragmentasie siening. Die navorsingstrategie wat gebruik is, is 'n gevallestudie met aspekte van fenomenologiese en narratiewe strategieë.

Hoofstuk vyf is gewy aan die hulpverleningswerkwyse van heelheidsterapie. Die terapeutiese werkwyse van heelheidsterapie is 'n eklektiese intervensiemodel gebaseer op mediese hipnoanalise en kindertydseer met aspekte van rasioneel-emotiewe-gedragsterapie, keuse-teorie en logoterapie (kyk figuur 5.2). Die teoretiese hulpverleningswerkwyse is eerstens volledig omskryf, waarna die terapeutiese verloop van 'n gevallestudie volledig uiteengesit is. Die protokolle is in die vorm van bylae omskryf en aangepas vir die spesiale gevallestudie.

6.3 BEVINDINGE OOR DIE TOEPASSINGSWAARDE EN PRAKTIESE VERLOOP VAN HEELHEIDSTERAPIE

Die toepassingswaarde van heelheidsterapie lê daarin dat die oorsprong van die probleem en voortspruitende negatiewe invloede daarvan op die persoon, verwerk word. Die verwerkte negatiewe betekenisgewing van die verlede se positiewe uitwerking in die hede en toekoms is verduidelik. Sodoende het die kliënt antwoorde gekry op die 'waarom gebeur dit', asook die vermoë om gebeure in die hede en

toekoms suksesvol te hanteer; asof 'n werklike unieke persoon wat geskep is, 'hergebore' word, 'in staat is' en heelheid beleef. Hierdie 'in staat is', is baie duidelik in die omskrywing van die gevallestudie in hoofstuk vyf na vore gebring.

Die belewenis van die mens begin reeds in die baarmoeder, wat meebring dat die prenatale fase, geboorte en kinderjare tot adolessensie 'n groot invloed op die persoon se ingesteldheid en beleweniswêreld het (kyk 3.6 en 5.2.7). Deur die volwasse persoon te help om die kindertydseer te verwerk deur self op te tree as liefdevolle en versorgende ouer wat aan sy eie innerlike kind se behoeftes voldoen, word kindertydseer verwerk, die kind word heel en kan die innerlike laggende kind lewensvreugde aan die innerlike intelligente volwassene gee, waardeur hy heelheid beleef (kyk bylae 9-15).

Die innerlike kind waarna in hierdie studie verwys word, is 'n eklekties saamgestelde begrip met komponente van die wyse waarop Harville Hendrix en John Bradshaw verwys na die innerlike kind. Ook in die algemene spreektaal word verwys na die 'onskuld van 'n kind'. Daar word ook met deernis verwys na die emosionele belewenis wanneer daar in die oë van 'n onskuldige kind gekyk word. Die belangrikheid en onskuld van die kind word beklemtoon in die Christelike Bybel waar Jesus spesiale aandag aan kindertjies verleen (Matt 19:13-15; Mark 10:13-16; Luk 18:15-17; Die Bybel (Naslaan) 2004). Aanvullend tot die onskuld van die kind is sy kwesbare broosheid en behoefte om verbind te wees aan 'n liefdevolle versorger waardeur die innerlike kind, in wese die volwassene heelheid en lewensvreugde laat beleef.

Gedurende die verloop van die terapeutiese-sessies word die verwerking van die problematiese gedoen terwyl die persoon in hipnose is en word die negatiewe betekenisgewing in die onderbewuste verwerk en vervang met positiewe betekenisgewing. Hierna word die nuwe positiewe betekenis ook bewustelik (buite hipnose) met die kliënt bespreek. Sodoende kry die persoon antwoorde op die 'waarom's' waardeur hy insig en 'n ander perspektief ten aansien van die verwerking van lewensgebeure verkry, want 'n nuwe lewensfase neem 'n aanvang. Daar word ook aan die kliënt verduidelik dat sou 'n problematiese gebeurtenis in die toekoms gebeur, hy dit vanuit 'n ander perspektief sal kan sien en dienooreenkomstig optree, want in wese is hy 'n nuwe mens, die ware unieke persoon wat geskep is. Hy sal sy doel

suksesvol vervul, en sy persoonsmoontlikhede aktualiseer, want hy is *heel*.

6.4 GEVOLGTREKING VAN DIE STUDIE

As gevolgtrekking kan gestel word dat die navorser die navorsingsvraag of probleemstelling beantwoord het. Aansluitend hierby is die doel van die studie ook verwesenlik. Vervolgens word die probleemstelling genoem en sal die wyse waarop die navorsingsvraag beantwoord is sinopties weergegee word.

6.4.1 Die navorsingsvraag of probleemstelling

Die navorsingsvraag of probleemstelling van die studie is tweeledig naamlik ;

- kan spirituele, filosofiese en psigologiese denkwyses betreffende spesifieke wesenskenmerke van die mens aan die hand van 'n literatuurstudie deurgetrek word na menslike heelheid ; en
- wat is die kernaspekte van 'n terapeutiese intervensiemodel waardeur 'n persoon in sy spesifieke gesitueerdheid gehelp word met integrasie tot heelheid.

Die spesifieke wesenskenmerke van die mens wat nagevors is, is die mens as spirituele wese wat uniek is en met 'n spesiale doel geskape is. Aanvullend is die mens se eie wil, vermoë om keuses uit te oefen en die neem van verantwoordelikheid vir sy keuses. Daarby is die mens 'n verhoudingswese wat streef na 'n sinvolle en betekenisvolle lewe.

In die literatuurstudie waardeur die spirituele, filosofiese en psigologiese perspektiewe aan die hand van spesifieke wesenskenmerke deurgetrek is na menslike heelheid, is die denkwyses van Sokrates, Plato, Aristoteles, Descartes, Kant, Frankl (logoterapie) en Glasser (keuse-teorie) bestudeer. Die invloed van religieuse perspektiewe wat omskryf is, is die Christelike, Judaïstiese, Islamitiese, Buddhistiese en Hinduïstiese leringe. Genoemde perspektiewe is aan die hand van die uitgesonderde wesenskenmerke van die mens deur 'n omvangryke literatuurstudie deurgetrek na menslike heelheid (kyk hoofstuk 2).

6.4.2 Die doelstellingsnavorsing

Voortspruitend uit die navorsingsvraag of probleemstelling is die doelstelling van die studie ook tweeledig naamlik ;

- om aan die hand van uitgesonderde wesenskenmerke van die mens, menslike heelheid vanuit 'n spirituele, filosofiese en psigologiese perspektief te omskryf ; en
- om 'n toepaslike navorsingswyse na te vors ten einde 'n teoretiese raamwerk daar te stel as 'n bemiddelingswerkwyse waardeur menslike heelheid verkry kan word.

In die literatuurstudie betreffende die spirituele, filosofiese en psigologiese perspektiewe op menslike soeke na heelheid, is die verband tussen die perspektiewe deurgetrek na heelheid. Die verband is deurgetrek aan die hand van uitgesonderde wesenskenmerke van die mens naamlik die mens as spirituele wese, uniek en met 'n spesiale doel wat die betekenisvolheid van 'n sinvolle lewe nastreef, asook beskik oor 'n eie wil, keusevermoë en verantwoordelikheid neem vir die keuses wat hy uitoefen.

As uitvloeisel van die doelstelling is 'n uitgebreide literatuurstudie gedoen ten einde 'n terapeutiese intervensiemodel te ontwikkel waardeur menslike heelheid beleef kan word. Ten aansien van die kernaspekte van die terapeutiese intervensiemodel is mediese hipnoanalise, rasioneel-emotiewe-gedragsterapie, logoterapie, keuse-teorie en kindertydseer nagevors (kyk hoofstuk 3 en 5.2.7). Aan die hand van hierdie navorsing is op 'n eklektiese wyse 'n hulpverleningswerkwyse daargestel om 'n persoon in 'n spesifieke spirituele gesitueerdheid te begelei tot heelheid. Voortvloeiend hieruit is heelheidsterapie op 'n gevallestudie getoets met goeie gevolge. Die kliënt se hoof aanmeldingsprobleem was dat hy onder erge spanningsdruk alkohol misbruik het. Met hipnoterapeutiese regressie het die kliënt sy moeilike geboorte herbeleef. Die kliënt het gevoel daar is erge drukking op sy bors, 'n gevoel dat hy vassit, benoud is, en mag doodgaan. Daarna voel hy "tipsy" (want die moeder kry chloroform) en is hy gebore. Hierdie belewenis is in die onderbewuste neergelê, naamlik om "tipsy" te voel is 'n wyse waarop benoudheid en erge spanningsdruk verlig kan word ; aangesien die eerste keer toe hy onder erge druk was die "tipsy" gevoel hom gehelp het om te oorleef. Die

oormatige alkoholverbruik het aan hom 'n "tipsy" gevoel gegee. Daarna is bykomende terapeutiese hulp verleen om die kliënt in staat te stel om heelheid te beleef.

6.5 AANBEVELINGS

Die mens van die een-en-twintigste eeu en die omwenteling wat kwantumfisika ten aansien van interverweefdheid; en die oplewing in spiritualiteit sowel as die wegbeweeg van religieuse dogma word na verwys as die "Nuwe Hervorming". Hierdie nuwe tendense mag verwarrend wees vir die mens en maak dit nodig dat spesiale aandag aan die mens as spirituele en verhoudingswese gegee sal word. Bykomend is belangrik dat die spirituele met groot omsigtigheid hanteer sal word; asook dat die sielkundige wat aan sy naam gestand wil bly, aandag aan die siel binne die kliënt se spirituele standpunt sal gee en om sodoende die kliënt in staat te stel om heelheid te beleef.

Dikwels mag dit meebring dat die sielkundige kan baat vind deur bykomende selfstudie betreffende religieuse of spirituele perspektiewe te doen ten einde sy soekende kliënte te ondersteun. Sou die terapeut aanbeveel om die kliënt te verwys en die kliënt verkies om by die betrokke terapeut te bly, is bykomende kennis van die kliënt se spirituele sienswyse nodig. Deur die kliënt te vra om geskifte wat vir hom as 'heilig' of groot waarde is, aan die terapeut te voorsien, kan die terapeut deur selfstudie hom vergewis van die kliënt se spirituele sienswyse. Aansluitend hierby is nodig dat werksinkels en opleidingsgeleenthede daargestel word om die sielkundige in te lig betreffende die onderskeie religieuse en spirituele sienswyses.

6.6 BEPERKINGE VAN DIE STUDIE

Heelheidsterapie is 'n hipnoterapeutiese werkwyse wat meebring dat die terapeut 'n opgeleide hipnoterapeut sal wees. Hoewel die navorsing suksesvol bydrae het tot die ontwikkeling van 'n werkwyse tot bereiking van heelheid, kan die werkwyse nie deur alle terapeute gebruik word nie.

'n Moontlike bykomende beperking mag wees dat die werkwyse slegs op een kliënt toegepas is. Die doel van die studie was nie om hulpverlening te bied nie, maar om 'n werkwyse te ontwikkel om die persoon wat beleef hy is nie 'in staat tot' nie, in staat te

stel om homself as wel 'in staat tot' te beleef. Aansluitend hierby was die doel met die gevallestudie om die toepasbaarheid van die ontwikkelde intervensiemodel in die praktyk te ondersoek.

Die kennisname en inkorporering van die kliënt se spirituele of religieuse oortuiging in die terapeutiese hulpverlening, mag vir sommige terapeute problematies wees.

6.7 UITDAGINGE VIR DIE SELKUNDIGE

Die hedendaagse kennisontploffing en die klem op die kwantumfisika verwys Bohm (1997:7) na as die wegbeweeg van isolasie of verbrokkeling, na 'n geïntegreerdheid en heelheid. Die kern van heelheid lê in verbinding. Die klem is in die spirituele volgens Thurman (1994:26) op die mens se onbegrensde interverweefdheid met onbepaalde dimensies. Vandaar die stelling in die literatuur (Moreland, 1998; Muller, 2002b) dat die tyd reg is dat die sielkundige weer sy beroepbenaming gestand sal doen, deur werklik aandag aan die siel te gee tydens sy hulpverlening. Voortspruitend hieruit die noodigheid by die sielkundige om aan sy eie sienswyse betreffende die spirituele, en die wyse waarop na God, die goddelike, die Universele Kragbron en ander sienswyses gekyk word aandag te gee en duidelik vir homself uit te klaar. Die etiese verantwoordelikheid om binne die persoon se vakgebied te werk, is veral van toepassing op die sielkundige om, ongeag hoe sterk hy daarvoor voel, nie die terrein van teologiese en/of pastorale berading te betree nie. Die hulpverlening is steeds sielkundig met 'n spirituele grondslag. Bykomend is die noodigheid vir die sielkundige om ook kennis te verwerf betreffende ander religieuse en spirituele sienswyses. In hierdie studie is verwys na die Islamitiese en Joodse sienswyses en ook Boeddhisme en verwysings na Hindoeïstiese geskrifte. Wat nie in die studie omskryf is nie, maar nie negeer mag word wanneer die kliënt Joods is nie, is die van Ortodokse of Chasidiese Joodse sienswyses. Die persoon mag dalk nie streng aantrek volgens die Ortodokse Jode nie, maar hulle huldig steeds die Ortodokse sienswyse wat 'n wettiese grondslag het. Die Chasidiese Joodse siening lê meer klem op die spirituele.

Hierdie studie het slegs die sluier gelig en die bestaan, noodsaaklikheid maar veral ook omsigtigheid waarmee met die spirituele omgegaan moet word uitgelig. Daarby is dit baie belangrik om hoe moeilik dit ookal mag wees, die noodigheid vir die terapeut om te

alle tye respek te betoon vir die kliënt se sienswyse, wel wetende die onderliggende probleem is die van 'n belewenis van 'ver verwyder van' of 'los van' wat slegs deur 'herverbinding' opgehef kan word. Terselfdertyd is dit 'n uitdaging vir die terapeut om krities na te dink oor sy eie stellingname en kreatiewe wyses te vind om ook die agnostikus te bring by 'n 'herverbinding' met watter naam hy verkies om daaraan te gee.

6.8 DIE BYDRAE VAN DIE STUDIE TOT DIE OPVOEDKUNDIGE SELKUNDE

Ofskoon 'n volwassene vir die studie gebruik is, is die bydrae van die studie vir die opvoedkundige sielkunde die beklemtoning van onverwerkte kindertydseer. Die problematiek van kindertydseer wat ook die prenatale tyd en die geboorteproses insluit word dikwels beskou as slegs van belang vir die kind. Gedurende die geboorteproses beleef die mens sy eerste verbreking van 'n hegte band tussen hom en sy moeder. Ongeag wat die belewenisse in die baarmoeder en gedurende die geboorte was, die baba is nadat die naelstring geknip is onherroeplik los van sy moeder en alleen. Vandaar die herverbinding deur 'n irreële ligliefdesnaelstring wat vanuit 'n heelheidsterapeutiese perspektief die kern van die terapeutiese werkwyse is. Deur die metaforiese gebruik van 'n ligliefdesnaelstring word die baba weer eens verbind met God, sy Skepper [die goddelike, die Universele Kragbron] en kan hy heelheid beleef. Hierna, afhangende van die kliënt, word hy weer in sy moeder se arms gelê. Daarna of onmiddellik nadat die naelstring gesny is, afhangende van die spesifieke belewenis van die kliënt, tree die volwasse persoon na vore, neem die baba, verwelkom hom en onderneem om altyd daar te wees vir hom (kyk bylae 10 en 12). Hierdeur word op 'n menslike vlak die kliënt begelei tot innerlike heelheid.

Deur die skep van 'n metaforiese ligliefdesnaelstring is hy verbind met God en daar die volwassene verantwoordelikheid vir die baba neem, beleef hy innerlike heelheid in verbinding met 'n unieke ander mens, homself. Vanuit die Christenperspektief verwys die metafoor van die ligliefdesnaelstring na sy verbinding met God en kan hy die Liefdesgebod 'n werklikheid maak deur eerstens sy verhouding met God en daarna sy verhouding met sy naaste aangesien hy homself liefhet. Sodoende verkry hy op beide die transenderende sowel as die aardse vlak 'n onvernietigbare verbinding waardeur hy met homself as verhoudingswese innerlike heelheid kan beleef.

Vanuit die filosofiese perspektief verwys Buber (in Smith, 1987:16) na die dubbele verhouding van Ek-Jy en Ek-Dit, waar die mens altyd in verhouding is. Aansluitend hierby is Sokrates se verwysing na homself as 'n intellektuele vroedvrou wat deur sy redeneerkuns en vraagstelling die latente waarheid in die ander gebore laat word. Weliswaar met stampe en stote word hierdie insig 'gebore' (Drake, 1959:585; Tarnas, 1996:40). Die begrip 'hergeboorte' kom in verskillende omstandighede algemeen in die spreektaal voor. Daar word gesê die persoon is 'n nuwe mens, die Christen verwys na wedergebore en Jesus het ook in sy leringe gesê dat indien 'n persoon nie weer gebore word nie, hy die koninkryk van God nie sal sien nie. Heelheidsterapie is 'n 'hergeboorte' tot heelheid. Die uiters belangrike asook omvangryke invloed van onverwerkte kindertydseer op 'n volwassene se belewenis van ek 'is in staat tot', ek kan my persoonsmoontlikhede aktualiseer en ek voel heel, is in hierdie studie uitgelig en omskryf in die gevallestudie.

6.9 SLOTWOORD

Die inherente soeke na heelheid is 'n wesenskenmerk van die mens. Perspektiewe op hierdie soeke sowel as die klemverskuiwings en ook verskillende benaderinge ten aansien van die filosofiese, religieuse en spirituele, het 'n groter bewuswording by die navorser van die kompleksiteit van die mens teweeggebring. Die navorsingsdoel betreffende die kernaspekte van 'n intervensie werkwyse waardeur die persoon, met in agneming van sy spirituele sienswyse tot heelheid begelei word, is veral geleë in die herbetekenisgewing van belewenisse in die baarmoeder en/of geboorteproses.

Die navorser het weer eens tot die besef gekom van die verlamme uitwerking van onverwerkte kinderseer op 'n volwassene. Aansluitend hierby was die besef dat die belewenis van heelheid 'n koninue groeiproses is, waar die mens steeds groei tot 'n hoër niveau van heelheid; asook dat hierdie groeiproses uniek is vir elke mens.

Die deelnemer aan die studie, Johan, kon sy aanmeldingsprobleem van drankmisbruik onder erge spanningsdruk verwerk. Johan het 'n moeilike geboorte gehad, daar was erge drukking op sy bors, hy het gevoel dat hy vassit en mag doodgaan. As gevolg van die chloroform wat die moeder ontvang het, het Johan 'n gevoel van "tipsy" beleef.

Daarna is hy gebore en was hy volkome lewendig. Deur die herbelewing van die geboorteproses kon Johan verstaan waarom hy onmagtig was, want om “tipsy” te voel was die onderbewuste se versekering dat hy dit gaan maak en sal lewe. Hierdie betekenisgewing is verwerk sodat ‘n diep asemteug aan die onderbewuste die bewys van lewe is. Sodoende was dit nie meer nodig vir Johan om onder erge spanningsdruk “tipsy” te raak nie, hy kon net diep asemhaal en stadig uitasem en sou in staat wees om dit wat van hom verwag word suksesvol te doen. Hierdeur kon Johan beleef ‘ek is in staat tot’ en voel heel. Die gevallestudie met ‘n positiewe uitkoms toon die bruikbaarheid van heelheidsterapie in ‘n algemene praktyk.

6.10 SAMEVATTING

In die afsluitingshoofstuk van die studie is die studie sinopties hoofstukgewys weergegee. Die toepassingswaarde en praktiese verloop van heelheidsterapie naamlik vind die oorspronklike gebeurtenis met ‘n negatiewe betekenisgewing en verwerk hierdie betekenisgewing deur middel van hipnoterapie, is omskryf. Daarna is in die bewuste staat die invloed van die oorspronklike gebeure deurgetrek na die kliënt se huidige probleme. Die verlede hoort tot die verlede met sy gewysigde betekenisgewing waardeur die hede en die toekoms suksesvol hanteer kan word.

Vervolgens is aandag gegee aan aanbevelings ten einde die terapeut deur bykomende inligting te ondersteun om aan die eise wat die een-en-twintigste eeu aan sielkunde stel, die hoof te bied. Aansluitend hierby is die uitdaginge aan die sielkundige omskryf en beperkinge van die studie uitgelig. Die bydrae van die studie tot die opvoedkundige sielkunde is aangedui waarna die studie afgesluit is met die slotwoord asook ‘n sinopsis van die studie.

BRONNELYS

- Abbott, T.K. (translator) 1963. *Kant's critique of practical reason and other works on the theory of ethics*. London: Longmans, Green and Co.
- Adams, T.B., Bezner, J.R., Drabbs, M.E., Zambarano, R.J. & Steinhardt, M.A. 2000. Conceptualization and Measurement of the Spiritual and Psychological Dimensions of Wellness in a College Population. *Journal of American College Health*, 48:165 – 173.
- Ahola, D., Kovacik, A. 2007. *Observing and Understanding Child Development. A Child Study Manual*. United States: Thomson Delmar Learning.
- Angel Voices 1995. Kingston: Nectar Records.
- Ariel, D.S. 1995. *What Do Jews Believe?* New York: Schocken Books.
- Ayers, F.H. 1993a. Anger and Separation anxiety: a case discussion. *Medical Hypnoanalysis Journal*, 8(1):19-21.
- Ayers, F.H. 1993b. Goal Setting, Hypnoanalysis, and Managed Care. *Medical Hypnoanalysis Journal*, 8(2):40-44.
- Ayers, F.H. 1994. The First Three Sentences. *Medical Hypnoanalysis Journal*, June:57-64.
- Barnes, H.E. (translator). 1956. *Being and Nothingness. An Essay on Phenomenological Ontology*. (by Jean-Paul Sartre). New York: Philosophical Library.
- Berg, B.L. 2007. *Qualitative Research Methods for the Social Sciences, 6th ed*. Boston: Pearson Education, Inc.
- Beringer, A. 2000. In Search of the Sacred: A conceptual analysis of spirituality. *The Journal of Experiential Education*, 23(3):157-165.
- Berk, L.E. 1989. *Child Development*. Boston: Allyn and Bacon.
- Berk, L.E. 1994. *Infants and Children. Prenatal through Middle Childhood*. Boston: Allyn and Bacon
- Berk, L.E. 2006. *Child Development. Seventh Edition*. Boston: Allyn and Bacon.
- Berndt, T.J. 1992. *Child Development*. Fort Worth: Harcourt Brace Jovanovich College Publishers.
- Bilotta, V.M. 1981. Sexual Emergence as an Access to the Spiritual Life. *Studies in formative spirituality*, 2:13-23.

- Bodhi, B. 1984. *The Noble Eightfold Path*. Kandy: Buddhist Publication Society.
- Boero, M. E., Caviglia, M. L., Monteverdi, R., Braida, V., Fabello, M. & Zorzella, L. M. 2005. Spirituality of health workers: a descriptive study. *International Journal of Nursing Studies*, 42:915-921.
- Bohm, D. 1997. *Wholeness and the Implicate Order*. London: Routledge.
- Boswell, L.K. 1961a. The Initial Sensitizing Event of Emotional Disorders. *The Journal of the American Institute of Hypnosis*, 2(1):13-22.
- Boswell, L.K. 1961b. Induction of Hypnosis during the Initial Physical Examination. *The Journal of the American Institute of Hypnosis*, 2(3):38-42.
- Boswell, L.K. 1961c. Understanding Hypnosis. *The Journal of the American Institute of Hypnosis*, 2(4):27.
- Boswell, L.K. 1965. The Role of Suggestion in Medical Hypnosis. *The Journal of the American Institute of Hypnosis*, 6(2):25-26.
- Boswell, L.K. 1987. Classics in Hypnoanalysis. The Initial Sensitizing Event of Emotional Disorders. *Medical Hypnoanalysis Journal*, 2(4):155-160.
- Bradshaw, J. 1992. *Homecoming. Reclaiming and Championing Your Inner Child*. New York: Bantam Books.
- Brown, D. 2004. *The Da Vinci Code*. London: Transworld Publishers.
- Brümmer, Annatjie. 1975. *Smul en Verslank*. Pretoria. Daan Retief Uitgewers.
- Bryan, W.J. Jr. 1960. The Treatment of Enuresis. *The Journal of the American Institute of Hypnosis*, 1(1):35-37.
- Bryan, W.J. Jr. 1961. The Walking Zombie Syndrome. *The Journal of the American Institute of Hypnosis*, 2(3):10-18.
- Bryan, W.J. Jr. 1962. The Definition of Hypnosis. *The Journal of the American Institute of Hypnosis*, 3(2):39-43.
- Bryan, W.J. Jr. 1963a. A History of Hypnosis. *The Journal of the American Institute of Hypnosis*, 4(1):11-41.
- Bryan, W.J. Jr. 1963b. Ether: The psychic poisoner. *The Journal of the American Institute of Hypnosis*, 4(2):26-34.
- Bryan, W.J. Jr. 1964. The Ponce de Leon Syndrome. *The Journal of the American Institute of Hypnosis*, 5(1):34-43.
- Bryan, W.J. Jr. 1968. What Every Subject Should Know About Hypnotism. *The Journal of the American Institute of Hypnosis*, 9(4):33-36.

- Bryan, W.J. Jr. 1971. Survival Today, Tomorrow and Forever. *The Journal of the American Institute of Hypnosis*, 12(3):135-142.
- Bryan, W. J. Jr. 1972. Secrets of Rapid Hypno-Analysis. *The Journal of the American Institute of Hypnosis*, 13(5):225-232.
- Bryan, W.J. Jr. 1986. Classics in Hypnoanalysis. *The Journal of the American Academy of Medical Hypnoanalysts*, 1(2):59-69.
- Bryan, W.J. Jr. 1987a. Classics in Hypnoanalysis. The Walking Zombie Syndrome. *Medical Hypnoanalysis Journal*, 2(2):59-69.
- Bryan, W.J. Jr. 1987b. Classics in Hypnoanalysis. Ponce de Leon Syndrome. *Medical Hypnoanalysis Journal*, 2(3):89-100.
- Claasen, J. 1991. Grootste treffers Vol 2. Select Music.
- Camic, P.M., Rhodes, J.E. & Yardley, L. 2003. *Qualitative Research in Psychology. Expanding Perspectives in Methodology and Design*. Washington: American Psychological Association.
- Chiu, L. 2000. Lived Experience of Spirituality in Taiwanese Women with Breast Cancer. *Western Journal of Nursing Research. Special Issue: Transcultural and cross-cultural nursing research*, 22(1):29-53.
- Cohn-Sherbok, D. 1994. *The Jewish Faith*. London: Society for Promoting Christian Knowledge.
- Cohon, B.D. 1968. *Judaism. In theory and practice*. New York: Bloch Publishing Company.
- Cook, C.C.H. 2004. Addiction and spirituality. *Addiction*, 99(5):539-551.
- Cooper, M. 2003. "I – I" and "I-Me": Transposing Buber's Interpersonal Attitudes to the Intrapersonal Plane. *Journal of Constructivist Psychology*, 16:131-153.
- Corsini, R.J. 2005. Introduction in Corsini, R.J. & Wedding, D. (editors). *Current Psychotherapies. Seventh Edition*. Canada: Thomson, Books/Cole.
- Cottingham, J. (red.) 1992. *The Cambridge Companion to Descartes*. New York: Cambridge University Press.
- Craffert, P.F. 2002b. Die Nuwe Hervorming en die Historiese Jesus: 'n Verandering van denke. In *Die Nuwe Hervorming*, Muller, P. (redakteur). Pretoria: Protea Boekhuis.
- Creswell, J.W. 1994. *Research Design. Qualitative and Quantitative Approaches* California: SAGE Publications, Inc.

- Creswell, J.W. 2007. *Qualitative Inquiry & Research Design. Choosing Among Five Approaches*. California: SAGE Publications.
- Creswell, J.W., Hanson, W.E., Plano Clark, V.L. & Morales, A. 2007. Qualitative Research Designs. Selection and Implementation. *The Counseling Psychologist*, 35(2):236-264.
- Creswell, J.W. 2009. *Research Design. Qualitative, Quantitative, and Mixed Methods Approaches. Third edition*. California: SAGE Publications, Inc.
- Dash, N.K. 2009. Module: Selection of the Research Paradigm and Methodology. [Online] Available at url: [mhtml:http://googlemail.com/attachment?ui=2&ik=0ef020f178&view=att&th=121f48..._](http://googlemail.com/attachment?ui=2&ik=0ef020f178&view=att&th=121f48...) (accessed on 14 July 2009)
- Dalmida, S.G. 2006. Spirituality, Mental Health, Physical Health, and Health-related Quality of Life among Woman with HIV/Aids: Integrating Spirituality into Mental Health Care. *Issues in Mental Health Nursing*, 27:185-198.
- David-Neel, A. 1977. *Buddism*. London: The Bodley Head.
- Denny, F.M. & Taylor, R.L. 1985. *The Holy Book in comparative perspective*. Columbia: University of South Carolina Press.
- Diagnostic and statistical manual of mental disorders 2000. Fourth Edition. Text Revision*. DSM IV – TR. American Psychiatric Association. Washington, DC.
- Die Bybel* (Naslaan) 2004. Bybelgenootskap van Suid-Afrika. Parow: CTP Boekdrukkers.
- Dilthey, W. 1989. The Hermeneutics of the Human Sciences in *The Hermeneutics Reader*. Meuller-Vollmer, K. (Editor). Great Britain: T.J. Press Ltd, Padstow.
- Drake, H.L. 1959. *Plato's complete works*. New Jersey: Littlefield, Adams & Co.
- Dreyer, Y. 2005. Vergewe en vergeet: 'n Pastorale perspektief. *Verbum et Ecclesia*, 26(1):16-34.
- Dvorak, A. 1993. *Largo* uit Simfonie No. 9 in E mineur, Opus 95 'From the New World'. EMI Records Ltd: Holland.
- Edel, A. 1982. *Aristotle and His Philosophy*. London: Croom Helm.
- Eight Upaniṣads, Volume one, Sixth Impression* 1986. Gambhīrānanda (translator). Calcutta: Advaita Ashrama.
- Eight Upaniṣads, Volume two, Sixth Impression*. 1986. Gambhīrānanda, (translator). Calcutta: Advaita Ashrama.

- Elkins, D. N., Hedstrom, L.J., Hughes, L.L., Leaf, J.A. & Saunders, C. 1988. Toward a Humanistic-Phenomenological Spirituality. Definition, Description, and Measurement. *Journal of Humanistic Psychology*, 28(4):5-18.
- Ellinger, H. 1995. *Buddhism*. London: SCM Press.
- Ellis, A. 1985. *Overcoming Resistance: Rational – Emotive Therapy with Difficult Clients*. New York: Springer Publishing Company.
- Ellis, A. 1986. Rational – Emotive Therapy and Cognitive Behavior Therapy; Similarities and Differences in Ellis, A & Grieger, R.M. *Handbook of Rational – Emotive Therapy Volume 2*. New York: Springer Publishing Company.
- Ellis, A. 1994. *Reason and Emotion in Psychotherapy*. New York: A Birch Lane Press Book. Carol Publishing Group.
- Ellis, A. 2005. *Rasional emotive behavior therapy* in Corsini, R.J. & Wedding, D. (editors). *Current Psychotherapies*. Canada: Thomson Books/Cole.
- Ellis, A. & Abrahms, E. 1978. *Brief Psychotherapy in Medical and Health Practice*. New York: Springer Publishing Company.
- Ellis, A & Bernard, M . E. 1986. What is Rational – Emotive Therapy (RET)? in Ellis, A & Grieger, R.M. *Handbook of Rational – Emotive Therapy Volume 2*. New York: Springer Publishing Company.
- Ellison, C.W. 1983. Spiritual Well-being: Conceptualization and Measurement. *Journal of Psychology and Theology*, 11(4):330-340.
- Epstein, I. 1954. *The Faith of Judaism*. London: The Soncino Press.
- Ericson's stages of psychological development. [online] Available at url: http://en.wikipedia.org/wiki/%27s_stages_of_psychosocial_development (accessed on 2009/12/10)
- Esterhuyse, W. 2009. *God en die gode van Egipte*. Epping, Wes Kaap: ABC Boekdrukkers.
- Flew, A. 1973. *Body, Mind, and Death*. New York: The Macmillan Company.
- Frankl, V.E. 1967. *Psychotherapy and Existentialism*. New York: Simon and Schuster.
- Frankl, V.E. 1969. *The will to meaning*. New York: The World Publishing Company.
- Frankl, V.E. 1975. *The Unconscious God*. New York: Simon and Schuster.
- Frankl, V.E. 1979. *The Unheard Cry for Meaning*. London: Hodder & Stoughton.
- Frankl, V.E. 1985. *Man's Search for Meaning*. New York: Washington Square Press.
- Frankl, V.E. 1986. *The Doctor and the Soul*. New York: Vintage Books A Division of Random House.

- Freeman, A. 1988. Sexuality and Spirituality. *Studies in Formative Spirituality*, 9:169-183.
- Freke, T & Gandy, P. 2002. *Jesus and the Goddess*. London: Thorsons.
- Frey, B.B., Daaleman, T.P. & Peyton, V. 2005. Measuring a Dimension of Spirituality for Health Research. Validity of the Spirituality Index of Well-Being. *Research on Aging*, 27(5):556-577.
- Fromm, E. 1966. *Man for Himself*. New York: Holt, Rinehart and Winston.
- Gambhīrānanda (translator). 1986. *Eight Upaniṣads. Volume One*. Calcutta, Acvaita Ashrama.
- Gambhīrānanda (translator). 1986. *Eight Upaniṣads. Volume Two*. Calcutta, Acvaita Ashrama.
- Geer, L.F. 2000. Die gebruik van hipnoterapie in die hantering van depressie en angs by adolessente en volwassenes. D.Ed. proefskrif. Pretoria: Universiteit van Suid Afrika.
- Giorgi, A.P. & Giorgi, B. M. 2003. *The Descriptive Phenomenological Psychological Method* in Camic, P.M., Rhodes, J.E. & Yardley, L. (editors). *Qualitative Research in Psychology*. Washington: American Psychological Association.
- Glasser, M. (editor) 1989. *Control Theory in the Practice of Reality Therapy; Case Studies*. New York: Harper & Row, Publishers.
- Glasser, W. 1999. *Choice Theory*. New York: Harper Perennial.
- Glasser, W. 2001. *Counseling with Choice Theory*. New York: Quill; An Imprint of Harper Collins Publishers.
- Glatzer, N.N. 1969. *The Judaic Tradition*. Boston: Beacon Press.
- Goldstein, M.S. 1974. Psychotherapeutic Flexibility of Hypnosis. *The Journal of the American Institute of Hypnosis*, 15(3):123, 126-128.
- Gomez, R. & Fisher, J. W. 2003. Domains of spiritual well-being and development and validation of the Spiritual Well-Being Questionnaire. *Personality and Individual Differences*, 35:1975-1991.
- Google Search. <http://www.google.co.za>. (Accessed on 14 July 2008)
- Gottschall, L.D. 1969. Psychopathology of Religious Disorders. *The Journal of the American Institute of Hypnosis*, 10(3):119-121.

- Grieger, R.M. 1986. *From a Linear to a Contextual Model of the ABC's of RET* in Ellis, A. & Grieger, R.M. *Handbook of Rational – Emotive Therapy Volume 2*. New York: Springer Publishing Co.
- Groot Woordeboek. Tiende uitgawe.* 1971. Saamgestel deur: Kritzinger, M.S.B., Steyn, H.A., Schonees, P.C. & Cronjé, U.J. Pretoria: J.L. Van Schaik.
- Guthrie, W.K.C. 1971. *Socrates*. Cambridge: University Press.
- Guthrie, W.K.C. 1981. *A history of Greek Philosophy*. Cambridge: Cambridge University Press.
- Hadot, P. (translated by Chase, M.) 1995. *Philosophy as a Way of Life*. Oxford: Blackwell Publishers.
- Haldane, E.S. & Ross, G.R.T. 1955. *The philosophical works of Descartes*. Volume I. United States of America: Dover Publications.
- Hamilton, E. & Cairns, H. (editors) 1987. *The Collected Dialogues of Plato*. New Jersey: Princeton University press.
- Hancock, G. 2005. *Supernatural*. London: The Random House Group Ltd.
- Hartman, E. 1977. *Substance, Body, and Soul*. New Jersey: Princeton University Press.
- Heath, C. D. 2006. A womanist approach to understanding and assessing the relationship between spirituality and mental health. *Mental Health, Religion & Culture*, 9(2):155-170.
- Heidegger, M. 1986. Phenomenology and Fundamental Ontology: The Disclosure of Meaning. In Mueller-Vollmer, K. (red.) *The Hermeneutics Reader*. Oxford: Basil Blackwell.
- Helminiak, D.A. 2001. Treating Spiritual Issues in Secular Psychotherapy. *Counseling and Values*, 45:163-189.
- Hendrix, H. 1992. *Keeping the Love You Find*. New York: Pocket Books.
- Hendrix, H. & Hunt, H. 1997. *Giving the Love That Heals*. New York: Pocket Books.
- Henning, E., Van Rensburg, W. & Smit, B. 2004. *Finding your way in Qualitative Research*. Pretoria: Van Schaik Publishers.
- Hillman, J. 1999. *The Force of Character and the Lasting Life*. New York: Random House.
- Hollingsworth, A. 2008. Neuroscience and Spirituality. Implications of Interpersonal Neurobiology for a Spirituality of Compassion. *Zygon*, 43(4):837-860.

- Howie, K. 2009. Islam Muslim: Islamic Religion, History, Beliefs. Qur'an / Koran, Mohammed Quotes. [Online] Available at url: <http://www.spaceandmotion.com/religion-islam-muslim-islamic-quran.htm>(accessed on 22 September 2009)
- Humphreys, C. 1974. *Exploring Buddhism*. London: George Allen and Unwin Ltd.
- Hunter, C.R. 2000. *The Art of Hypnosis*. Iowa: Kendall/Hunt Publishing Company.
- Husserl, E. 1986. The Phenomenological Theory of Meaning and of Meaning-Apprehension. In Mueller-Vollmer, K. (editor) *The Hermeneutics Reader*. Oxford: Basil Blackwell.
- Ingersoll, R. E. & Bauer, A.L. 2004. An Integral Approach to Spiritual Wellness in School Counseling Settings. *Professional School Counseling*, 7(5):301-308.
- Ingersoll, R.E. 1994. Spirituality, Religion, and Counseling: Dimensions and Relationships. *Counseling and Values*, 38:98-111.
- James, W. 1929. *The Varieties of Religious Experience*. New York: Random House.
- Janas, C. 1976. Medical Hypnosis Information Sheet. *The Journal of the American Institute of Hypnosis*, 17(2):66, 96.
- Janas, C.J. 1990. All We Need is Love. *Medical Hypnoanalysis Journal*, 5(1):30-34.
- Jantjes, L., Strümpher, J. & Kotze, W.J. 2007. The experience of childbirth in first-time mothers who received narcotic analgesics during the first stage of labour. *Curationis*, 30(2):82-90.
- Johnson, R. 1995. In: The Treatment of Anxiety with Medical Hypnoanalysis. A conference report by Gonzales, L & Matez, A.M. *Medical Hypnoanalysis Journal*, September 1995:391-399.
- Jordaan, W. 2002b. Jou meditasie mat of my *feng shui*-bed? Ons eksperiment met alternatiewe vorme van spiritualiteit. In Muller, P. (red.). *Die Nuwe Hervorming*. Pretoria: Protea Boekhuis.
- Jordan, J.N. 1987. *Western Philosophy*. New York: Macmillan Publishing Company.
- Jordan, W. 1990. *Ancient Concepts of Philosophy*. London: Routledge.
- Kasiram, M.I. 1998. Achieving Balance and Wholeness through Spirituality: A Family Therapy Perspective. *Social Work/Maatskaplike Werk*, 34(2):171-75.
- Kiefer, K.S. 1988. Childbirth Trauma as the Initial Sensitizing Event of Adolescent Suicide and Psychopathology in Matez, A.M. 1988. The Healing of the Adolescent ... from Despair to Health. The A.A.M.H. Post-Graduate Course – April, 1988 San Francisco, California. *Medical Hypnoanalysis Journal*,

3(2):72-81.

- Kitto, H.D.F. 1975. *The Greeks*. Middlesex: Penguin.
- Kitzinger, S. 1996. *Being Born*. London: Dorling Kindersley.
- Kliwer, S. 2004. Allowing spirituality into the healing process. *The Journal of Family Practice*, 53(8):616-624.
- König, A. 2009. *Die Evangelie Is Op Die Spel*. Wellington: Lux Verbi.Bm.
- Kramer, K. 1986. *World Scriptures*. New York: Paulist Press.
- Kriel, D.M. (vertaler) 1971. *René Descartes se Bepeinsinge oor die Eerste Filosofie*. Pretoria: Academica.
- Krüger, J.S., Lubbe, G.J.A. & Steyn, H.C. 1996. *The Human Search For Meaning*. Pretoria: Via Afrika.
- Landman, W.A. 1980. *Inleiding tot die opvoedkundige navorsingspraktyk*. Durban: Butterworth.
- Leistikow, D. 1994. Control: A Birth Experience Decision. *Medical Hypnoanalysis Journal*, September 1994:94-97.
- Lindsay, A.D. 1970. *Kant*. London: Ernest Benn Limited.
- Mackenna, S. & Page, B.S. (translators) 1952. *Plotinus, The Six Enneads in: Great Books of the Western World*. Hutchins, R.M. (red.). Encyclopaedia Britannica, Inc., Chicago: William Benton.
- Madill, A. & Gough, B. 2008. Qualitative Research and Its Place in Psychological Science. *Psychological Methods*, 13(3):254-271.
- Magee, B. 1998. *The Story of Philosophy*. London: Dorling Kindersley.
- Mahoney, M.J. & Graci, G.M. 1999. The Meanings and Correlates of Spirituality: Suggestions from an Exploratory Survey of Experts. *Death Studies*, 23:521-528.
- Mairet, P. (translator) 1973. *Existentialism and Humanism*. London: Eyre Methuen Ltd.
- Marcial, R.G. 1988. A Deepening Theapeutic Imagery. *Medical Hypnoanalysis Journal*, 3(2):67-70.
- Marecek, J. 2003. Dancing Through Minefields: Toward a Qualitative Stance in Psychology in Camic, P.M., Rhodes, J.E. & Yardley, L. *Qualitative Research in Psychology. Expanding perspectives in methodology and design*. Washington: American Psychological Association.
- Marterella, M.K. & Brock, L.J. 2008. Religion and Spirituality as a Resource in Marital and Family Therapy. *Journal of Family Psychotherapy*, 19(4):330-344.

- Matez, A.M. 1986. The rapid treatment of fear, panic and phobia disorders using hypnoanalysis ... with illustrative case history summaries. *The Journal of the American Academy of Medical Hypnoanalysts*, 1(2):68-87.
- Matez, A.M. 1992. Medical Hypnoanalysis as Explained to a Patient. *Medical Hypnoanalysis Journal*, 7(1):4-16.
- Matson, W.I. 1987. *A New History of Philosophy*. San Diego: Harcourt Brace Jovanovich.
- May, H. 2000. *On Socrates*. Australia: Wadsworth.
- May, R. & Yalom, I. 2005. Existential Psychotherapy in Current Psychotherapies in Corsini, R.J. & Wedding, D. (editors). *Current Psychotherapies. Seventh Edition*. Canada: Thomson, Books/Cole.
- May, R. MCMXXXIX. *The Art of Counseling*. Nashville: Abingdon Press.
- McLean, G.F. & Aspell, P.J. 1970. *Readings in Ancient Western Philosophy*. New York: Appleton Century Crofts.
- McMillan, J.H. & Schumacher, S. 2006. *Research in Education. Evidence-Based Inquiry. Sixth Edition*. Boston: Pearson Education, Inc.
- McSherry, W. & Draper, P. 1998. The debates emerging from the literature surrounding the concept of spirituality as applied to nursing. *Journal of Advanced Nursing*, 27:683-691.
- Medical Hipno Analysis, 1996. Phase 3. SASCH Cours van 22-26 Oktober 1996.
- Midgley, M. 1992. *Science as salvation. A modern myth and its meaning*. London: Routledge.
- Midgley, M. 2004. Science and Poetry in Haldane, J (red.) *Values, Education and the Human World*. Exeter: Imprint Academic.
- Miller, W.R. & Thoresen, C.E. 2003. Spirituality, Religion, and Health. *American Psychologist*, 58(1):24-35.
- Modlin, C.T. 1996. A Brief History of Medical Hypnoanalysis in South Africa. *Medical Hypnoanalysis Journal*, September 1996:139-141.
- Modlin, C.T. 1999. *Prisoners of our perception*. Johannesburg.
- Mohan, D.L. & Uys, K. 2006. Towards Living with Meaning and Purpose: Spiritual Perspectives of People at Work. *S.A. Journal of Industrial Psychology*, 32(1):53-59.
- Moore, C. 2003. *The self concept theory of Carl Rogers* in Meyer, W., Moore, C., Viljoen, H. (reds) in *Personology*. Sandown: Heineman Publishers.

- Moreland, J.P. 1998. Restoring the Substance to the Soul of Psychology. *Journal of Psychology and Theology*, 26(1):29-43.
- Mosak, H.H. 2005. Adlerian psychotherapy in Corsini, R.J. & Wedding, D.C. (editors) *Current Psychotherapies*. Canada: Thomson Brooks/Cole.
- Muller, P. (vertaler) 2002a. *Evangelie van Thomas*. Pretoria: Protea Boekhuis.
- Muller, P (redakteur) 2002b. *Die Nuwe Hervorming*. Pretoria: Protea Boekhuis.
- Muller, P. 1997. *Die Roos van Stilte*. Pretoria: Benedic Boeke.
- Murray, M. 2003. Narrative Psychology and Narrative Analysis in Camic, P.M., Rhodes, J.E. & Yardley, L. (editors). *Qualitative Research in Psychology*. Washington: American Psychological Association.
- Mussen, P.H., Conger, J.J., Kagan, J. & Huston, A.C. 1990. *Child Development and Personality*. New York: HaperCollins Publishers.
- Needham, P. 1981. *Descartes, An Introduction to the Philosophy of Mind*. Sweden: Förlaget Akademilitteratur.
- Neusner, J. 1974. *The Way of Torah: An Introduction to Judaism*. California: Dickenson Publishing Company.
- Neusner, J. 1975. *Between Time and Eternity. The Essentials of Judaism*. California: Dickenson Publishing Company.
- Newman, B.A. & Newman, P.R. 2006. *Development Through Life. A Psychological Approach*. United States of America: Thomson Wadsworth.
- Nielson, S.L., Johnson, W.B. & Ellis, A. 2001. *Counseling and Psychotherapy With Religious Persons*. London: Lawrence Erlbaum Associates, Publishers.
- Ostwald, M. (translator) 1962. *Aristotle. Nichomachean ethics*. Indianapolis: The Bobbs-Merrill Company.
- Pargament, K.I. 1999. The Psychology of Religion and Spirituality? Yes and No. *The International Journal for the Psychology of Religion*, 9(1):3-16.
- Pargament, K.I. & Mahoney, A. 2002. Spirituality. Discovering and conserving the Sacred in Snyder, C.R. & Lopez, S.J. (editors) *Handbook of Positive Psychology*. New York: Oxford University Press.
- Parker, I. 2005. *Qualitive Psychology: Introducing Radical Research*. Berkshire: Open University Press.
- Parlour, R.R. 1961. A Psychoanalytic Psychiatrist is Introduced to Hypnosis. *The Journal of the American Institute of Hypnosis*, 2(4):10-22.
- Paulus, T. 1972. *Hope for the flowers*. New York: Paulist Press.

- Payne, S., Field, D., Rolls, L., Hawker, S. & Kerr, C. 2006. Case study research methods in end-of-life care: reflections on three studies. *Journal of Advanced Nursing*, 58(3):236-245.
- Pizzi, S.E. 1992. Theoretical Indigestion: Cause and Cure. *Medical Hypnoanalysis Journal*, 7(4):122.
- Purdy, M. & Dupey, P. 2005. Holistic Flow Model of Spiritual Wellness. *Counseling and Values*, 49(2):95-106.
- Pye, M. 1979. *The Buddha*. London: Duckworth.
- Rabel, G. 1963. *Kant*. London: Oxford University Press.
- Rappaport, S. 1974. HYPNOSIS: A Normal Human Subconscious Reflex. *The Journal of the American Institute of Hypnosis*, 15(2):93-94.
- Raskin, N.J. & Rogers, C.R. 2005. *Person-centered therapy* in Corsini, R.J. & Wedding, D. (editors) *Current Psychotherapies*. Canada: Thomson Brooks/Cole
- Ritzman, T.A. 1987a. Accidental Hypnosis. *Medical Hypnoanalysis Journal*, 2(2):48-53.
- Ritzman, T.A. 1987b. Treatment of the Ponce de Leon Patient. *Medical Hypnoanalysis Journal*, 2(3):101-120.
- Ritzman, T.A. 1988. The Cause and Treatment of Anxiety. *Medical Hypnoanalysis Journal*, 3(3):95-114.
- Ritzman, T.A. 1989. The Separation Anxiety Syndrome. *Medical Hypnoanalysis Journal*, 4(4):137-148.
- Ritzman, T.A. 1990. Thoughts about healing. *Medical Hypnoanalysis Journal*, 5(4):146-162.
- Ritzman, T.A. 1992. Importance of Identifying the Initial Sensitizing Event. *Medical Hypnoanalysis Journal*, 7(3):98-104.
- Ritzman, T.A. 1993. Guilt. *Medical Hypnoanalysis Journal*, 8(1):10-18.
- Robinson, C.H., Lawler, M.R., Chenoweth, W.L. & Garwick, A.E. 1990. *Normal and Therapeutic Nutrition; Seventeenth Edition*. New York: Macmillan Publishing Company.
- Robinson, D. 1994. The importance of the Rehabilitation Phase of Medical Hypnoanalysis. *Medical Hypnoanalysis Journal*. December:162-166.
- Rogers, J. L. & Dantley, M. E. 2001. Invoking the Spiritual in Campus Life and Leadership. *Journal of College Student Development*, 42(6):589-603.

- Roof, W.C. 1993. *A Generation of Seekers. The Spiritual Journeys of the Baby Boom Generation*. New York: HarperCollins Publishers.
- Ross, D. 1980. *Aristotle. The Nicomachean Ethics*. Oxford: Oxford University Press.
- Ross, L. 1995. The spiritual dimension: its importance to patients' health, well-being and quality of life and its implications for nursing practice. *International Journal of Nursing Studies*, 32(5):457-468.
- Russell, B. 1975. *History of Western Philosophy*. London: George Allen & Unwin.
- Saddhatissa, H. 1976. *The Life of the Buddha*. London: George Allen & Unwin.
- SASCH (Suid Afrikaanse Vereniging vir Klieniese Hipnose) 1996. Fase 3 mediese hipnoanaliese. Meerhof Kliniek: 22 – 26 Oktober 1996.
- Schleifer & Associates. Tikkun. *The Art of Building Relationships* 2007. Opleidingskursus notas.
- Schoeman, E.H. 2003. Die gebruik van Mediese Hipnoanalise om emosioneel weerlose adolessente te begelei tot groei in emosionele volwassewording. Ph.D. proefskrif. Potchefstroom: Potchefstroom Universiteit vir Christelike Hoër Onderwys.
- Scholtemeyer, J.S. 2002. Die verband tussen 'n geslagshormoonwanverhouding en depressie by vroue. Ph.D proefskrif. Bloemfontein, Universiteit van die Oranje Vrystaat.
- Schumacher, S & Woerner, G. (editors) 1999. *The Rider Encyclopaedia of Eastern Philosophy and Religion*. London: Rider.
- Scott, J.A. 1975. Early Mechanical Memory. *The Journal of the American Institute of Hypnosis*, 16(4):179-187 & 195.
- Scott, J.A. Sr. 1989a. Two Foundation Principals of Medical Hypnoanalysis. *Medical Hypnoanalysis Journal*, 4(1):12-25.
- Scott, J.A. Sr. 1989b. Diagnostic Terminology in Medical Hypnoanalysis. *Medical Hypnoanalysis Journal*, 4(2):45-59.
- Scott, J.A. Sr. 1991. Medical Hypnoanalysis Clinical Procedure. *Medical Hypnoanalysis Journal*, 6(3):84-98.
- Scott, J.A. Sr. 1996. *The Handbook of Brief Psychotherapy by Hypnoanalysis*. Illinois: Relaxed Books.
- Seligman, M.E.P. & Csikszentmihalyi, M. 2000. Positive Psychology. *American Psychologist*, 55(1):5-14.

- Shantall, T. 2003. The existential theory of Viktor Frankl (1905 – 1998). In Meyer, W., Moore, C., Viljoen, H. (editors) *Personology*. Sandown: Heinemann Publishers.
- Smith, R.G. (translator) 1964. *Between Man and Man*. London: Collins.
- Smith, R.G. (translator) 1987. *I and Thou*. Edinburgh: T. & T. Clark.
- Smith, T.J. 1970. Age Looks at Death. *The Journal of the American Institute of Hypnosis*, 11(4):163-165.
- Smuts, J.C. 1987. *Holism and Evolution*. Cape Town: N & S Press.
- Spear, J.E. 1987. Comparing the Triple Allergenic Theory with a Core belief/Maladaptive Solution approach to Emotional Problems. *Medical Hypnoanalysis Journal*, 2(2):75-81.
- Spear, J.E. & Spear, C.A. 1996. The Hypnotherapist and Quantum Physics. *Medical Hypnoanalysis Journal*, September 1996:124-133.
- Still, J.W. 1970. Legal Levels of Life and Death. *The Journal of the American Institute of Hypnosis*, 11(1):3-6.
- South Pacific, 2002. Rodgers & Hammerstein. Twentieth Century Fox Home Entertainment.
- Swinton, J. 2003. *Spirituality and Mental Health Care*. London: Jessica Kingsley Publishers.
- Tarnas, R. 1996. *The Passion of the Western Mind*. London: Pimlico.
- Taylor, A.E. 1951. *Socrates*. London: Peter Davies.
- Taylor, E. 1987. We Live Forever. *Medical Hypnoanalysis Journal*, 2(4):152-154.
- Taylor, M.E.J. 1924. *Greek Philosophy*. London: Oxford University Press.
- The Bhagavad Gita* 1985. Sastry, A.M. (translator). With the commentary of Sri Sankaracharya. Madras: Samata Books.
- The Concise Oxford Dictionary of Current English. Fifth edition*. 1964. Edited Fowler, H.W. & Fowler, F.G. London: Oxford University Press.
- The Holy Qur'an* 1993. Ali, Yusuf. A. (translator and commentary). Islamic Propagation Centre International.
- The Living Tora'h* 1981. Kaplan, A.(translator). New York: Maznaim Publishing Corporation.
- The Magnificent Organ 1993. London: Phonograf Performance Ltd.

- The Oxford English Dictionary, Volume X, Sole – Sz.* 1961. London: Oxford University Press.
- The Oxford English Dictionary, Volume XI, T – U.* 1961. London: Oxford University Press.
- The Oxford English Dictionary, Volume XII, V – Z.* 1961. London: Oxford University Press.
- Thurman, R.A.F. (translator) 1994. *The Tibetan Book of the Dead*. New York: Bantam Books.
- Traumatic Separation Anxiety, 1995. Kursus van 2 dae deur Dr. D.W. Ebrahim (UK).
- Tummala-Narra, P. 2009. The Relevance of a Psychoanalytical Perspective in Exploring Religious and Spiritual Identity in Psychotherapy. *Psychoanalytical Psychology*, 26(1):83-95.
- Van Dierendonck, D. en Mohan, K. 2006. Some thoughts on spirituality and eudaimonic well-being. *Mental Health, Religion & Culture*, 9(3):227-238.
- Verklarende Handwoordeboek van die Afrikaanse Taal.* 2000. Redakteurs Odendal, F.F. & Gouws, R.H. Midrand: Perskor.
- Verny, M.D. & Kelly, J. 1988. *The Secret Life of the Unborn Child*. New York: Dell Publishing.
- Vlastos, G. 1995. *Studies in Greek philosophy. Volume II: Socrates, Plato, and their tradition*. New Jersey: Princeton University Press.
- Welman, Kruger & Mitchell. 2007. *Research Methodology, 3rd ed.* Southern Africa: Oxford University Press.
- Whales of the Pacific, 1992, Hughes Leisure Group, Australia
- Whitbeck, C. 2004. Trust and the Future of Research, *Physics Today*, 57:48-53. in Pimple, K.D. (editor). 2008. *Research Ethics*. Hampshire: Ashgate Publishing Limited.
- Whitehead, J.C. 1965. Hypnosis and the Bible. *The Journal of the American Institute of Hypnosis*, 6(1):19-20.
- Widdifield, D. 1995. Chronic Abdominal Pain as a Symptom of Repressed Trauma Successfully Treated with Hypnoanalysis. *Medical Hypnoanalysis Journal*. June 1995:280-287.
- Wikipedia, the free encyclopedia. <http://en.wikipedia.org/wiki/Shalom> (Accessed on 14 July 2008).

- Wikipedia, the free encyclopedia. <http://en.wikipedia.org/wiki/Pregnancy> (Accessed on 9/12/2009).
- Wikipedia. 2009. Child development stages. [online] Available at url: http://en.wikipedia.org/wiki/Child_development_stages (accessed on 2009/12/10)
- Wolmarans, H. 2002b. Die Nuwe Hervorming. In *Die Nuwe Hervorming*, P. Muller (redakteur). Pretoria: Protea Boekhuis.
- Woordeboek van die Afrikaanse Taal, Derde deel G*. 1972. Pretoria: Die Staatsdrukker.
- Woordeboek van die Afrikaanse Taal, Vierde deel H-I*. 1972. Hoofredakteur P.C. Schonees. Pretoria: Die Staatsdrukker.
- Woordeboek van die Afrikaanse Taal, Tiende deel M*. 1996. Hoofredakteur P.C. Schonees. Goodwood: Nasionale Boekdrukkery.
- World Health Organization (WHO) Geneva 1985. *Handbook of Resolutions and Decisions of the World Health Assembly and the Executive Board Volume II* 1973 – 1984:5-6.
- Wulff, D.M. 1997. *Psychology of Religion. Classic and Contemporary*. New York: John Wiley & Sons.
- Zelling, D.A. 1986. Editorial: God Bless the National Institute of Mental Health. *The Journal of the American Academy of Medical Hypnoanalysis*, 1(2):46.
- Zelling, D.A. 1987a. Expectancy and Acceptance. *Medical Hypnoanalysis Journal*, 2(1):32-34.
- Zelling, D.A. 1987b. How to build a fire. *Medical Hypnoanalysis Journal*, 2(4):173-174.
- Zelling, D.A. 1988a. The Triple Allergenic Theory. *Medical Hypnoanalysis Journal*, 3(2):58-62.
- Zelling, D.A. 1988b. in Griggs, N & Matez, A.M. Stress Management and Healing Imagery. *Medical Hypnoanalysis Journal*, 3(4):161-169.
- Zelling, D.A. 1990. Editorial: He's Got the Whole World in His Hands. *Medical Hypnoanalysis Journal*, 5(4):125-126.
- Zelling, D.A. 1993. Past Life Perspectives. *Medical Hypnoanalysis Journal*, 8(3):81-90.
- Zelling, D.A. 1996a. Keynote Address. Hypnosis, Hope and Healing. First African Congress in Clinical Hypnosis and Psychosomatic Medicine. *Medical Hypnoanalysis Journal*, March 1996:16-22.
- Zelling, D.A. 1996b. AAMH Las Vegas Conference Report. *Medical Hypnoanalysis Journal*, December 1996:181-207.

Zohar, D. 1990. *The Quantum Self*. New York: William Morrow and Company.

Zukav, G. 2000. *The Dancing Wu Li Masters*. London: Rider.

BYLAE OF PROTOKOLLE

Die bylae is in wese protokolle aangesien hulle die wyse van behandeling insluit. Ofskoon in die teks na bylae verwys word, is dit in wese 'n protokol, aangesien dit die wyse omskryf waarop die terapeutiese werkwyse verloop. Vandaar die feit dat die bylaag of protokol aangepas kan word om sodoende aan elke spesifieke kliënt se behoeftes in die terapeutiese werkwyse te voldoen.

BYLAAG 1 INNAME-ONDERHOUD

Belangrike inligting indien van toepassing op die kliënt, beide ouderdom asook geslag is die volgende:

- **Huweliksverband.**
- **Kinders – ouderdomme, geslag en was die swangerskap beplan.**
- **Kliënt se verhouding met ouers, as kind en as volwassene, want soms is daar verskille aangesien die ouer – kind verhouding deur die jare verander. Kliënt kies watter ouer eerste genoem word, asook hoe 'n soort mens was/is jou pa/ma? Lewe hulle nog, indien nie, wanneer en waaraan oorlede? Hoe het jy die dood beleef?**
- **Broers en susters en waar pas jy in die kinderry in, asook jou verhoudinge met elkeen van hulle, beide as jong kinders sowel as volwassenes.**
- **Wat weet jy van jou moeder se swangerskap met jou en jou geboorte. Was die swangerskap beplan ? Hoe het jou ma/pa gevoel oor die swangerskap?**
- **Het jy al ooit amper verdrink of gedink jy gaan verdrink?**
- **Enige operasies, hospitalisasies, ongelukke of ernstige siektes?**
- **Was jy al so siek dat jy of jou ouers of die dokter gedink het jy mag doodgaan?**
- **Hoe oud was jy toe jy skooltoe is?**
- **Was skool vir jou lekker? Vertel my van jou skooljare.**
- **Vrou – hoe oud was jy toe jy begin menstrueer het? Het jy geweet wat gebeur? Wie het jou vertel? Was dit pynlik?**
- **Hoe oud was jy toe jy die eerste keer geslagsgemeenskap gehad het? Hoe was dit vir jou? Waar het dit gebeur?**
- **Is jy ooit gemolesteer of verkrag?**

- **Het jy ooit 'n miskraam of aborsie gehad? Indien wel, wanneer het dit gebeur? Vertel my meer daarvan.**
- **Hoeveel mag het God? Wat is jou kerkverband?**
- Vertel my van jou God.
- Watter invloed het spiritualiteit of religie op jou lewe?
- Hoe dink jy sien God jou?
- Vertel my waar jy gehoor of geleer het van religie en/of spiritualiteit.

- **Is daar enige iets nog wat jy voel ek moet weet? Sou jy dalk later onthou, kan jy met die volgende sessie vertel. Sou ek dalk nog dink aan iets wat ek jou wou vra, sal ek die volgende keer vra.**

Wysiginge deur navorsers met erkenning aan mediese hipnoanalise inname wyse van Bryan in Scott (1996:242-248) betreffende inname inligting asook Marterella en Brock (2008:340) vir die bykomende spirituele vrae betreffende spiritualiteit.

Die inname onderhoud word só gestruktureer dat die inligting meestal spontaan verkry word en slegs waar nodig aangevul word met 'n direkte vraag. Die terapeut verwerk daarna die inligting kronologies, aangesien traumatiese datums in die verbeeldingsreis na die baarmoeder vermy moet word. Deur 'n opsomming van die inname-onderhoud word die nodige belangrike inligting asook inligting waardeur die verwerking van die problematiese in die hulpverleningsproses vergemaklik kan word, uitgelig.

BYLAAG 2 DIE VERDUIDELIKING VAN DIE TERAPEUTIESE WERKWYSE AAN DIE KLIËNT

Die terapeutiese werkwyse waarvolgens ons te werk sal gaan toon baie ooreenkomste met die mediese hipnoanalitiese werkwyse. Die rede vir die term ‘medies’ is dat ons ook soos mediese dokters eerstens sal vra waarmee kan ek help; en daarna bykomende inligting van jou vra. In die terapie sal ek jou later vra om vir my meer van jouself te vertel en sodoende bykomende inligting van jou as persoon bekom.

Daarna sou die dokter jou stuur vir bloedtoetse of X-strale, of dalk albei om die inligting wat hy nie deur sy ondersoek kon vasstel nie, te verkry om sodoende sy voorlopige diagnose te bevestig. Net so wil ek inligting van die onderbewuste kry, want die onderbewuste het ‘n totale geheue van alles wat jy beleef het. Die inligting van die onderbewuste is nodig want hierdeur kan die inligting in verband met die oorsaak van die probleem verkry word. Sou die rede vir die probleem in die bewuste gewees het, sou jy self die probleem opgelos het en was dit nie nodig vir terapeutiese hulpverlening nie.

Die derde rede is dat net soos met ‘n voedselallergie elke keer wat die persoon die betrokke kossoort eet, word die allergiese reaksie al hoe hewiger. Jy kon byvoorbeeld self gesien het hoe die persoon ‘n paar maande gelede twee groot stukke pynappel geëet het en het oënskynlik niks oorgekom nie; dalk het hy ‘n paar keer gehoes maar niks meer nie. Nou met net ‘n happie pynappel is die simptome so erg dat julle met hom noodgevalle toe moet jaag. Uiterlik ge-oordeel kan ‘n mens dink hy soek aandag, oorreegeer en maak asof dit so erg is. Maar in die liggaam het weens die allergie teen die pynappel antiligaampies gevorm. Wanneer die persoon nou pynappel eet, is die reaksie hewig as gevolg van al die antiligaampies wat reeds gevorm het; die reaksie is nie net as gevolg van die stukkie pynappel wat hy nou geëet het nie, maar is die kombinasie van al die pynappel wat hy in die verlede geëet het en hierdie stukkie daarby (kyk 3.2.3.1 vir ‘n meer wetenskaplike verduideliking).

Maar ‘n emosionele belewenis is totaal verskillend van ‘n fisiologiese allergiese belewenis. ‘n Persoon mag allergies wees vir pynappel, maar lemoene, piesangs

en alle ander vrugte kan hy eet sonder enige reaksie. Met 'n emosionele belewenis, kan 'n verskeidenheid totaal verskillende gebeurtenisse dieselfde belewenis tot gevolg hê.

Neem byvoorbeeld onseker; 'n mens kan onseker wees en wonder of jy die pos waarvoor jy aansoek gedoen het gaan kry, óf dit sal reën met jou tiende verjaardagpartytjie asook sal jy van jou nuwe juffrou by die skool hou. Daar is dus gedurende 'n mens se lewe baie totaal verskillende gebeure en belewenisse wat jou onseker kon laat voel het. Daarom mag mense sê: “Man, hy het sommer sonder rede hom vervies, dit was as 'n grap bedoel en niks anders nie”. Wat hulle sê is waar op die ‘uiterlike’, maar die ‘innerlike’ antiliggaampies as gevolg van 'n onseker gevoel is so baie dat die persoon se optrede heeltemal verstaanbaar is. Om hierdie rede mag jy sê: “Ek kan dit nie verstaan nie, eintlik was dit nie só 'n groot ding nie; ek weet nie, ek was net buite myself gewees”. Ons sal die oorspronklike belewenis vind en verwerk, sodat jy weer kan voel ‘ek is in staat’ daartoe, ek voel heel. Die verskil tussen die bewuste en die onderbewuste gaan ek nou verduidelik.

2.1 DIE BEWUSTE EN DIE ONDERBEWUSTE

Die bewuste is die deel van die mens wat logies dink, 'n mens mag daarna verwys as die verstandelike. Die onderbewuste daarenteen is die emosionele deel wat daarop ingestel is om ons te beskerm. In hipnose werk ons met die onderbewuste, jou beskermingsdeel en daarom kan jy verseker wees dat hipnoterapie werk met jou ‘beskermheer’ as 'n mens so daarna wil verwys en daarom sal die terapie tot jou voordeel wees.

Die verskil tussen die bewuste en onderbewuste se optrede kan aan die hand van die volgende voorbeeld verduidelik word. Gestel jy moet 'n referaat lewer en vir jou is dit baie belangrik dat jy 'n sukses daarvan sal maak. Die bewuste se manier om jou te beskerm is logiese denke naamlik berei jou goed voor, skryf die referaat uit óf anders skryf net die hoofpunte met enkele kerngedagtes neer; vra van jou familie of vriende of jy voor hulle kan ‘oefen’ of maak 'n video-opname van jouself en kyk daarna en doen dan die nodige veranderinge indien van

toepassing. Die onderbewuste daarenteen sal jou beskerm deur byvoorbeeld 'n aanval van akute laringites en jou stem is heeltemal weg. Nou kan jy nie die referaat lewer nie en daarom nie faal nie; *maar* jy kan ook nie suksesvol wees nie. Vandaar die stelling dat die onderbewuste of emosie onlogies is.

Die rede waarom jy hier is, is dat die bewuste en onderbewuste in wese mekaar teëwerk. Deur die terapie gaan ons die belewenisse en onvanpaste optrede wat keer dat die bewuste en die onderbewuste saamwerk, deur hipnose en hipnoterapie verwerk. Hierdeur sal jy in staat wees om die belewenis in die regte lig te sien; en daarna sal die bewuste en onderbewuste saamwerk sodat jy kan bereik wat jy graag wil bereik en heel wees.

2.2 VERDUIDELIKING VAN HIPNOSE EN HIPNOTERAPIE

Daar is wanopvattinge oor hipnose, maar hipnose is 'n natuurlike proses en ons almal is dikwels in hipnose sonder dat ons daarvan weet. Daar is verskeie beskrywinge van hipnose (kyk 3.2.1.1), maar eenvoudig gestel is hipnose 'n andersoortige staat van bewus wees; of 'n kombinasie van ontspanning en konsentrasie. Wanneer 'n persoon besig is om 'n boek te lees en ons roep na hom maar hy antwoord nie, want hy is so verdiep in die boek of in 'n 'ander wêreld' en daarom kan hy ons nie hoor nie. Hierdie is hipnose, want ofskoon hy hier sit is hy ook nie hier nie, want hy 'leef' in die gebeure van die boek – 'n andersoortige staat van bewus wees. Daarby lees hy vir ontspanning, maar hy konsentreer en kan jou die verloop van die hele storie wat hy gelees het vertel – 'n kombinasie van ontspanning en konsentrasie.

In terapie maak ek gebruik van self-hipnose wat beteken ek verduidelik vir jou stap-vir-stap wat om te doen. Ek gebruik dieselfde induksie (kyk bylae 4) elke keer en daarom sal jy elke keer makliker en makliker, asook dieper en dieper in hipnose gaan. Daarby leer jy self-hipnose sodat jy kan rus wanneer jy voel jy het nodig om te rus en ontspan. Hipnoterapie is terapie wat in hipnose gedoen word. Na elke hipnose sessie sal ek vir jou verduidelik wat ons hierdie spesifieke sessie verwerk het, waarom die sessie nodig was en wat die positiewe uitwerking daarvan op jou lewe vorentoe sal wees.

Hipnose is 'n vorm van ontspan en konsentreer en daarom is dit in 'n spesifieke sessie nodig dat die klem op ontspanning of konsentrasie sal wees. Jy doen dit elke dag spontaan, maar ek wil vasstel op watter wyse jy die beste konsentreer asook ontspan sodat ons meer doeltreffend kan werk aan jou heelheid. Om hierdie rede gaan ons nou bepaal op watter wyse ontspan jy die beste.

2.3 DIE VASSTELLING VAN DIE STRES- EN ONTSPAN MODALITEIT VAN DIE KLIËNT

Daar is nie 'n meetapparaat wat ons kan gebruik om vas te stel op welke wyse ontspan jy die beste nie, maar daar is wel 'n wyse waarop ons dit kan bepaal. Ek gaan jou vra om op drie verskillende wyses te ontspan en sodoende kan ons vasstel wat is jou ontspan-modaliteit. Kom ons neem 'n skaal van een tot nege. Op hierdie skaal verteenwoordig een die minste en nege die meeste. Jy ontspan op die eerste manier en kies 'n syfer volgens wat jy voel die mate van jou ontspanning die beste sal omskryf.

Nou gebruik jy hierdie syfer as jou riglyn om te meet of jy meer of minder ontspanne was.

Terapeut. Nou goed, maak seker dat jy gemaklik sit en maak jou oë toe; en luister hoe jy vir jouself die woord 'kalm' sê. Hoor jou eie stem sê 'kalm' en ontspan en luister totdat ek weer met jou praat (15 sekondes). Goed, jy kan nou jou oë oopmaak en hoe ontspanne was jy terwyl jy moes luister na jou eie stem? Watter syfer kies jy?

Kliënt. ... ek kies X (laagste syfer)

Terapeut. Goed, nou het ons 'n maatstaf om te gebruik en kan jy op die volgende wyse ontspan en daarna kies of dit meer of minder as X was. Maak jou oë weer toe en in jou gedagte kyk of vir 'n rooi roos, of 'n flikkerende kersvlam. Ontspan terwyl jy na die rooi roos of flikkerende kersvlam kyk totdat ek weer met jou praat (15 sekondes). Goed, jy kan jou oë oopmaak. Hoe ontspanne was jy nou toe jy na die rooi roos of die flikkerende kersvlam gekyk het; meer of minder as X?

Kliënt. ... Y

Terapeut. Nou die derde manier van ontspan. Maak jou oë weer gemaklik toe en konsentreer net op die beweging van jou borskas terwyl jy in- en uitasem. Ontspan en konsentreer net op jou borskas se beweging terwyl jy asemhaal en ontspan totdat ek weer praat (15 sekondes). Nou kan jy jou oë oopmaak; en hoe ontspanne was jy terwyl jy op die beweging van jou borskas moes konsentreer?

Klient. ... Z (hoogste syfer)

Terapeut. (Naam) jy het die meeste ontspan terwyl jy op die beweging moes konsentreer. So om iets te doen is vir jou lekker en ontspannend. Wat doen jy gewoonlik wanneer jy gespanne is en wil ontspan?

Kliënt. ... ek oefen/doen

Terapeut. Nou weet jy dat jy outomaties *doen* dit wat reg is vir jou. Van nou af kan jy hierdie kennis met meer selfvertroue toepas. Verder (naam) kon jy die minste ontspan terwyl jy na jou eie stem moes luister; daardeur sê jy dat jy baie goed kan onthou wanneer iemand vir jou iets sê. Op skool ook, wanneer jy opgelet het in die klas en *geluister* het, was dit maklik om later die werk te leer. Dalk het jy ook hardop geleer.

Gebruik nou hierdie kennis waaroor jy beskik tot jou voordeel. Al sê jy net in jou gedagtes ek gaan nou eers dit en dan dit en daarna dat doen. Jy sal vind hoe meer jy die kennis waaroor jy beskik bewustelik gebruik, want jy het dit outomaties toegepas, *voortaan doelbewus in die toekoms gebruik*, hoe makliker jy sal kan onthou wat nodig is om te onthou.

Hierdie bykomende inligting en bevestiging van die kliënt se ontspan- en konsentreer of stres-modaliteit (erkenning aan dr. Don W. Ebrahim, 1995) gedurende 'n drie daagse opleidingsessie Oktober 1995 gebruik die terapeut as praktykverbetering in elke terapeutiese sessie.

BYLAAG 3 DAARSTELLING VAN 'N VEILIGE PLEKKIE

Elke mens behoort sy eie 'veilige plekkie' te hê. Dalk beskryf die Engelse uitdrukking van "an inner sanctuary" miskien die 'veilige plekkie' beter. Jou 'veilige plekkie' is 'n plekkie wat jy in jou gedagtes vir jou voorstel en waar jy weet dat jy absoluut veilig, beskerm en rustig kan wees. Hierdie plek mag 'n plek wees waar jy al was of op 'n foto of in 'n film gesien het, of net in jou gedagtes vir jou skep, of 'n kombinasie van enige van die voorbeelde. Die enigste vereiste is dat jy absoluut alleen daar moet wees, niks of niemand mag saam met jou daar wees nie. Die rede hiervoor is dat die spesiale plekkie onder alle omstandighede 'n toevlugsoord vir jou moet wees. Want gestel jy neem jou geliefde troeteldier of ander geliefde saam met jou en hulle kom iets oor, het jy jou 'veilige plekkie' die heel nodigste en kan jy dit nie gebruik nie want jy word aanhoudend gekonfronteer met jou seer of bekommernis. Ek gaan nou vir jou tyd gee om die plekkie in jou gedagtes te skep en wanneer jy reg is, kan jy net jou kop knik of sê "ek is reg".

Jy gaan nou jou 'veilige plekkie' besoek en maak seker dat hy aan al jou verwagtings voldoen. Kyk dan rond daar, sien die spesifieke objekte se kleure, vorms en teksture, raak bewus van die reuke, luister na die geluide en hoor en voel die stilte, vrede en kalmte eie aan jou spesiale 'veilige plekkie'. En, sou daar iets wees wat jou pla, verander dit dadelik; want, onthou jy skep jou eie unieke 'veilige plekkie'. Van nou af, wanneer ek verwys na jou 'veilige plekkie' sal jy presies weet waarheen om te gaan. Onthou ook jou 'veilige plekkie' is onder alle omstandighede daar vir jou om te kan gebruik, te rus en energie te kry.

BYLAAG 4 ALGEMENE INDUKSIE VIR HIPNOSE IN 'N TERAPEUTIESE SESSIE

Die algemene induksie en terugbring na die werklikheid as afsluiting wat meestal in elke hipnoterapeutiese sessie gebruik sal word, word nou volledig omskryf. As agtergrondmusiek word 'neutrale geluide' soos "Whales of the Pasific" gespeel. Sou klassieke musiek of instrumentale musiek gespeel word, mag die betrokke musiekstuk aan 'n spesifieke belewenis by die kliënt gekoppel wees wat sekere emosies by die kliënt uitlok. Sodanige belewenis mag die terapeutiese verloop van die betrokke sessie negatief beïnvloed.

4.1 ALGEMENE HIPNOTIESE INDUKSIE

Maak seker dat jy lekker gemaklik sit en laat jou liggaam toe om te ontspan en jy ontspan soveel as wat nodig is vir vandag en dit is goed en reg.

Haal 'n slag lekker diep asem dit is reg en soos jy uitasem voel hoe jou liggaam ontspan { 'n stilte van sewe sekondes}. Maak jou oë gemaklik toe en terwyl jy jou oë toe hou, probeer hulle terselfdertyd oop maak. Dis reg, voel die spanning in jou oë want jy hou hulle toe en probeer hulle ook oopmaak. Raak intens bewus van die ongemak en spanning in jou oë; dit mag dalk so erg wees dat jou voorkop of gesig ook gespanne voel. En nou haal 'n slag diep asem en wanneer jy uitasem ontspan jou oë, ontspan jou hele gesig. Dit is reg voel hoe jy heeltemal ontspan en laat gaan en jy doen baie goed. En begin nou by jou tone en jou voete in jou [omskryf die kliënt se skoene of sandale], voel hoe hulle ontspan, en laat toe en voel hoe hierdie ontspanning op beweeg jou kuite, jou bene, selfs jou agterwêreld ontspan en jy doen baie goed. Voel nou hoe hierdie ontspanning verder op beweeg na jou maag en jy ontspan soveel as wat nodig is vir nou en dis goed en reg. Voel hoe jou rug en selfs jou bors ontspan. En nou begin by jou vingers en jou hande, laat hulle ontspan. [Dikwels beweeg die kliënt sy hande of vingers, ja dis heeltemal reg. Voel hoe jou hande en vingers ontspan; [sou die kliënt nie 'n beweging maak nie, maak onder andere 'n opmerking soos met jou hande wat gemaklik op jou skoot lê / armluning rus óf wat van toepassing is]. En voel en laat toe dat die ontspanning verder op beweeg jou arms ontspan, jou skouers en selfs jou nek ontspan. Voel hoe jou gesig ontspan, jou mond, jou

oë, jou voorkop jou hele liggaam is ontspanne. En haal weer 'n slag lekker diep asem en soos jy uitasem voel hoe jy meer en meer ontspan; dieper en dieper ontspan; veilig en gemaklik en alles is reg.

Haal weer 'n keer diep asem en wanneer jy uitasem voel hoe jy verder en verder ontspan, hoe jou hele liggaam ontspan. En konsentreer nou net op jou asemhaling; elke keer wat jy inasem, asem jy rustigheid in en wanneer jy uitasem, asem jy spanning uit.

Dis reg rustigheid in en spanning uit {die terapeut sinkroniseer die woorde met die kliënt se asemhaling}, met 'n stilte van tien sekondes. Elke keer wat jy uitasem voel jy hoe jou liggaam swaarder voel en hoe swaarder jou liggaam voel, hoe dieper ontspan jy. Jou liggaam voel swaar, baie swaar en jy ontspan diep, baie diep. Jy voel hoe elke spier elke vesel elke sel in jou hele liggaam ontspan. Ek gaan nou tel van een-tot-drie en by die telling van drie sal al die swarigheid verdwyn en jy sal so slap soos 'n lappop voel, heeltemal ontspan. Een twee drie ; al die swarigheid is weg; en jy voel so slap soos 'n lappop heeltemal ontspanne. Jy voel die rustigheid en kalmte die ligtheid in jou liggaam en gees. Frustrasies en spanning kan nou stadig uit jou uitvloei en elke keer as jy uitasem, sal angs en teleurstelling verdwyn en 'n gevoel van rustigheid en kalmte en vrede kan nou oor en deur jou hele liggaam versprei Wees nou kalm en stil, so stil en die stilte kan nou saggies warm voel, maar terselfdertyd koel en lawend wees; gemaklik en heilsaam en jy kan nou rustig voel kalm en tevrede tevrede met jouself en alles wat in jou omgewing is, in vrede met die heelal (laat tien sekondes van stilte).

Verplaas jou nou na jou eie veilige plekkie daar waar jy weet jy absoluut veilig is, volkome kan ontspan en gelukkig wees. Kyk rond, sien die bekende kleure, die vorms, die voorwerpe, raak bewus van die reuke, hoor die geluide en die stilte en, voel die rustigheid want daar is niks wat jou kalmte nou kan versteur jy kan nou heeltemal ontspan en die ontspanning geniet in die oomblikke van stilte wat nou volg (dertig sekondes stilte).

Ontspan nou dieper en dieper en dieper laat alle spanning nou gaan. Meer en meer ontspanne laat alle verdedigings gaan, die versperrings tot ons werk vandag, laat dit alles gaan; terwyl jy verder en verder ontspan en net na my stem luister. En nou as jy die klank van my stem hoor jy hoor die geluid van die see in die agtergrond jy voel hoe jy meer en meer ontspan; voel jy hoe elke spier in jou liggaam ontspan en jy kan laat gaan dit wat moet gaan “let go what must go”.

En jy voel hoe spanning, angs, frustrasie verdwyn as jy stadig in ‘n hemelsvrede wegsink en terwyl jy nog so rustig en ontspanne is swaai ‘n diep gevoel van rustigheid oor jou hele wese en jy sink weg in ‘n diep, vreedsame hipnotiese rus.

(Naam) rus, rus diep Wees net bewus van die klank van my stem dis asof die klank van my stem oor en deur jou vloei; asof dit die hele kamer vul, asof dit jou vul. En so konsentreer jy net op my stem versagter en rustig en jy sink nog dieper dieper ontspanne (laat tien sekondes stilte).

Stil jy is net bewus van my stem alle ander versteuringe raak jou geensins en jy rus diep Dieper en dieper ontspan rus nou in jou eie veilige plekkie terwyl ons voortgaan met die werk.

En ek wil heel eerste aan die onderbewuste baie dankie sê vir die hulpverlening en samewerking en ek wil aan die onderbewuste die versekering gee dat alles wat ek doen tot (Naam) se beswil sal wees.

4.2 VERDEDIGINGSUGGESTIES

Die volgende verdedigingsuggesties word met die eerste induksie tot hipnose gegee.

Ek wil ook die suggestie laat dat geen verhoogkunstenaar (Naam) sal kan hipnotiseer. (Naam) sal weerstand bied teen hipnose deur enige

verhooghipnotiseur. (Naam) sal slegs toelaat dat 'n opgeleide en geregistreerde sielkundige, dokter of tandarts jou sal kan hipnotiseer wanneer dit tot jou voordeel sal wees. Ek wil ook die suggestie laat dat (Naam) homself kan hipnotiseer sodat jy kan rus, ontspan, doen dit wat nodig is vir jou.

4.3 TERUGBRING NA DIE WERKLIKHEID NA 'N HIPNOTERAPEUTIESE SESSIE

Ek gaan jou nou terugbring na die hier-en-die-nou deur van vyf tot twee te tel wanneer jy jou oë sal oopmaak, en by die telling van een sal jy terug wees in die werklikheid; rustig en ontspanne. Vyf Vier (... bevestig die positiewe uitkoms van die terapeutiese sessie) drie, al die suggesties word diep en permanent in die onderbewuste neergelê om 'n positiewe effek op jou te hê elke oomblik van nou af. Twee, oë oop en een, terug in die werklikheid rustig en ontspanne.

4.4 AFSLUITING VAN DIE SESSIE

Die sessie word afgesluit deur 'n gesprek met die kliënt in die bewuste staat betreffende die werk gedoen gedurende die hipnoterapeutiese gebeure en belewenisse betreffende die afgelope sessie.

BYLAAG 5 WOORDASSOSIASIE-VRAELYS

Die mediese hipnoanalise woordassosiasie wat meestal gebruik word is saamgestel deur William Bryan. Hierdie woordassosiasie deur die navorser gebruik is gebaseer op Bryan se woordassosiasie-vraelys (Scott, 1996:251-254), maar verskeie veranderinge soos weglatinge en byvoeginge is aangebring deur die navorser en word ook vir elke klient aangepas deur vrae by te voeg of bestaande vrae uit te laat.

Die basiese beginsel van volgorde variasie naamlik die afwisseling van 'n maklike of voorspelbare antwoord met 'n vraag uit 'n ander perspektief, asook 'n onvoorspelbare volgorde is gevolg byvoorbeeld naam ; soet; van; sag; geel; werk Aanvullend daarby is plek gelaat vir vrae wat uit die terapeutiese verloop as belangrik ge-ag is. Die praktiese toepassing sal vervolgens omskryf word.

5.1 INDUKSIE VIR GEBRUIK MET DIE AFNEEM VAN DIE WOORDASSOSIASIE-VRAELYS

Die algemene induksie vir 'n hipnoterapeutiese sessie (kyk bylaag 4.1) word gebruik om die klient in trans te plaas.

Nadat die onderbewuste bedank is, vra die klient om gemaklik in sy 'veilige plekkie' te ontspan terwyl ons voortgaan met die werk.

***Terapeut* Jy sal my stem duidelik kan hoor en ook hoor hoe jy my antwoord. Die eerste woord, gedagte of gevoel wat by jou opkom nadat ek die woord gesê het, dit is die antwoord en dit kan jy sê.**

***Terapeut* Naam wag vir 'n antwoord. Anders verduidelik rustig weer dat die eerste woord, gedagte, gevoel of emosie wat by jou opkom is die antwoord, dit kan jy sê. "Wat is jou naam?"**

***Terapeut* Dankie.**

Wanneer daar 'n pouse of 'n lang pouse tussen die vraag en antwoord is, teken die terapeut dit aan. Sou die klient antwoord: "Ek weet nie" word dit as die

antwoord aanvaar en voortgegaan met die vraelys.

Woordassosiasie-vraelys deel 1

Naam _____

Soet _____

Van _____

Sag _____

Geel _____

Werk _____

Suiker _____

Vrees _____

My ma _____

Groen _____

Dood _____

Ek kon nooit iets regdoen vir..... _____

Probleem _____

Wit _____

My pa _____

Nooiensvan _____

Sondaar _____

Lewe _____

My ma het altyd _____

Liefde _____

Angs _____

Begeerte _____

..... laat my altyd voel

Blou _____

Haat _____

..... het / laat my altyd voel _____

Hemel _____

Behoeft _____

Ek is net soos _____

Rooi _____

Hel _____

Leef _____

Mond _____

Glo _____

Liefde maak _____

As ek my probleem in 'n kleur moet beskryf, is die kleur _____

Opwindend _____

Lieflik _____

Versmoor _____

Maak 'n sin met *asseblief* _____

My pa het nooit _____

Nodig _____

God _____

Woede _____

Maak 'n sin met *wanneer* _____

God het altyd _____

Afsluitingsvraag van sessie. Bedank die onderbewuste vir die hulp verleen en verseker hom dat ons gevorder het. Woudpredikasie en besoek aan waterstroompie (kyk bylaag 6). Afsluiting (kyk 4.3) en bevestig die rustigheid en kalmte wat die kliënt met hom saamneem.

5.2 Die induksie wat gebruik word vir die volgende deel van die woordassosiasie-vraelys is die algemene induksie (kyk bylaag 4.1)

Woordassosiasie-vraelys deel 2

Onderwerp _____

Aanraak _____

Trots _____

Maagd _____

Domineer _____

Skuldig _____

Plesier _____

Lippe _____

Aborsie _____

Huwelik _____

Soen _____

Verkul _____

Baba _____

Lieg _____

Egskeiding _____

Swart _____

Warm _____

Kinders _____

Liefde _____

Vryheid _____

Seksueel koud _____

Vertroue _____

Ek het regtig vasgesteek op `n ouderdom van _____

Begrafnis _____

Geboorte _____

Baklei _____

Gesag _____

Depressief _____

Homoseksueel _____

Maak 'n sin met *waarom* _____

Die lewe is soos _____

Maak 'n sin met *wie* _____

As kind het ek _____

Noudat ek ouer is _____

Wanneer ek sterf gaan ek / As ek doodgaan _____

Wanneer ek bo is _____

Donker _____

Ontsnap _____

Dit het alles begin toe _____

Saam met voel ek _____

Voltooi die sinne van hier af

As ek maar net _____

Daar moet _____

Hoekom kan ek nie _____

Elke liewe keer _____

My grootste vrees is _____

My grootste wens is _____

My grootste behoefte is _____

My grootste fout is _____

My grootste sonde is _____

Ek is bang wanneer _____

Mans is vir my _____

Toe ek gebore is _____

Aan die einde van die pad _____

Dit het alles begin toe _____

Ek begeer regtig _____

Wanneer ek liefde maak / Liefhet _____

Ek gee regtig om vir _____

My pa het my nog altyd laat voel _____

My grootste talent of vermoë is _____

My grootste mislukking _____

Ek was naby aan die dood toe _____

My ma het nooit _____

Dit is so maklik om te _____

Ek verafsku _____

Vrouens is vir my _____

Die grootste hindernis vir my geluk is _____

Ek vra myself _____

Die een ding wat ek die meeste nodig het is _____

20 jaar van nou af _____

Ek voel van binne dood as _____

My vader het altyd _____

Ek sal gelukkig wees wanneer _____

As ek geweet het dat ek nooit gestraf sou word nie _____

My ma het my nog altyd laat voel _____

My diepste gedagtes vertel my _____

Die kleur _____ **beteken vir my** _____

Moet asseblief nie _____

Ek het gesondig toe _____

Glo my as _____

Ek geniet _____

Ek is spyt oor _____

As ek ooit regtig laat gaan _____

Onderliggend aan alles _____

Ek is net moeg vir _____

Ek voel die beste wanneer _____

My probleem sal iets van die verlede wees wanneer _____

Wanneer ek trou / Volgende keer as ek trou _____

Ek is `n soort persoon wat _____

Hierdie keer sal ek suksesvol wees want _____

Baie dankie aan die onderbewuste vir die waardevolle samewerking en ek wil aan die onderbewuste die versekering gee dat ons [naam van kliënt] deur hierdie inligting in staat gestel is om [noem ongeveer drie positiewe doelstellings van die kliënt]. Vra die kliënt om te ontspan en na die volgende storie van 'n wurmpie te luister (kyk bylaag 7). Sluit die sessie af met die algemene afsluiting (kyk bylaag 4.4) en die herbevestiging van bogenoemde doelstellings en die versekering dat (... naam van die kliënt...) ook die metamorfose suksesvol sal ondergaan en vry soos 'n skoelapper/vlinder met innerlike heelheid sal kan wegvlieg na die toekoms.

BYLAAG 6 DIE WOUDPREDIKASIE BY DIE WATERSTROOMPIE

En nou kan jy nog dieper en dieper ontspan Meer en meer ontspanne nog, verder en verder ontspanne Stel jouself voor jy is met vakansie verbeel jou dat jy met vakansie is en dat jy nou net na 'n heerlike, rustige nag se slaap wakker geword het Jy kom uit jou kamer of tent of woonwa en stap uit in die natuur, want jy het naby aan die rand van 'n groot woud geslaap. Net voor die woud is daar 'n oop stuk grasveld met 'n klein kabbelende waterstroompie wat aan die rand van die woud verbyvloei en daar voor in die woud invloei dit is 'n lieflike, koel someroggend Die oggendlug ruik so vars en skoon en jy asem dit lekker diep in Jy voel die verfrissende effek van die skoon vars lug in jou longe die skoon vars lug stuur 'n tinteling deur jou hele liggaam Haal nou nog 'n keer diep asem maak jou longe so vol as wat jy kan vul dit tot volle kapasiteit jy voel die lewe in elke sel van jou liggaam jy voel hoe elke sel in jou liggaam lewe!

Jy voel verfris en vol energie en begin stap in die rigting van die woud Soos jy aanstap, hoor jy die geluid van die kabbelende waterstroompie duideliker. Wanneer jy nader aan die kristalhelder stroompie kom, hoor jy die geluid van die kabbelende water nog beter Dit is 'n vredige en ontspanne geluid wat al jou bekommernisse en jou vrese, spanning en dalk selfs skuldgevoelens wegspoel Dit maak jou gedagtes skoon en verfris jou gees en nou stap jy die koel woud in en jy staan 'n oomblik stil langs die stroompie sodat die kabbeling jou verstand kan skoonmaak en jou siel verkwik

Almal het nodig om te ontspan en jy ook jy het dalk meer nodig as enige iemand anders om te ontspan en daarom gaan sit daar op die gras en kyk hoe die water verbyvloei en oor 'n paar klippe spoel en kabbel luister na die rustige murmel van stadig vloeiende water Dit is so vreedzaam en so ontspannend en as jy wil mag jy jou voet of hand in die stroompie sit. Ontspan gee jouself oor aan hierdie vreedzaamheid en rustigheid en gee jou gedagtes vrye teuels laat jou gedagtes vry vloei laat dit toe om te dwaal en te sweef dit bring jou gees in beter balans groter harmonie

en beter balans tussen jou en die natuur, of as jy wil, tussen jou en God [of die Goddelike of die Universele Mag, afhangende van die kliënt]. Moenie aan God dink as iemand daar vêr verheve Dink eerder aan God as die energie en krag wat deur alle wesens vloei, ook deur jou Einstein het bewys dat 'n baie klein hoeveelheid massa, oor 'n besondere groot hoeveelheid energie beskik; daarom elke waterdruppel, stroompie, boom, blom, gras, klip, selfs 'n ster beskik oor 'n onmeetbare hoeveelheid energie. God is die Groot Kragbron van hierdie oneindige hoeveelheid energie en liefde. En ons is almal deel van Hom ons is almal deel van hierdie energie. Ons is almal deel van God.

***[Luister/Kyk] na Voel die water, hoe dit vloei en oor die klippe kabbel luister daarna en voel hoe jy rustig word, as al jou angstigtheid, bekommernisse en teleurstellinge deur die water weggewas word, en met die stroompie wegdryf Kyk daarna en voel hoe jy met vrede gevul word en al jou bekommernisse, angste, teleurstellinge, vrese en skuldgevoelens wegspoel saam met die water wat wegvloei wegspoel en wegvloei Hierdie vredsamese en ontspanne geluid was al jou bekommernisse en sorge, al jou vrese, al jou angstigtheid en al jou twyfel weg. Dit maak jou gedagtes skoon en verfris jou gees *[kyk na / hoor / voel] Voel die water wat verbyvloei dit was jou gedagtes skoon en verkwik jou siel *[kyk na / hoor / voel] Voel die water wat wegvloei wegvloei**

*Tik die woord volgens die kliënt se ontspan-modaliteit in.
(Zelling, 1987:173-174).

BYLAAG 7 DIE STORIE VAN DIE WURM EN DIE VLINDER

Eendag het 'n klein wurmpie uitgebroei uit 'n eiertjie wat gelê is op 'n blaar van 'n groot boom. Die wurmpie het dadelik aan die blaar begin eet. Nadat hy daardie blaartjie opgeëet het, het hy begin om die ander blaartjies aan die takkie te eet. Natuurlik het hy van al die etery al groter en groter geword. Tot op 'n dag toe kyk streepwurmpie na die boom en die blare en dink maar daar moet tog meer in die lewe wees as net kos om te eet en groter en groter te word.

Streepwurm klim toe uit die boom uit en hy begin loop. Oral sien hy die besies, springkane en ander goggatjies; hy kyk elke keer wat hulle doen, maar niks lyk vir hom interessant. Hy stap verder en daar sien hy 'n hoë toring. Toe hy nader kom sien hy die toring bestaan uit duisende wurms wat almal besig is om te spook en te spartel om bo te kom. Streepwurm dink by homself dat die antwoord hier moet lê; as ek net bo-op hierdie toring kan kom, sal ek al die antwoorde op my vrae kry en sal my soeke op 'n einde wees. Met mening en oorgawe duik streepwurm in die bondel wurms in en begin klim. Maar dit was geensins maklik, want al die wurms het gesukkel om bo te kom. Die wurms was so besig om bo te kom dat hulle sommer teen ander wurms gestamp het of op hulle getrap het.

Terwyl die streepwurm so worstel begin hy wonder of die antwoord regtig in die wurmtoring lê. Sonder dat hy besef sê hy hardop vir homself dat dit voel asof daar geen tyd is om oor die sinvolheid van die lewe na te dink. 'n Klein geel wurmpie het gehoor hy sê iets en vra hom om dit net weer te sê sodat sy goed kan hoor wat hy sê. Streepwurm antwoord dat hy maar net wonder of alles die moeite werd is. Geelwurm vertel hom dat sy ook gewonder het of dit wat daar bo is regtig al die moeite regverdig. Geeneen van hulle het 'n antwoord gehad en klim toe maar verder.

In die geklim trap streepwurm eendag hard op geelwurm se kop en toe hy afkyk in geelwurm se hartseer oë weet hy dat die antwoord geensins hier in die wurmtoring is. "Ekek is ek is regtig baie jammer" stotter streepwurm. Geelwurm begin saggies huil en sê: "Al die klim en seermaak is geensins die moeite werd, kom ons klim af". Streepwurm kyk op en sien dat hulle al 'n hele ent teen die toring opgeklim het, maar dink weer na oor wat geelwurm

gesê het en antwoord: “Ja, kom ons klim van die toring af”. Hulle krul hulle op in ‘n ronde balletjie sodat niemand op hulle kop of oë kan trap en rol van die toring af totdat hulle veilig op die grond is.

Vir die volgende klompie weke was die twee wurmpies baie gelukkig en het lekker rondgeloop, geëet, geslaap en was so gelukkig; want daar was nou geen gestamp en geveg om hoër in die wurmtoring te kom. Maar toe begin streepwurm rusteloos raak en sê vir geelwurm: “Daar moet meer in die lewe wees as net hierdie gerondloop, eet en slaap. Kyk, ons is nou groter en behoort makliker teen die wurmtoring op te klim om heel bo te kom”. Geelwurm het mooi met hom gepraat en gevra om asseblief geensins terug na die wurmtoring te gaan, want hulle weet geensins regtig wat daarbo is. Streepwurm was steeds rusteloos en uiteindelik gaan hulle weer na die wurmtoring toe. Terwyl hulle opkyk teen die wurmtoring val drie wurms van heelbo af tot op die grond by hulle. Twee van die wurms het dadelik gesterf, maar die derde wurm het net geprewel “Sal sien, net vlinders is vry” en sterf toe ook. Wat is ‘n vlinder vra die twee wurms vir mekaar, maar niemand het geweet wat ‘n vlinder is.

Die twee wurmpies is terug na hulle huisie en wonder wat beteken die woorde van die sterwende wurm. Na ‘n paar dae het streepwurm gesê dat hy terug gaan wurmtoring toe om te gaan kyk wat daarbo is. Geelwurm het baie hartseer vir streepwurm gesê: “Al weet ek geensins wat of waar die antwoord is; sien ek ook geensins kans om weer deel van die wurmtoring te wees”.

Streepwurm is toe alleen wurmtoring toe. Geelwurm het elke dag na die wurmtoring gegaan om te kyk of sy vir streepwurm iewers kan sien, maar dit was tevergeefs. Geelwurm dink weer na oor hulle lewe en voel nog steeds daar moet iets meer in die lewe wees as net eet en rondloop. Geelwurm besluit toe om heeltemal in ‘n vreemde rigting te stap.

Later sien geelwurm ‘n snaakse grys harige wurm wat onderstebo aan ‘n tak hang. Vir geelwurm lyk dit asof hy probleme het en sy vra: “Is daar iets waarmee ek kan help”. “Dankie vir die hulp”, antwoord die gryswurm. Hy verduidelik vir geelwurm dat hy besig is om sy kokon te spin sodat hy in ‘n vlinder kan verander. Toe geelwurm die woord ‘vlinder’ hoor is sy baie opgewonde, want dit was die

woord wat die sterwende wurm geprewel het. Geelwurm vra: “Wat is ‘n vlinder?” Gryswurm antwoord dat ‘n vlinder ‘n wese is wat totaal vry is. Elke wurm is geskep om in ‘n vlinder te ontwikkel. Vlinders is baie spesiaal, hulle drink nektar uit die blomme en dra die stuifmeel of saadjies van liefde van een blom na die ander. Sonder vlinders sal daar geen blomme op die aarde wees. Vlinders het lieflike vlerke waarmee hulle kan vlieg en die hemel met die aarde verbind.

Geelwurm is baie opgewonde en wonder of dit regtig waar is? Sal sy ook in ‘n vlinder kan verander? Geelwurm vra vir gryswurm of sy en elke ander wurm ook in ‘n vlinder kan verander. Gryswurm antwoord haar: “Ja, dit is waar. Jy en elke ander wurm kan in ‘n vlinder verander. Maar, jy moet só graag wil vlieg dat jy bereid is om te verander. Jy moet die lewe van ‘n wurm agterlaat voordat jy ‘n vlinder kan word. Wanneer jy ‘n vlinder is, ken jy ware liefde, kan jy op ‘n manier liefhê wat nuwe lewe bring”.

Nou is geelwurm baie hartseer want sy wil so graag hê dat streepwurm ook in ‘n vlinder moet verander, maar hy is so hoog in die toring dat sy hom geensins sien. Gryswurm sien haar hartseer en vra: “Waarom is jy nou hartseer?” Geelwurm vertel toe vir gryswurm van streepwurm. Gryswurm stel haar gerus en sê dat wanneer sy ‘n vlinder is, sy maklik tot by streepwurm kan vlieg.

Geelwurm was bang dat sy dalk nie in ‘n vlinder kan verander en dan nooit weer vir streepwurm sal kan sien, of dat hy haar geensins as ‘n vlinder sal kan herken nie; daarom dink sy eers na oor alles wat gryswurm gesê het.

Gryswurm se kokon is amper klaar gespin en hy sê vir geelwurm: “Jy sal ‘n pragtige vlinder wees, ons wag almal vir jou”. Geelwurm besluit om te waag en om haar meer moed te gee gaan hang sy langs gryswurm se kokon; en toe sy so reg hang en hard konsentreer vorm daar ‘n klein geel sydraadjie. Geelwurm was so opgewonde en dink: “Ek het geensins geweet dat ek in staat daartoe is. Alles wat ek nodig het is klaar binne in my, ek moet dit net weet en glo en doen “.

Intussen het streepwurm stadig maar seker hoër en hoër in die wurmtoring geklim. Hy het hard probeer om die ander wurms geensins in die oë te kyk, want

dan kon hy die pyn en seer in hulle oë geensins sien; en kon hy maklik op hulle trap in sy poging om bo te kom. En toe was hy byna bo daar waar hy al die antwoorde op sy vrae sal kry. Hy hoor hoe een van die hoër wurms sê: “Al manier wat ons het om bo te kom, is om die ander wurms af te stamp”. Toe moes streepwurm klou om bo te bly want ‘n klomp wurms val skreeuend van bo af langs hom verby tot daar vêr onder op die grond. Streepwurm was ontsteld, want hy onthou op daardie oomblik van die ander wurms wat op die grond geval en gesterf het.

Maar toe hoor streepwurm van die boonste wurms die mees ontstellendste woorde: “Hier is niks. Hier is absoluut niks”. Toe sê ‘n ander: “Kyk daar daar is ‘n menigte ander wurmtoringe en bo hulle is ook niks”. Alles was dus tevergeefs! Streepwurm is verskrik en verward en wonder wat moet hy nou doen. en was geelwurm dalk al die tyd reg toe sy gesê het dat die antwoord geensins in die wurmtoring is. Terwyl streepwurm so wonder voel dit asof die hele toring tril en beweeg en hy hoor uitroep van oral kom, en daar langs die wurmtoring regoor hom sien hy die wonderlikste gevleulde wese. Hy het nog nooit iets só mooi gesien. Die wese vlieg so maklik en lyk só mooi. Hierdie wonderlike geel wese vlieg tot by streepwurm en kyk hom in die oë en steek haar pote uit asof sy hom wil help. Toe onthou streepwurm weer die woorde van die sterwende wurm “vlinders is vry!” Streepwurm dink aan die oë van geelwurm en die oë van die vlinder en hy wonder kan dit wees kan dit sý geelwurm wees wat in ‘n vlinder verander het? Streepwurm besluit om die vlinder te volg en klim met mening langs die wurmtoring af grond toe. Hy kyk die ander wurms in die oë terwyl hy afklim en besef om ‘bo’ te kom beteken geensins om te klim, maar om te vlieg. Streepwurm sê vir al die ander wurms terwyl hy afklim: “Die antwoord is geensins daar bo, daar is niks; ek was daar. Die antwoord is in jouself”. Party van die wurms het na hom geluister, maar ander sê: “Aag, hy sê maar net so omdat hy misluk het en geensins bo kon kom”. Maar streepwurm het hom geensins aan hulle gesteur, net afgeklim en van moegheid aan die slaap geraak. Hy word wakker met die geel vlinder se vlerke wat saggies oor hom streef en dan ‘n entjie wegvlieg so asof sy hom iets wil vertel. Streepwurm het haar gevolg en weldra was hy ‘n strepie vlinder wat lustig saam met die geel vlinder rondgevlieg het volgens hulle doel om blomme te laat

voortleef (Paulus, 1972:1-144). Ook jy is uniek met die vermoë in jou om jou spesiale doel te verwesenlik gelukkig en vry soos 'n vlinder.

BYLAAG 8 DIE VESTIGING VAN 'N PRAGTIGE LEWENSTUIN OF GEDAGTETUIN

Elke mens se lewe kan vergelyk word met 'n pragtige tuin – jou lewenstuin of gedagtetuin. In hierdie tuin groei uitsonderlike blomme, struik, bome en soveel pragtige plante wat die positiewe, gelukkige en mooi belewenisse van jou lewe voorstel/verteenwoordig. Maar dikwels laat seer en ongelukkigheid toe dat lelike onkruid in ons lewenstuin groei en soms selfs begin om ons lewenstuin te oorheers. Ons doel met die terapie is om hierdie onkruid uit jou lewenstuin te verwyder sodat jy die vreugde van 'n pragtige gedagtetuin kan beleef en geniet. En..... die grootste vreugde van hierdie lewenstuin of gedagtetuin is dat alle bome, blomme, struik, grasse, orgidieë, azaleas, katjeeperings, frangipani, rose wat lekker ruik, pronkertjies, jasmyn, ag enige plant waaraan jy kan dink, welig sal groei en blom in jou lewenstuin. Hierdeur sal daar altyd lewe, skoonheid asook 'n welriekende geur in jou lewenstuin wees. 'n Tuin waar jy verfris, versterk en vertroos kan word en wat 'n veilige hawe vir 'n moeë soekende siel sal wees.

TERAPEUTIESE GEBRUIK VAN DIE LEWENSTUIN

Aan die einde van die sessie gaan die kliënt na die lewenstuin wat hy vir hom ontwerp, geplant en daargestel het. Die onkruid word deur die kliënt identifiseer, verwyder en op 'n vuur van takke en blare gegooi om tot as verbrand te word. Daarna stap die kliënt terug na sy lewenstuin en kies wat hy nou gaan plant. Na die sessie word gepraat oor die terapeutiese gebeure en wat hierdie nuwe plant vir hom simboliseer. Die terapeut heg bykomende versterkingsbeelde uit die sessie aan die besondere plant, as bykomende versterking.

BYLAAG 9 VERBEELDINGSREIS NA DIE BAARMOEDER

As inleiding tot die verbeeldingsreis na die baarmoeder word die algemene induksie vir hipnoterapeutiese werkwyse gebruik (kyk 4.1).

9.1 STASIE VERDIEPINGSINDUKSIE

In jou verbeelding stel jousef voor jy stap op die perron van 'n outydse stasie sien die ou rooi baksteengeboutjie met sy sinkdakkie en houtraam venstertjies. Kyk rond, dalk is daar palmbome of 'n baie mooi tuin en jy weet treine is vervoermiddels; iets wat jou van een plek na 'n ander vervoer; waarmee jy 'n reis onderneem. In Suid-Afrika maak ons deesdae min van treinvervoer gebruik behalwe as dit 'n spesiale rit met 'n stoomtrein is, of dalk die bloutrein. In Europa word daar algemeen van treinvervoer gebruik gemaak. Maar hierdie is 'n baie besonderse en baie veilige stasie en trein. Hierdie trein bestaan uit 'n lokomotief en 'n enkele passasierswa Jy sien die treinspoor wat doer vêr om die draai verdwyn en jy besef jy is ook hier om 'n reis te onderneem jy stap na die passasierswa, klim die trappies op, maak die deurtjie oop en stap die gang af. Jy gaan 'n kompartement binne, gaan sit op die bankie en kyk by die venster uit. Maar nou sien jy op die een muur van die stasiegebou is 'n snaakse almanak gevef daar is net een datum op –(noem die werklike datum) en jy dink hoe snaaks, dis vandag se datum. Jy kyk rond in die kompartement en sien 'n koord met 'n knoop onderaan bokant jou kop hang. Jy trek aan die koord en die trein begin stadig beweeg jy sien hoe die almanak geleidelik by die venster verbyskuif. Maar nou verskyn 'n soortgelyke almanak met (noem vorige dag se datum) en jy dink maar dis dan gister se datum..... Jy dink dit is baie snaaks, maar wanneer jy mooi kyk sien jy die trein is besig om agteruit te beweeg. Soos die trein momentum kry en vinniger beweeg sien jy hoe die dae vinniger verbygly (noem die daaglikse datums); die dae word weke (noem datums) selfs maande. En jy besef die reis wat jy vandag gaan onderneem is 'n reis van die hede na die verlede. Jy maak jou gemaklik reg vir die reis en sien hoe die jare verby beweeg (noem datums in onreëlmatige volgorde; met vermyding van datums vanuit die inname onderhoud verkry wat vir die kliënt traumaties was). Jy voel die egalige geskommel van die trein, jy hoor die klik – klak

van die wiele en jy sien hoe die jare verby snel. later word dit skemer (naby aan die geboorte datum), selfs donker (die laaste vyf tot ses jaar word in volgorde genoem) en nou is dit (geboorte jaar) dalk selfs ('n jaar vroeër afhange van geboortemaand om die volle tyd van swangeskap in te sluit). Kies 'n syfer tussen een en nege watter syfer kies jy? (kliënt noem die syfer) dis reg. Herhaal die syfer. Ek gaan nou tel van een tot drie en by die telling van drie sal jy terug wees in die baarmoeder (syfer genoem) maande oud. Een twee, drie, jy is daar! (Speel saggies in die agtergrond 'n opname van baarmoeder geluide. Indien onbeskikbaar kan "Whales of the Pacific", (1992) gespeel word). Waarvan raak jy bewus? Is dit warm of koud? Terapeut bevestig deurgaans antwoorde van kliënt voordat hy voortgaan met die terapie. Kan jy gemaklik asemhaal of voel jy effens benoud? Hoe laat dit jou voel? Watter boodskap kry jy van ma? Hoe laat dit jou voel? [Sou belewenis negatief wees, gaan terug na vorige 'maand' en herhaal vraagstelling. Wanneer die kliënt 'n abreaksie toon of angstig raak óf geen positiewe ervaring beleef nie, stabiliseer die kliënt tot rustigheid. Vervolgens word terugbeweeg na die reis wat onderneem is en wat is die doel van hierdie spesiale reis].

9.2 BAARMOEDER-BELEWENISSE EN DIE DOEL VAN JOU LEWE

Daar is 'n magdom kennis waaroor die mens beskik en tog is daar soveel onbekendhede. Nou is alle negatiewe gedagtes verwyder en jy lê rustig en veilig beskerm deur die vrugwater en wag wag vir inligting oor jouself. Jy weet jy het 'n reis onderneem kom ons kyk na die doel van hierdie reis 'n Paar maande gelede het daar 'n eisel uit talle halfgevormde eiselle begin ontwikkel Waarom hierdie spesifieke eisel? Ten spyte van die mediese wetenskap se kennis van die fisiologiese prosesse en die interaksies tussen die pituitêre klier en die endokriene kliere en die afskeiding van die verskillende hormone sowel as die inligting oor die konsentrasies en biochemiese samestelling van die hormone waartydens 'n eisel ontwikkel tot wasdom en vrygestel word, is daar steeds kennis waaroor die mens geensins beskik. En dit is waarom het hierdie spesifieke halfontwikkelde eisel op hierdie spesifieke tyd verder ontwikkel om vrygestel te word? Kon dit toevallig wees? (wag vir 'n antwoord). Sou Kliënt "nee" antwoord, bevestig dat die skepping geensins

toevallig tot stand gekom het. Sou die antwoord “ja” wees, vra of die skepping per ongeluk plaasgevind het! Begelei deur vraagstelling (desputering kyk 3.3.3.3) totdat die kliënt aanvaar daar was ‘n spesiale doel met die ontwikkeling van daardie besondere eiselletjie op daardie spesifieke tyd. Daar is ‘n doel met alles wat gebeur. **Juis op daardie dag word daar op ‘n liefdevolle wyse miljoene sperme in jou moeder se vagina geplaas. Hierdie sperme swem energiek op in die serviks tot in die fallopiese buis waar hulle in hulle duisende die eisel omring. Slegs een enkele sperm slaag daarin om deur die wand van die eisel te drng en dit te bevrug. Dink jy dit was toevallig dat uit die miljoene sperme daardie spesifieke sperm die eisel bevrug het?**

Weer eens met ‘n “nee” antwoord bevestig die antwoord en met ‘n “ja” antwoord begelei tot die kliënt aanvaar daar was ‘n rede daarvoor. Bevestig hierna dat **hierdie spesifieke eisel met sy unieke samestelling is deur ‘n besondere sperm met sy eiesoortige samestelling bevrug om ‘n baie spesiale persoon te skep. Hierdie baie spesiale persoon, so wonderbaarlik beplan is JY! (noem naam). Al hierdie prosesse en gebeure is daargestel net om jou skepping moontlik te maak – wat ‘n wonderlike wete! En begin besef binne in jou die wonderlike doel van jou bestaan. So asof die heelal in afwagting was vir jou ontstaan op aarde! In die eerste hoofstuk van die boek van Jeremia is geskryf dat God jou uitgekies het en selfs voor jou geboorte het Hy jou toegerus vir jou lewe. Daar staan geskryf: Jer 1:5 “Voordat Ek jou in die moederskoot gevorm het, het Ek jou geken; en voordat jy uit die liggaam voortgekom het, het Ek jou geheilig” (Die Bybel (Naslaan), 2004:757). Jy hoef nooit te twyfel oor jou doel, want God het jou toegerus vir jou doel en Hy sal by jou wees en wys wat om te doen en jou die nodige krag gee. [Vir die nie Christen: Jy weet jy is uniek geskape, anders as enige ander persoon op aarde; want jy het ‘n spesiale doel en jy is toegerus vir hierdie doel omdat dit vasgelê is en ‘n integrale deel van jou genetiese materiaal is]. **Wat ‘n wonderlike gedagte! Jy is met ‘n doel geskep en volkome toegerus vir jou doel! Jy voel dit in elke sel van jou en voel ook meer en meer die wonderlike doel van jou bestaan. En soos jy daar in die baarmoeder lê kom die wonderlike wete by jou op ek is met ‘n doel geskape en toegerus vir my doel. Ek hoef my geensins te bekommer oor my doel, want dit sal van oomblik tot oomblik aan my openbaar word. Ek hoef ook nooit te wonder of ek suksesvol sal wees; ek hoef slegs van oomblik tot oomblik****

te doen dit wat die beste is op daardie oomblik en my doel sal voor my ontvou. Speel musiek van Lamare se Andantino in D Mineur uitgevoer op die orrel, in die agtergrond. Sou die persoon nie aan God glo nie, is die agtergrondmusiek Dvorak se Nuwe Wêreld Simfonie nommer nege in E minor, Opus 95 , die koor wat sing word weggelaat. Nou voel dit asof jy in die oneindigheid van die universum kan sien en bewus word van 'n glinstere lig wat helder en helderder en duidelik en duideliker word. Dit lyk asof hierdie lig die hele oneindigheid vul. [Stel musiek harder]. Jy voel hoe die lig in die baarmoeder binnevloei en jou omring. Dit voel asof hierdie lig jou heeltemal omring en jou vul. Jy voel hoe die lig die baarmoeder binnevloei en jou volkome omring. En wanneer jy in hierdie oneindige oneindigheid waarvandaan jy kom kyk, sien jy daar is lig en liefde en vreugde. Lig is 'n integrale deel van God se skepping [die kosmos]. Ontspan en beleef en drink in hoe 'n hele nuwe wêreld vir jou oopgaan en jy word deel daarvan, gebind aan God [die Universele Kragbron en deel van die kosmos]. Daar is soveel lig en vreugde en jy hoor 'n koor sing, amper soos 'n engelekoor en jy word gevul met lig en liefde en vreugde. (Die agtergrond musiek is 'Pie Jesu' uitgevoer deur die St Philips koor vanaf die CD "Angel Voices"). Jy voel die belofte van 'n nuwe lewe wat wag alle twyfel en vrees is weg, (sou daar negatiewe belewenisse gewees het, noem hier dat is nou ook weg) want jy is gevul met lig en vreugde en lewe. Die baarmoeder is gevul met lig en warmte en rustigheid, rustigheid en vrede en oneindige vreugde. Daar is vreugde vir 'n lewe wat gelewe kan word; die vreugde om die wonder van lewe te beleef en te weet jy is 'n unieke skepping van God ['n unieke skepping]. Beleef jou uniekheid as skepping wat 'behoort tot' maar jy is ook 'verbind met' die lig. Terwyl jy so ontspan laat toe dat hierdie ervaring van jou uniekheid, omring deur lig, asook jou verbinding met God [Universele Kragbron, kosmos] diep en permanent vasgelê word in die onderbewuste as jou totale voorgeboortelike belewenis.

Jy weet jy is met 'n doel geskep en toegerus vir hierdie doel jy voel dit in jou hele wese. Dit is asof hierdie doel reeds nou vervul word daar in die baarmoeder en terwyl jy wag om hierdie doel te verwesenlik, beleef jy 'n vreugde 'n vreugde so diep en so innig dat jou hele lewe vir jou 'n avontuur word. Want jy weet wat die lewe ook al vir jou mag inhou enige frustrasie of teleurstellings jy weet jy sal dit kan hanteer en bó dit uitstyg.

Enige werk wat jy aan jousef moet doen, sal jy doen totdat jy ontwikkel het in daardie wonderlike persoon wat jy bedoel is om te wees lewe en liefhê liefhê en lewe. Jy voel hierdie oneindige vreugde want God [Lig] is in jou en jy voel dit daar in die baarmoeder.

En nou is dit asof jy kan voel hoe God self die asem van lewe in jou blaas sodat jy deel word van die Goddelike en hierdie verbintenis kan nooit vernietig word nie; want ons kom van Lig en gaan terug na Lig. Daarom beleef jy 'n intense gevoel van innerlike vreugde, rustigheid en heelheid.

[Die agnostikus word gelei om te beleef dat hy onlosmaaklik deel is van die kosmos en Universele Kragbron wat uit energie bestaan; energie kan nie vernietig word nie, dit kan slegs van vorm verander. Daarom kan hulle 'n gevoel van 'ek behoort tot' en 'ek is deel van' beleef wat rustigheid, geborgenheid en innerlike heling meebring].

Al hierdie positiewe belewenisse is diep en permanent in die onderbewuste vasgelê om van nou af 'n positiewe invloed op jou lewe te hê. (Erkenning T. Ritzman). Sou die persoon negatiewe ervarings belewe het, word die kliënt begelei na sy lewenstuin of gedagtetuin (kyk bylaag 8). **En nou verplaas jousef na jou lewens of gedagtetuin. Terwyl jy hierin loop tussen die pragtige struik, blomme, bome en gras word jy bewus van 'n lelike onkruid wat in jou gedagtetuin of lewenstuin groei. Hierdie onkruid verteenwoordig die negatiewe belewenisse wat jy in die baarmoeder beleef het.** Kan jy die onkruid sien? Indien die kliënt 'sukkel' daarmee sê dit mag dalk weggesteek wees onder of agter 'n plant — begelei die kliënt totdat die 'onkruid' gevind is. Wat is die uitwerking van die onkruid op jou lewenstuin? Is dit nodig dat dit nog daar moet wees? Verwyder die onkruid. Indien daar traumatiese belewenisse was, bied aan om te help met die verwydering van die onkruid. Kry bevestiging van die kliënt om te help met die verwydering van die onkruid en dat die kliënt gereed is daarvoor. Die kliënt vat onder en die terapeut vat bo en julle trek stadig uit, want julle wil die wortels ook uittrek. Ek gaan tel van een tot drie. Een – die onkruid roer twee – die onkruid begin beweeg **drie** – nou trek ons sterk en egalig en **daar** is die onkruid **uit** Sjoue hy was diep gewortel nê!. Daarna word die onkruid in 'n vuur gegooi waar takke, blare en ander onkruid verbrand word. Kyk en maak seker dat die onkruid heeltemal verbrand het. Stap terug na die lewenstuin en vra

wat hy wil plant in die plek waar die onkruid verwyder is. Begelei met die 'plantwerk', gee water, sien hoe dit groei en kyk hoe spesiaal die lewenstuin nou lyk.

*Bring die kliënt terug na die hier-en-nou (kyk bylaag 4.3). **Luister na die kliënt se belewenisse. Ondersteun die kliënt om die verband te sien tussen die negatiewe voorgeboortelike belewenis en huidige problematiese lewensomstandighede. Praat oor die spesiale plant wat die kliënt gekies het om te plant en watter positiewe belewenisse koppel hy daaraan (kyk 8.1). Moedig die klient aan om indien moontlik so 'n plant of plante te bekom, asook dat elke keer wat hy die plant of plante sien sal dit vir hom 'n versterking wees van die feit hy is met 'n baie spesiale doel gevorm is en volkome toegerus vir sy doel.***

Sou alles positief gewees het versterk die positiewe aangesien die suksesvolle verwerking van die huidige problematiese daardeur bevestig word. Sluit die sessie af met bylaag 4.3.

BYLAAG 10 KRONOLOGIESE HERBESOEK AAN PRE-NATALE FASE EN DIE GEBOORTEPROSES

Aanvullend tot die algemene hipnoterapeutiese induksie (kyk bylaag 4.1) word die strandverdiepingsinduksie vir hierdie terapeutiese sessie gedoen.

10.1 STRANDVERDIEPINGSINDUKSIE

In jou gedagte sien hoe jy rustig stap op hierdie veilige oop, skoon strand. Dalk sien jy spore van 'n ander persoon of persone wat alreeds hier gestap het, maar dalk is jy die eerste persoon wat vandag op hierdie gladgespoelde strand stap. Dit was laagwater en die gety is stadig besig om in te kom en jy kyk hoe die branders rustig aangerol kom, breek en uitspoel, voordat hulle deels in die sand wegsink of terugtrek see toe.

En terwyl jy so stap op hierdie uitgestrekte wit sand en kyk hoe die branders breek en terugspoel, sien jy maar elke brander spoel op sy eiesoortige wyse uit amper soos arms en vingers wat uitstrek op die strand. Hierdie brander is meer rond en spoel vlakker uit, 'n ander een lyk asof hy soos 'n watertong uitstrek tot doer vêr. Jy verwonder jou oor die unieke wyse waarop elke brander op sy buitengewone manier uitspoel en terugtrek. En dan besef jy hierdie is geen gewone staptog, want jy is besig om terug te stap in jouself Ons gaan weer terug na jou voorgeboortelike bestaansbelewenis om seker te maak dat daar geen gedagte, gebeurtenis of gevoel in jou hele voorgeboortelike lewe bestaan wat nog 'n negatiewe invloed of beperking is wat jou beperk om in die hier en die nou gelukkig, tevrede en heel te kan lewe. Om hierdie rede gaan ons nou hierdie tydperk in jou lewe stelselmatig ondersoek; en heel eerste, bedank jou onderbewuste vir die besondere wyse waarop hy jou deur al die jare bygestaan, ondersteun en gehelp het. Deur respekvol, dankbaar en vriendelik teenoor jou onderbewuste te wees, sal jou onderbewuste ook respekvol, hulpvaardig en vriendelik teenoor jou wees en sal jou onderbewuste die nodige betroubare inligting presies weergee op die wyse waarop jy dit benodig. Daarom betoon jou respek en dankbaarheid aan jou onderbewuste deur die inligting wat jy ontvang sonder

enige twyfel of kritiek te aanvaar en dit absoluut te vertrou. Ek wil ook my dank aan die onderbewuste gee vir die hulp en besondere wyse waarop hy jou tot nou toe beskerm, gehelp en ondersteun het en weer eens bevestig dat alles wat ek doen tot (naam) se beswil sal wees. (Naam) wees tydens hierdie sessie baie bedag op die bewuswording en belewenis van enige liggaamsensasie, gemoedstemming of ongemak, pyn of spanning in enige deel van jou liggaam of gees gevoelens soos onsekerheid, hartseer, angstigheid, skuldgevoelens, eensaamheid, verwerping of enige ander negatiewe gewaarwording, hoe gering ook al.

10.2 KRONOLOGIESE VERLOOP VAN DIE PRE-NATALE FASE EN DIE GEBOORTEPROSES

Die voorgeboortelike fases word verdeel in trimesters. Daar word na die eerste drie maande van swangerskap verwys as die eerste trimester.

10.2.1 Eerste trimester van swangerskap

In jou gedagte sien hoe hierdie besondere spermsel se kop die unieke eisel se wand binnedring en haar bevrug. Die eiselwand is nou ondeurdringbaar vir enige ander sperm. Binne 'n paar ure na hierdie bevrugting, vind die eerste seldeling plaas daar is nou twee selle. Jou moeder is nog onbewus van hierdie nuwe groei wat in haar plaasvind. Op die vierde of vyfde dag bestaan jy al uit sowat 60 tot 70 selle. Nou is die tyd wat jy stadig deur die fallopiese buis afbeweeg na die baarmoeder waar jy jou stewig gaan vasheg. In jou verbeelding sien hoe jy al langs die baarmoederwand beweeg totdat jy die regte plekkie gekry het waar jy jou wil vasheg. Die baarmoeder is vir jou soos 'n groot grot waarin jy veilig en beskermd verder kan groei. Tussen die sewende en veertiende dag is jy stewig vasgeheg aan die baarmoederwand en jy kan nou ongehinderd en gemaklik groei tot die perfekte babatjie wat jy bedoel is om te wees.

Nou begin jou moeder bewus word van die veranderinge wat plaasvind haar borste mag groter en teer word, sy mag moeg voel of geïrriteerd wees. Hierdie derde week is 'n baie belangrike tydperk in jou ontwikkeling want die kleinste foutjie in die seldelings kan groot misvorming tot gevolg hê. Tydens

die derde week in die baarmoeder, vind baie veranderinge plaas; die rugmurg, brein, senuweestelsel, skelet, bloedsomloopstelsel, longe, niere, spysverteringstelsel en ander interne organe begin vorm. Jou hartjie begin klop en jou eie bloed vloei nou deur jou lyfie.

Maar omdat God in beheer is van hierdie skeppingsproses en Hy jou met 'n doel geskep het, [omdat alles in die unversum georden en volgens 'n spesifieke plan ontwikkel en beweeg], vind elke seldeling sonder enige gebrek, absoluut volmaak plaas.

En ek vra nou aan die onderbewuste sonder om jou ontspanning of konsentrasie te verbreek, weet die onderbewuste van enige iets wat gedurende hierdie eerste maand van lewe gebeur het, wat mag verhoed dat jy in die hier-en-die-nou gelukkig en tevrede kan wees? *Terapeut wag vir 'n antwoord; indien alles reg was gaan voort, anders verwerk die negatiewe.* Dikwels sê die kliënt dat die ma of pa kwaad is, of dat hulle my nie wou hê nie. Deur desputering (kyk 3.3.3.3.2) oor wie lewe skep asook dat die ouers suiwer instrumente was wat gebruik is om hierdie spesiale persoon (noem kliënt se naam) met sy absolute unieke doel wat **slegs** deur hom vervul kan word, word die kliënt gehelp om te begryp hoe spesiaal hy werklik is. **Sou die baba geen negatiewe belewenis gehad het, gaan voort na die tweede maand van lewe: Vra die kliënt (noem sy naam) om steeds op te let na enige verandering, ongemak, spanning of emosies, hoe gering ook al. Die vyfde en sesde week is die tydperk wanneer die armpies, handjies, vingertjies asook die beentjies, voetjies en toontjies, jou hele gesiggie, neusie, ogies en mondjie vorm en jy lyk na 'n pragtige klein mensie. Jou skelet en spiertjies asook die interne organe begin ontwikkel. Jou lewer en milt vorm jou eie bloed en jou hartjie begin klop en jy het nou jou eie bloed wat aan die organe en spiere bloed voorsien. Het daar enige iets gedurende hierdie tweede maand van lewe gebeur wat keer dat jy in die hier-en-nou gelukkig kan wees? Sou die kliënt enige negatiewe belewenisse gehad het, word dit verwerk voordat voortgegaan word met die baba se ontwikkeling. Wanneer alles reg is gaan voort met die baba se ontwikkeling.**

Nou is dit die derde maand en jou spiere ontwikkel en jy doen oefeninge deur jou armpies en beentjies te beweeg. Die eksterne geslagsdele ontwikkel, jy kan jou

mondjie oop en toe maak en selfs aan jou vingertjies, meestal die duimpie, begin suig en jy drink 'n bietjie van die amniotiese vloeistof en sodoende word jou niertjies gestimuleer om vloeistowwe uit te skei. Jy het ook gesigsuitdrukkinge en kan frons of jou lippies opmekaar pers.

Hoe gaan dit met hierdie drie maande oue baba? Enige negatiewe belewenisse wat gedurende hierdie periode beleef is, word verwerk voordat voortgegaan word na die volgende maand van lewe. Die baba se belewenis van die volgende fase naamlik die tweede trimester, word vervolgens verwerk.

10.2.2 Tweede trimester van swangerskap

Nou gedurende die vierde maand kan mamma die sagte vlinderagtige bewegingies van die baba voel. Gedurende hierdie tyd verskyn daar ook keimhartjies op die hele lyfie en die koppie. Hoe voel hierdie vier maande oue babatjie? Watter boodskappe kry hy van mamma wanneer sy die vladderende bewegingies voel? Sou daar negatiewe belewenisse wees, word dit verwerk voordat na die volgende maand beweeg word.

In die vyfde maand word die babatjie se fyn velletjie beskerm deur 'n wit stof wat die hele babatjie bedek. Gaan alles nog goed met die vyf maande oue baba? Watter boodskap kry jy van ma? Weer eens word negatiewe belewenisse wat mag voorgekom het, verwerk waarna voortbeweeg word na die sesde maand van swangerskap.

Die ses maande oue baba se sintuie ontwikkel nou vinnig want die ogies is volledig gevorm, al is die ooglidjies toe. Die smaakorgaanjies op die tong ontwikkel en geluide kan die baba irriteer, laat skrik of gerusstel. Wanneer die moeder beweeg, is die baba meestal rustig maar wanneer die moeder rus of slaap, begin die baba dikwels rondbeweeg. Die baba herken ook die mamma se stem en kan veilig en beskerm deur die vrugwater gemaklik in die baarmoeder rondbeweeg.

Het daar enige iets gedurende hierdie sesde maand gebeur wat keer dat jy in die

hier en die nou gelukkig en tevrede kan lewe? Sou alles positief wees, word voortgegaan, andersins word negatiewe belewenisse verwerk.

10.2.3 Die derde trimester van swangerskap

Nou is dit die laaste paar maande in die baarmoeder en die plek word al hoe minder vir die ontwikkelende baba. Die drukking op die moeder se blaas en longe laat haar ongemaklik voel. Maar gaan dit goed met hierdie sewe maande oue baba? Negatiewe gebeure word verwerk voordat voortgegaan word met die volgende fase van ontwikkeling.

Gedurende die agtste maand word die spasie vir beweging in die baarmoeder baie minder en die baba kan geensins meer gemaklik rondbeweeg. Mamma en Pappa (sou die ouers opgewonde wees oor die koms van die baba) **begin nou baie uitsien na jou geboorte. Dit is ook nodig dat jy jou só moet draai dat jou koppie na onder is, gereed vir die geboorteproses. Het jy omgedraai?** Kontroleer die baba se belewenis en indien wel, verwerk negatiewe belewenisse.

Uiteindelik is dit nou die negende maand en is jy 'n pragtig, ten volle ontwikkelde klein babatjie. Wil jy graag gebore word? Wat dink jy wag daar buite vir jou? Sou die baba geensins gereed wees om die bekendheid van die baarmoeder te verlaat en die reis na die buitewêreld te onderneem, moet die baba deur desputering oortuig word dat dit tot sy beswil is om gebore te word.

10.2.4 Die geboorteproses

Die wyse waarop die baba gebore word, word beïnvloed deur 'n aantal fisieke faktore. Die faktore wat hier beskryf gaan word, is die normale geboorteproses en die keisersnit geboorte.

10.2.4.1 Die normale geboorteproses

Die plek in die baarmoeder is min en jy is hierdie volmaakte kein mensie wat nou gebore gaan word. Die geboorteproses begin deur sametrekking van die baarmoederspierre wat geleidelik toeneem in intensiteit en/of wanneer die water skielik minder word. Nou beweeg jy met elke sametrekking of kontraksie dieper

en dieper in die geboortekanaal in, terwyl die drukking op jou geleidelik toeneem in intensiteit. Soos jy dieper in die geboortekanaal en nader aan Mamma se bekkenbene kom, draai jy jou koppie om en jou koppie word ook afgedruk sodat jy deur die geboortekanaal kan beweeg en gebore kan word.

Met die sametrekkinge wat sterker en sterker word, word die drukking op jou koppie, skouers en bors al hoe sterker. “Waar voel jy die drukking die heel meeste?” Soos die drukking op jou (noem die spesifieke plek) sterker word, beweeg jy ook dieper en dieper in die geboortekanaal af. Onthou die oorgangsproses van een lewensfase na ‘n ander soos bevoorbeeld geboorte of dood, is altyd baie stresvol; miskien die heel meeste by geboorte. Die drukking word later so erg dat jou polsslag verlaag maar gelukkig skei jou byniere nou ‘n groot hoeveelheid adrenalien en noradrenalien af wat jou hartjie vinniger laat klop, die bloedtoevoer na die brein verhoog en jou bloedsuiker baie verhoog. Nou het jy die nodige energie en krag wat jou sal help om deur te beur totdat jy heeltemal uit kan kom en gebore word. Weet jy daar sal seker nooit weer in jou lewe soveel stresshormone in jou liggaam wees nie jy kry juis nou al hierdie bykomende energie en krag, omdat dit so belangrik is dat hierdie spesiale mensie kan gebore word. Kan jy al die lig daar voor sien, en hoe laat dit jou voel? (terapeut antwoord die baba op ‘n toepaslike en aanmoedigende wyse). Voel dit vir jou of jy stadig vorentoe beweeg, of voel dit vir jou of jy vassit? Sou die baba voel dat hy vassit, vra hoe laat dit hom voel? Wat sal gebeur indien hy sou bly vassit? Wag vir die kliënt se antwoord, bevestig sy belewenis en verleen hulp sodat hy kan beleef hy is gebore. Sou die baba voel hy beweeg stadig vorentoe, moedig hom aan om nog net hierdie laaste entjie te beur met ‘n harde druk en dan is jy uit en gebore! **Jy het dit gemaak! Jy is uit en jy LEWE! Jy is totaal lewendig neem net ‘n paar oomblikke om hierdie wonderlike besef deel te maak van jou hele wese. Jy is uit en jy is totaal lewendig! Jy hoef nooit weer te dink aan asemhaling, jou liggaam haal vanself asem daar is genoeg lug en suurstof vir die res van jou lewe!**

Was dit dalk jou skuld of jou verantwoordelikheid dat Mamma pyn of ongemak tydens die geboorte gehad het? Sou die antwoord “ja” wees, verseker die baba dat sy enigste verantwoordelikheid was om saam te werk en te lewe! **Onthou God het jou met ‘n doel geskape en Hy het Mamma ook so geskape dat dit vir haar moontlik was om aan jou geboorte te gee.**

10.2.4.2 Die keisersnit-geboorte

Indien die geboorte 'n keisersnit-geboorte is, vertel die baba dat die dokter hom op 'n spesiale manier uit die baarmoeder gaan verwyder. Ek gaan vir jou tel van een tot drie en by die telling van drie, sal die dokter jou uit die baarmoeder uitlig en dan begin jou nuwe lewe. Een twee drie. Voel hoe die dokter jou uittel en nou is jy gebore! Haal 'n slag diep asem en weet jy is uit, jy het dit gemaak, jy lewe!

10.2.4.3 Die finale skeiding tussen moeder en baba

Nou word die naelstring geknip en jy is onherroeplik geskei van jou moeder. Hoe laat dit jou voel? Raak bewus van 'n helder lig, só helder, baie helderder as die ligte in die teater en jy herken dié lig as dieselfde lig wat jy in die baarmoeder beleef het en sien hoedat daar 'n koord van lig op jou skyn, presies daar waar die naelstring geknip is. **Nou voel dit vir jou asof hierdie koord van lig 'n polsende bron van energie, liefde en lig is wat jou hele liggaam vul en omring. Jy voel asof jy geheel en al gevul is met lig, liefde en energie en hierdie ligliefdesnaelstring kan nooit afgesny word want dit kom van God (die Universiële Kragbron) en jy weet jy is altyd verbind aan die bron van krag, liefde en lig want jy is geskep deur God en deur jou ligliefdesnaelstring verbind aan Hom en hierdie band kan nooit verbreek word want jy kom van lig en sal, wanneer die tyd reg is, teruggaan na die lig waarvandaan jy kom. Sien hoe hierdie polsende koord van lig geleidelik verdof en die mense en die vertrek word sigbaar.** Nou sit hulle jou vir die eerste keer in Ma se arms. Hoe voel dit daar? Kyk in haar oë, wat sien jy in haar oë? Hoe voel dit daar in haar arms? Voel die warmte en blydskap want jy is 'n wonderbaarlike skepping van God. Kyk in haar oë, wat sien jy in haar oë? Bevestig 'n positiewe antwoord met "ja, dis reg". Sien die warmte en liefde en blydskap en weet dit is vir jōu bedoel. Indien die baba nie 'n band van liefde van Ma beleef nie, vra die volwasse (naam) om die teater in te stap en die babatjie sag in sy arms te neem. **Kyk na daardie perfekte klein mensie – die handjies, die voetjies, die vingertjies, die naeltjies – amper dunner as papier - 'n volmaakte skepping van God. Kyk af in sy ogies. Wat sien jy in sy ogies?** Bevestig aan die volwassene dat 'n mens maklik 'n boodskap kan misverstaan. **Uit daardie babatjie se oë straal net liefde, lig, vrede, vreugde en lewe.**

Wanneer die baba warmte, liefde, vreugde en opgewondenheid in Ma se oë sien en in sy wese voel beleef en geniet hierdie liefde, vrede en vreugde, want dit is net vir jou, hierdie unieke persoon, bedoel. Sien hoe die volwasse (naam) die teater binnestap en vra vir Ma of jy die babatjie vir 'n rukkie mag vashou. Wanneer jy hierdie wonderbaarlike skepping vashou, wat sien jy in sy ogies? Weet die liefde, warmte en vreugde is vir jou bedoel.

Bevestig nou hardop aan die baba hoe welkom hy is en jou verantwoordelikheid teenoor hom met die selfverwelkomingsgroet (kyk bylaag 12).

Vra of die baba op enige stadium van die geboorteproses of die knip van die naelstring gevoel het asof hy te min asem het. Sou die persoon bevestig dat dit gevoel het asof hy dalk mag doodgaan, vra hom om diep asem te haal en te weet hy het dit oorleef hy is totaal en al lewendig. Bevestig ook aan die onderbewuste dat (naam) totaal en al lewendig is met behulp van bylaag 11 betreffende Lewensasem en Lewenslig.

Sou daar enige negatiewe belewenisse gedurende die voorgeboortelike fase en geboorteproses wees, verwerk hierdie negatiewe belewenisse met behulp van bylaag 8 en verbesonder (naam) se lewenstuin.

BYLAAG 11 LEWENSASEM EN LEWENSLIG

Kom ons bevestig net weer 'ek het dit gemaak'; 'ek is uit'; 'ek lewe'; 'ek is totaal en al lewendig'. {Sou die persoon tydens die geboorteproses gevoel het 'ek sit vas'; 'ek versmoor'; 'ek kry nie asem nie' en /of 'ek gaan dood'; is die volgende gedeelte van groot waarde vir die kliënt naamlik:

Die verlede is verby; alle swaarkry van die verlede bly in die verlede die verlede is vir altyd verby. Die swaarheid wat jy beleef het, behoort nou ook tot die verlede en daarom kan dit jou geensins meer pla of terughou. Selfs al onthou jy dit is dit net gebeure wat was en wat jou geensins meer kan ontstel.

Swewe nou..... dryf gemaklik droom en ontspan meer en meer ontspanne met elke gemaklike asemteug veilig rustig kalm en gemaklik. Jy kan maar net dryf en droom en gemaklik en ontspanne asemhaal.

Haal nou 'n slag diep asem, so diep as wat jy kan, hou jou asem nog op, nog net 'n paar sekondes hou nog net 'n paar sekondes dis reg en goed. En blaas nou stadig uit en voel die ontspanning wat stadig uitblaas en 'n diep asemteug gee. Deur net diep in te asem en stadig uit te asem gee vir jou 'n natuurlike gevoel van ontspanning. Diep inasem en stadig uitasem is 'n natuurlike vorm van ontspanning. En elke keer wat jy inasem is dit vir jou 'n natuurlike bevestiging van ek lewe, ek het dit gemaak, ek is uit en ek lewe. En elke asemteug is vir jou onderbewuste die teken: 'ek is uit, ek lewe, ek is verbind met 'n ligliefdesnaelstring aan die ewige bron van Liefde en Energie en hierdie naelstring is daar vir ewig', onskeibaar, onvernietigbaar want ons kom van lig en ons gaan terug na lig.

Sou daar nou enige spanningsituasie wees, al wat jy hoef te doen is om diep in te asem en stadig uit te asem en dit sal vir jou 'n bevestiging wees dat jy lewe, jy ontspan en jy lewe. Enige soort spanning of situasie wat jou laat voel jou voortbestaan word bedreig, ongeag watter vorm van oorlewing dit is. Of dit fisieke oorlewing is waar jy amper in 'n ongeluk is of enigiets of iemand wat jou

voortbestaan bedreig dit is 'n fisieke oorlewingsspanning. Netso mag daar dalk 'n situasie wees waar jy voel jy word sosio-ekonomies bedreig soos met werksdruk of minder inkomste of die huidige finansiële omstandighede; enige druk op jou vermoë om jouself [of vrou en kinders] te versorg soos jy graag wil doen; enige sosio-ekonomiese oorlewing. Óf sou daar druk wees op die oorlewing van jouself, die unieke persoon wat jy werklik is, hetsy in jou werk of andersinds..... Druk waardeur jy jou selfwaarde betwyfel, dit is selfoorlewingsdruk. Indien daar druk sou wees op jou geestelike oorlewing waar liefde van jou weggeneem word en jy voel of jou onvernietigbare band met God [die Universiële Kragbron, die goddelike] van jou weggeneem word, is dit 'n geestelike bedreiging, die heel ergste bedreiging want jy weet wanneer jou geestelike van jou weggeneem word, kry jy so 'n doodse gevoel.

Daar is dus verskillende vorme van oorlewing maar die verlede hoort tot die verlede, dit is verby. Onthou wat het God vir Lot se vrou gesê: “Moenie omkyk nie” (Gen 19:17), Die Bybel (Naslaan), 2004:22 [of soos die spreekwoord sê wie die hand aan die ploeg slaan en omkyk]. Jy is nou klaar met omkyk na die verlede. Sou daar nou enige spanningsituasie in jou lewe kom, al wat jy hoef te doen is om diep in te asem; en indien nodig jou hand op jou naeltjie te sit om jou te herinner aan jou ligliefdesnaelstring en stadig uit te asem en jy sal daardie natuurlike gevoel van ontspanne en ek lewe beleef. Net een of twee keer diep asemhaal en wanneer jy uitasem sal jy hierdie ontspanning in jou hele liggaam, verstand en gees voel. Haal diep en gemaklik asem en ontspan en weet jy lewe en het 'n ewigdurende ligliefdesnaelstring waarmee jy verbind is aan die Ewige Kragbron ontspan en lewe (Zelling, 1987a:32-4).

BYLAAG 12 VERWELKOMING VAN JOUSELF

Na die geboorte vra die kliënt om die klein babatjie vas te hou, terwyl hy hom verwonder oor die volmaakte skepping wat hy vashou. Kyk na die klein fyn handjies, vingertjies met pragtige vingernaeltjies; die gesiggie, die mondjie, neusie, ogies, oortjies en haartjies alles is so perfek sonder enige letsels of verwonding. Verwelkom nou hardop agter my aan hierdie wonderlik geskape klein lewetjie met die volgende verwelkomingsgroet: *“Welkom klein (noem naam) in hierdie wêreld. Ek is só bly jy is hier want ek het só lank vir jou gewag. Ek het ook ‘n baie spesiale veilige plekkie vir jou voorberei waarin jy kan bly. Ek dink jy is wonderlik en ek hou van jou net soos jy is. Ek wil hê jy moet weet ek sal altyd daar wees vir jou en jou nooit verlaat, ongeag wat ook mag gebeur. Ek is so bly jy is ‘n seuntjie/dogtertjie en weet al jou behoeftes is goed en reg. Ek sal daar wees vir jou en jou al die tyd gee wat jy nodig het om aan jou behoeftes te voldoen. Ek wil jou graag versorg en troetel en is bereid daartoe en sal dit vir jou doen. Dit is vir my lekker om jou te bad, kos te gee, aan te trek en tyd met jou deur te bring. In die hele wêreld was daar nog nooit iemand soos jy. Selfs God het geglimlag toe jy gebore is”* (Bradshaw, 1992:93). Druk nou daardie klein bondeltjie lewe en liefde styf teen jou hart vas en voel hoe hy sag word en in jou hart insmelt, deel word van jou. Nou is hy ‘n permanente deel van jou en kan julle aan mekaar liefde, erkenning en ruimte gee.

BYLAAG 13 DIE ONTDEKKINGSWÊRELD VAN DIE PEUTER

Die tydperk tussen nege en agttien maande is die fase in die peuter se lewe waar daar soveel nuwe ontdekkings is, dat 'n mens kan sê elke dag is 'n nuwe ontdekkingsdag vol avontuur. Sou die peuter vir watter rede ook al nie die wonder van die ontdekkingswêreld kon beleef nie, gee die volwassene hom nou hierdie geleentheid. Andersinds word die opgewondenheid van hierdie fase versterk.

Gebruik die gewone terapeutiese induksie (kyk 4.2). **Vra die kliënt om in sy gedagte in te stap in die kamer waarin hy as klein babatjie geslaap het. “Sien hoe hy daar lê. Is hy alleen of is iemand by hom?”** Sou iemand by hom wees, vra die persoon of jy die klein peutertjie kan optel en met hom kan speel. Sou hy alleen wees, tel hom op en druk hom styf vas. Wanneer jy die peuter in jou arms het, bevestig weer eens aan hom dat jy altyd daar sal wees vir hom, al kan hy jou geensins sien. In jou gedagte bevestig jy weer die belofte aan hom dat hy welkom is en dat jy altyd daar sal wees vir hom Die terapeut herhaal die verwelkoming aan die baba.

Vertel hom dat jy vandag spesiaal gekom het om dit vir hom veilig te maak om te ontdek. Stap met hom in jou arms na buite en laat hom aan die stam van 'n boom met 'n growwe bas voel. Laat hom voel hoe kielie die growwe boombas sy handjies. Neem hom nou na 'n boom met 'n bas wat minder grof is en laat hom daaraan voel. Laat hom aan die blare voel, die verskil tussen die bokant en die onderkant, die een is growwer as die ander en sê vir hom dat jy hom nou aan die sagste sag gaan laat voel. Laat hom die fluweelsagtheid van 'n blomblaar voel. Terwyl julle by die blom staan, wys vir hom die verskillende kleure van die blomme party het net een kleur soos geel of rooi, of ander het skakerings van dieselfde kleur van lig na donker, soos party rose en nog ander het helder kleure soos 'n gesiggie met sy geel en swart en blou. Vertel vir hom dat daar bytjies is wat die blomme bestuif en heuning maak. Kyk of julle dalk 'n vlinder sien. Kyk na die verskillende kleure groen van die blare van die bome dalk is dit herfs en dan is daar geel en rooi en oranje blare. Laat hom die son op hom voel skyn en opkyk in die lug dalk is daar wolke en wolke bring reën. Dalk hoor julle iewers 'n voëltjie fluit en vertel hom dat jy nou vir hom iets gaan laat

beleef wat 'n mens geensins kan sien of voel nie maar jy kan dit ruik laat hom ruik aan 'n jasmyn of 'n pronkertjie. Dalk is daar 'n roos wat blom of die kruieagtige reuk van 'n kappertjie. Maar, nou gaan ek vir jou iets laat beleef wat jy geensins kan sien of hoor of ruik of voel, maar tog is dit daar. Kyk na die blare hulle beweeg liggies, so liggies dat jy geen windjie kan voel, maar tog is daar 'n windjie want die blare beweeg, jy sien hulle beweeg. Net so, het jy 'n ligliefdesnaelstring wat, al kan jy dit geensins sien of voel of ruik, weet jy dat dit altyd daar is jy is altyd deur jou ligliefdesnaelstring verbind aan die goddelike bron van lewe, liefde en krag en dit kan nooit afgesny word. Net om jou daaraan te herinner, het jy 'n naeltjie wat jy kan voel. Wanneer jy jou naeltjie voel, bevestig dit aan jou dat jy 'n ligliefdesnaelstring het.

Neem hom nou terug na die kamer en sorg dat hy veilig is en belowe hom dat jy altyd daar sal wees vir hom, al kan hy jou geensins sien. Jy as volwassene, stap die vertrek uit met 'n lekker warm en veilige gevoel en weet jy het baie dinge geleer. Jy het geleer om soveel lug in te asem as wat jy nodig het en uit te asem wanneer dit nodig is. Netso, het jy geleer om jou melkbottel vas te hou en soveel melk te drink as wat jy nodig het en later het jy geleer om jouself op te trek teen jou bababedjie en te gaan sit wanneer jy moeg is. Jy kan jouself vertrou, dat jy aan jou eie behoeftes kan voldoen.

Jy as volwassene het ook steeds 'n groot ontdekkingswêreld, naamlik die grootheid van die skepping. Ek is seker jy het al een aand na die sterre gekyk en gewonder hoeveel sterre daar regtig is. Party mense sê daar is soveel sterre in die hemel as wat daar korreltjies sand op die strand is maar dit is natuurlik sommer iets wat grootmense onnadenkend aan 'n kind sê. Niemand kan regtig sê hoe groot die heelal regtig is, want daar is sterre wat tot 15 500 miljoen ligjare vêr weg van die aarde af kan wees. Wanneer jy daaraan dink dat 'n ligjaar 'n afstand van 9,5 miljoen kilometer verteenwoordig, begin jy besef hoe oneindig groot die heelal is. Hierdie wonderlike heelal is deur God geskep. God het die heelal perfek gemaak in balans met die natuur die lewe van plante, diere, mense elkeen met 'n spesifieke funksie en doel. Alles in die heelal werk perfek sonder foute. Netso, in jou moeder se baarmoeder, tydens jou ontstaan was daar eers een seldeling, toe twee, tien, honderd, duisend, miljoen, triljoen

seldelings wat plaasgevind het. Op 'n stadium het twee-honderd-en-vyftig-duisend neurone per minuut in die brein gevorm. Jy is wonderlik geskep want sou een van daardie triljoen seldelings verkeerd geloop het, kon dit katastrofies gewees het, maar God maak geen foute, Hy het die heelal volmaak, sonder foute, met 'n doel, geskep net soos wat jy spesiaal, volmaak en met 'n doel geskep is. God het jou beplan, Hy het jou gemaak, Hy het jou geken van die begin af, Hy het jou wonderbaarlik geskep, daar waar niemand jou kon sien nie, omdat Hy 'n doel met jou lewe het. Omdat God jou met 'n spesifieke doel geskep het, het jy geensins met jou geboorte gesterf, jy het baie swaar tye oorleef want jy is God se maaksel en jy is net soos die heelal, volmaak en jou waarde is gelyk aan die van die heelal. [Vir die nie Christen word net sy uniekheid en die wonder van sy skepping genoem]. Daar staan geskryf in Psalm 139:13-16 (Die Bybel (Naslaan), 2004:658):

“Want U het my niere gevorm, my in my moeder se skoot geweef. Ek loof U, omdat ek so vreeslik wonderbaar is; wonderbaar is U werke! En my siel weet dit alte goed. My gebeente was vir U nie verborge toe ek in die geheim gemaak is nie, kunstig geweef in die dieptes van die aarde. U oë het my ongevormde klomp gesien; en in U boek is hulle almal opgeskrywe: dae dat *alles* bepaal was, toe nog geeneen van hulle daar was nie”.

[Vir die nie Christen word net sy uniekheid en die wonder van sy skepping genoem]

Daarom is dit nooit vir jou nodig om ooit minderwaardig te voel, of te dink jy is minder goed as 'n ander want God het jou gekies en niemand en niks kan jou plek in die heelal vul. Laat toe dat hierdie sekerheid van jou unieke waarde diep en permanent in jou onderbewuste insink, om jou altyd daaraan te herinner hoe uniek en spesiaal jy is. Hierdie sekerheid van jou uniekheid gaan steeds 'n groter en groter positiewe invloed op jou gedagtes en gedrag uitoefen; wanneer jy weer aan die wonder van die skepping, van die heelal en jou uniekheid as mens dink. Al hierdie dinge gaan jy elke dag beleef en met elke belewenis sal jy sterker, sekerder, kragtiger voel; ongeag waar jy ookal is. Daarom sal jy geensins maklik bekommerd raak, jy sal kalmer en helderder kan dink en die vermoë hê om jou onverdeelde aandag te skenk aan jou werk of wat jy ook al doen en bysake

ignoreer. Daarom sal jy dinge in hulle ware perspektief kan sien en probleme met selfvertroue en helderheid in perspektief kan sien presies soos dit is en besluite dienooreenkomstig maak. Jy sal elke dag meer en meer onafhanklik wees, meer in staat om op jou eie voete te staan en om jouself te laat geld op 'n aanvaarbare wyse, al is dinge hoé moeilik want jy weet jy het nooit nodig om minderwaardig te voel want God het gekies om jou te maak Hy het jou met 'n doel geskep en jou volkome toegerus vir jou doel. Jy is God se maaksel net soos die groot heelal en daarom is jou waarde ook gelyk aan die van die heelal onbepaalbaar.

Afsluiting van die sessie. (Kyk 4.3)

BYLAAG 14 HELING VAN KINDERTYDSEER

Die algemene hipnoterapeutiese induksie (kyk 4.1) word gebruik as inleiding tot hierdie helingsreis

HELINGSREIS DEUR JOU KINDERSEER

Die doel vir hierdie reis is heling, want daar kom 'n tyd in elke mens se lewe wat dit nodig is vir hom om homself toe te laat om sy kinderseer te laat gesond word, sodat hy weer heel kan wees.

Terwyl jy so ontspan, raak bewus van 'n sag gloeiende lig wat stadig uitbrei in die veld van jou eie innerlike self. In die middel van hierdie lig sien jy hoe 'n gedaantetjie vorm aanneem. Wanneer jy mooi kyk, word jy bewus, met 'n gevoel van warmte en geluk, dat hierdie gedaantetjie wat groter en groter word, 'n kind is wat direk in jou oë kyk. In die oë van hierdie kind, kan jy al jou eie emosies sien jou liefde jou pyn jou drome jou vrese jou vreugde jou gelukkigheid. Hierdie kind binne in jou het al jou emosies en hierdie kind is oop onskuldig en baie kwesbaar. Jy is ook bewus van die sagte geaardheid van jou innerlike kind. Jy word weereens bewus van jou verantwoordelikheid teenoor jou innerlike kind hierdie kind wat totaal afhanklik is van jou. Jy beleef 'n behoefte, 'n groeiende begeerte om hierdie innerlike kind vas te hou, te vertroetel, te laat veilig voel. Terwyl jy nader beweeg na hierdie kind, besef jy hierdie kind was nooit deel van jou jy stap nader, tel hom op en wanneer jy sy armpies styf om jou nek voel en sy lyfie teen jou bors druk, word hierdie kind deel van jou en weet jy hoe belangrik jy werklik is.

Jy besef dat jou emosies, gevoelens, gedrag, optrede, gedagtes en drome die geluk en die wysyn van jou innerlike kind beïnvloed. Dit is tog so dat elke ding wat jy sê, dink en doen, deel is van jou emosies, jou gevoelens en daarom die kind binne in jou. Jy beleef 'n nuwe vasberadenheid om volle verantwoordelikheid te aanvaar vir jou gedagtes en optredes, want wanneer jy jou krag as persoon aanvaar, gee jy sekuriteit en gemoedsrus aan jou innerlike kind. Terwyl jy verder ontspan laat toe dat 'n toneel voor jou vorm aanneem, amper soos wanneer jy sou kyk na die ontwikkeling van 'n foto waarin 'n mens eers die dowwe buitelyne sien en dan later word die mense en die gesigte duidelik. Jy

verstaan dat deur hierdie foto, jou innerlike self besig is om jou te help om dinge uit die verlede na vore te bring vir die doel van kalmering, vertroosting en genesing van jouself. Voor jou sien jy 'n toneel van 'n kind wat alleen staan en liefde só nodig het en baie eensaam voel. Terwyl jy met deernis na hierdie kind kyk, besef jy dat jou arms leeg is en dat daardie kind jou eie innerlike kind is. Sien jy die kind daar staan? Indien die antwoord nee is, stel voor om hom te verbeeld hy sien so 'n kind staan. Daarom, beweeg dadelik vorentoe in daardie toneel, tel die kind op, soen hom, droog die tranes af, bemoedig hom, versterk hom en gee liefde en terwyl jy liefde gee, ontvang jy liefde diep binne in jouself. Jy voel die vertroosting deur jou innerlike kind vas te hou, want jy weet deur hierdie optrede het jy op een of ander manier 'n ou pyn weggevat, 'n ou wond laat genees, jy het jouself genees. Terwyl jy voortgaan om die kind binne in jou vas te hou en te vertrou, beleef jy 'n nuwe diep gevoel van ontspanning, vrede en liefde.

Laat toe dat 'n ander toneel voor jou ontvou, 'n toneel waarin jy kan sien dat die kind bang is. Daar mag dalk ook ander gevoelens en emosies wees want jy ken al hierdie emosies omdat die kind voor jou jou eie innerlike kind is en dit jón lewenssituasie en seer wat jy waarneem. Laat jouself toe om ook in hierdie toneel weer op te tree as 'n liefdevolle, vertroetelende, ondersteunende ouer wat gemoedsrus, vrede en liefde betoon aan die klein, bang kindjie binne in jou. Nou voel jy die gloed van beskerming, vrede, rustigheid en warmte wat jy aan jouself kan voorsien deur die genesing van ou pyn en vrees diep binne in jouself.

Terwyl jy deur jou gedagtes sweef van toneel na toneel, dalk die eerste skooldag, 'n verjaardagparty of enige situasie wat jy waarneem, besef jy dat wat jy regtig nodig het, is om daar te wees vir jouself. Jy voorsien aan jouself die ondersteuning, liefde en bemoediging wat jy gedurende jou lewensreis nodig gehad het. Jou rol is eenvoudig, jy hoef net jou innerlike kind op te tel, vas te hou, te vertrou, te aanvaar, lief te hê en altyd daar te wees vir hom. Wanneer jy voortgaan om hierdie genesing aan jouself te gee, word die kind binne in jou weer lewendig, gesond en vol liefde; en jy word weer heel en volmaak omdat kindertydseer gesond geword het. Jou oorwegende emosies is nou vrede, geluk en liefde want die kind binne in jou is tuis.

Jy sien jousef nou in 'n ander lig; daar is binne in jou 'n oop, onskuldige kind, 'n liefdevolle vertroetelende ouer en 'n gesonde onafhanklike intelligente volwassene. Jy is al hierdie dinge en jy beleef 'n nuwe vrede in jousef en terwyl jy stadig terugbeweeg na die hier-en-die-nou, hoor jy 'n stem en jy besef dit is jou eie stem wat sê: “Ek is lief vir myself, net soos wat ek is, die krag, mooiheid en liefde van my innerlike self is besig om oor my hele wese te versprei want ek is weer heel ek is lief vir myself net soos ek is en die kind binne in my, lag weer”. Sluit af met bylaag 4.3.

BYLAAG 15 INTEGRASIE TOT 'N HEEL VOWASSENE

As induksie vir hierdie sessie word die algemene hipnoterapeutiese induksie gebruik(kyk 4.1)

HERBESOEK AAN LEWENSREIS

In jou gedagte sien hoe staan jy op die rand van 'n hoë berg. Wanneer jy afkyk sien jy dofweg 'n kronkel voetpad tussen die klippe en bome tot doer vêr onder waar daar 'n kabbelende waterstroom vloei. Dit is asof jy dofweg syfers herken op sommige van die klippe langs hierdie kronkelpad. Terwyl jy mooi kyk, sien jy hoe redelik naby aan bo 'n een-en-twintig op 'n klip geverf en 'n entjie verder 'n syfer wat lyk na veertien. Nog verder sien jy 'n duidelike agt en daar onder lyk dit asof dit dalk 'n een of 'n twee kan wees wat jy sien. Terwyl jy so afkyk na daardie kronkelpad besef jy dat hierdie kronkelpad eintlik verwys na jou lewensreis. Kyk mooi of jy iewers langs daardie kronkelpad 'n klein seuntjie sien staan of sit indien wel, stap dadelik af na hom toe, tel hom op of neem sy hand en stap saam met hom terug tot heel bo, waar jy hom 'n stywe druk gee, jou arm om sy skouer sit en saam stap julle na 'n huis daar voor. Wanneer jy by die deur kom, besef jy jy is alleen want die kind is nie meer by jou nie.

Jy maak die deur oop en sien 'n lang gang met deure aan weerskante en 'n balkon heel aan die punt. Jy stap by die eerste deur in die linkerkant in en daar sien jy die klein babatjie lê in sy wiegie. Stap na hom toe, tel hom op en neem hom saam met jou die vertrek uit die toekoms in. Nou stap jy na die volgende deur aan die regterkant. Jy hou die baba in jou een arm vas, maak die deur oop en sien die kleuter wat in die hoek sit. Stap na hom toe, neem sy hand en sê dat hy saam met jou moet stap die toekoms in. Nou stap julle by 'n deur aan die linkerkant en 'n deur aan die regterkant verby totdat jy 'n deur aan die linkerkant sien wat half oop staan. Jy stap die vertrek in en sien die adolessent by die venster staan en uitkyk. Vra hom of hy bereid is om saam met jou die toekoms in te stap. Hierna stap julle vier, jy met die baba aan die een arm en die kleuter aan die ander hand en die adolessent langs jou terug na die vertrek aan die linkerkant waarby jy verby gestap het. Laat die adolessent die deur oopmaak en wanneer julle instap, sien jy die laerskoolseun daar staan. Vra die adolessent om die laerskool se hand te neem en nou stap jy met die baba in die arm en die kleuter

aan die ander hand, saam met die adolessent met die laerskoolseun by die laaste deur in. Vra die hoërskoolseun om saam met julle te stap. Julle stap die lang gang af tot by die balkon en jy laat die kleuter gemaklik sit, sit die baba op sy skoot en sien hoe die baba groter word en deel word van die kleuter. Nou neem die kleuter en die laerskoolseun handjies vas en die kleuter en laerskoolseun word een. Nou staan die twee skoolgaande seuns voor mekaar en word een, waarna hulle en die adolessent geïntegreer word.

Nou is dit net jy en die adolessent en julle stap na die balkon en sien jou ouers onder staan. Sê vir hulle baie dankie vir wat hulle alles vir jou gedoen het en dan waai julle vir hulle totsiens. Julle kyk hoe hulle kleiner en kleiner word en later agter die horison verdwyn. Julle draai om en begin die lang gang afstap terug. In die middel van die gang besef jy die adolessent is nie meer by jou nie, jy besef julle is een.

Hierna stap jy as geïntegreerde en heel persoon by die deur uit, die sonlig in – jou nuwe lewe as heel persoon het begin. Gebruik bylaag 4.3 om die kliënt weer terug te bring na die werklikheid.

BYLAAG 16 BYKOMENDE VERSTERKING VAN UNIEKE PERSOON

Weer eens word die algemene induksie (kyk 4.1) gebruik.

ERKENNING VAN EIE UNIEKHEID AS MENS

Sien jousef as die unieke mens wat jy is; en besluit om die ware jy te wees. Daar is geen andere een soos jy nie. Jy is uniek en geniet die feit dat jy uniek en eiesoortig is. Besluit om as hierdie unieke persoon te lewe voluit te lewe en jousef te wees. Jou eie unieke self.

Terwyl die besef by jou opkom hoe uniek jy werklik is dink jy terug aan jou ligliefdesnaelstring en dit lyk vir jou asof daar 'n lig op jou skyn asof jy weereens verbind word met jou Kragbron. Hierdie ligstraal omhul jou soos 'n kokon en jy voel veilig, absoluut veilig in jou kokon van lig. Jy weet jy kan die toekoms as unieke persoon in jou beskermende lig kokon leef. Vir die afsluiting gebruik bylaag 4.3.