

HOOFSTUK 2: 'N TEORETIESE FUNDERING VAN DIE GESTALTBENADERING

2.1 INLEIDING

In hierdie studie is die begrip “Gestalt” sentraal in die ontwikkeling van ‘n hofvoorbereidingsprogram vir die kind in sy middelkinderjare (7 tot 12 jaar) wat onsedelik aangerand is en in die kriminele hof moet getuig. Die kind het ‘n behoefte om die “Gestalt” ten opsigte van die onsedelike aanranding te verstaan en te formuleer maar beskik nie oor die vermoë om dit te doen nie. Die Gestaltbenadering poog om die kind hierin te ondersteun.

In hierdie hoofstuk word ‘n uiteensetting gegee van die sentrale aspekte van die Gestaltbenadering, en spesifiek van gestaltspeltherapie, die onderskeid tussen berading en psigoterapie, en die rol van die terapeut. Verder word die terapeutiese proses bespreek, en die tersaaklike teoretiese begrippe omskryf soos polariteite, fragmentering en strukture van die kind se persoonlikheid. Die hoofstuk word afgesluit met ‘n samevatting van die belangrikste bevindings.

2.2 DIE GESTALTBENADERING EN GESTALTTERAPIE

Die Gestaltteoretiese benadering is deur Fritz Perls ontwikkel. Gestaltterapie word deur Blom (2004:2) beskryf as ‘n humanistiese en proses-georiënteerde vorm van terapie. Gestaltterapie volg ook ‘n eksistensiële benadering met die beklemtoning van die bewustheid, bewussyn van die teenwoordige en die onmiddellike. Hierdie terapie sluit volgens Blom (2000:7) die kognitiewe en emosionele totaliteit van elke persoon, elke oomblik, tydens elke gebeurtenis in.

Volgens Clarkson (1989:1-2) en Blom (2000:176) beklemtoon Gestaltterapie die regterhemisferiese, nie-lineêre denke en word dit gekenmerk deur die benutting van metafore, fantasie, beeldspraak, liggaamshouding, beweging en volledige uitdrukking van emosie deur benutting van die totale liggaam in aksie. Blom (2004:10) voeg by dat die linkerhemisferiese aktiwiteite dikwels oorbeklemtoon word ten koste van die regterbrein.

Die begrip “Gestalt” speel ‘n sentrale rol in Gestaltherapie. Sergio Sinay (1998:166) meld dat die woord “Gestalt” afkomstig is uit Duits en dat dit die betekenis het van “*whole or configuration*”. Die “*configuration*” (voorggrondfiguur) dui op die organisering van dele of elemente in ‘n spesifieke vorm of figuur. Dit gaan egter nie net om die vorm alleen nie, maar om die wyse waarin individuele voorkeure georganiseer is. Die menslike natuur kan alleen verstaan word volgens die vorme of die geheel waarvan dit deel is.

Die Gestalt is die hele proses wat die aksies, emosies en gedagtes betrek wat vloei vanuit die behoefte van die organisme totdat dit bevredig is. Slegs wanneer die Gestalt, dit wil sê die probleem of behoefte, nie meer op die voorgrond is nie, verdwyn dit. Dit kan gebeur wanneer die behoefte bevredig en die probleem opgelos is. ‘n Oop Gestalt wag op bevrediging om plek te maak vir ‘n nuwe Gestalt. Blom (2004:3) beskryf Gestalt as ‘n entiteit waarvan die geheel meer is as die dele daarvan, wat ‘n sekere struktuur het en wat herkenbaar is as ‘n geheel solank daar ‘n verhouding tussen die samestellende dele daarvan is.

Volgens Nelson-Jones (2000:5) word Gestaltherapie toegepas op individue wat onder andere neuroties raak weens die verlies van hulle sensoriese bewussyn, wat meebring dat hulle vermoë om kontak te maak met hulself en die omgewing negatief beïnvloed word. Die terapie beklemtoon die bewussyn en volhoubaarheid daarvan deur die gebruik van bewussynstegnieke, eksperimente, empatie, frustrasie en die benutting van drome.

Die woord “terapie” is afkomstig van die Griekse woord “*therapia*” wat beteken “*healing the mind or soul*”. Psigologiese terapie (psigoterapie) word deur Nelson-Jones omskryf as dié terapie wat fokus op die gesondmaking, benadering en denke deur opgeleide psigoloë wat sekere metodes gebruik om hulle doelwit te bereik. Gestaltspeltherapie is ‘n terapie wat ten doel het om gesond te maak of te herstel en sal vervolgens aandag geniet.

2.3 GESTALTSPELTERAPIE

Volgens Blom (2000:7) het Violet Oaklander Gestaltspeltherapie grootliks ontwikkel uit Gestaltherapie. Die ontwikkeling het ingehou dat die benadering en tegnieke van Gestaltherapie aangepas is vir gebruik by die kinderkliënt.

Gestaltspelterapie word deur Blom (2004:5) gedefinieer as 'n psigoterapeutiese tegniek. Hierdie tegniek word deur die terapeut benut om die kind die geleentheid te gee om op 'n verbale en nie-verbale wyse uitdrukking aan sy gevoelens te gee. Daar word veronderstel dat die kind sy probleme op 'n simboliese wyse sal uitspeel en sodoende sy gevoelens sal leer ken en meer effektief sal kanaliseer. Die kind sal ook leer om 'n vertrouensverhouding met 'n ander persoon aan te knoop en dat afwykende gedrag genormaliseer moet word. Volgens Axline (1994:40) is die kind se vermoë tot probleemoplossing binne homself geleë en bied speltherapie die optimale geleentheid tot groei deurdat die kind daaruit kan leer om deur spel optimaal te kan groei en te ontwikkel.

Gestaltspelterapie benut volgens Oaklander (1992:64; 1994a:281-300; 1994b:143; 1997:292) die teoretiese beginsels van Gestaltherapie deurdat op die volgende aspekte tydens die terapeutiese werk met kinders gefokus word: verhouding, organismiese selfregulasie, kontakgrensversteuring, bewussyn, ervaring en weerstand.

Blom (2004:5) omskryf die terapeutiese proses as deel van die filosofie, teorie en praktyk van Gestaltherapie wat begin met die bou van 'n terapeutiese verhouding as voorwaarde. Dit word gevolg deur kontakmaking, bevestiging van die kind se bewuswording van die self en emosionele uitdrukking. Hierdie fase word gevolg deur selfvertroeteling en noodwendig afsluiting. Tydens Gestaltspelterapie kan verskeie vorme van spel, oefening, kreatiewe uitdrukking, projeksie en gedramatiseerde spel benut word. Verskeie mediums kan benut word, soos byvoorbeeld kleispiel, teken, verf, legkaarte, gevoelskaarte en konstruksie, collage of plakskildering, fantasie, biblioterapie, poppekas, sandspel, musiek, liggaamlike beweging en sensoriese kontakmaking

Volgens Geldard en Geldard (2003:134-136) is daar spesifieke aktiwiteite en mediums (Tabel 2.1) wat deur die spelterapeut benut kan word om aan te pas by die kind se ouderdom en ontwikkelingsvlak.

TABEL 2.1 GEPASTE AKTIWITEITE EN MEDIA VIR VERSKILLENDE OUDERDOMSGROEPE

Media	Voorskool 2 - 5 jaar	Laerskool 6 - 10 jaar	Vroeë adolesent 11 - 13 jaar	Laat adolesent 14 - 17 jaar
Biblioterapie	Yellow	Yellow	Red	White
Klei	Red	Yellow	Yellow	Yellow
Konstruksie	Yellow	Yellow	White	White
Teken	Red	Yellow	Yellow	Yellow
Vingerverf	Yellow	Yellow	Red	Red
Speletjies	Red	Yellow	Yellow	White
Fantasiereis	White	Red	White	White
Verbeeldingspel	Yellow	Yellow	Red	White
Miniatuur diertjies	White	Yellow	Yellow	Yellow
Verf/collage	Red	Red	Yellow	Yellow
Poppekas	Yellow	Yellow	Red	White
Sandspel	Red	Yellow	Yellow	Yellow
Figuurtjies	Red	Yellow	Yellow	Yellow
Werkblaai	White	Yellow	Yellow	White

Mees geskik	Yellow
Geskik	Red
Minder geskik	White

Geldard & Geldard (2004:135)

Geldard en Geldard (2003:136) dui ook die verskillende doelwitte aan wat die spelterapeut met die verskillende mediums kan bereik, soos uiteengesit in Tabel 2.2.

TABEL 2.2 GEPASTE MEDIA EN AKTIWITEITE OM DOELWITTE TE BEREIK

Doelwitte								
	Om beheer te kry oor gebeurtenisse	Om sterk te wees deur middel van fisieke uiting	Moedig die uitdrukking van emosies aan	Ontwikkel probleemoplossing en besluitnemingsvaardighede	Ontwikkel sosiale vaardighede	Bou van die selfbeeld	Verbeter kommunikasievaardighede	Ontwikkeling
Media								
Biblioterapie	Mees geskik	Minder geskik	Minder geskik	Mees geskik	Minder geskik	Minder geskik	Mees geskik	Mees geskik
Klei	Minder geskik	Mees geskik	Mees geskik	Minder geskik	Minder geskik	Minder geskik	Minder geskik	Minder geskik
Konstruksie	Minder geskik	Minder geskik	Minder geskik	Minder geskik	Minder geskik	Minder geskik	Minder geskik	Minder geskik
Teken	Mees geskik	Minder geskik	Mees geskik	Minder geskik	Minder geskik	Mees geskik	Minder geskik	Mees geskik
Vingerverf	Minder geskik	Mees geskik	Mees geskik	Minder geskik	Minder geskik	Mees geskik	Minder geskik	Minder geskik
Speletjies	Minder geskik	Minder geskik	Minder geskik	Minder geskik	Mees geskik	Mees geskik	Minder geskik	Minder geskik
Fantasiereis	Mees geskik	Minder geskik	Minder geskik	Minder geskik	Minder geskik	Minder geskik	Mees geskik	Mees geskik
Verbeeldingspel	Mees geskik	Mees geskik	Minder geskik	Minder geskik	Mees geskik	Mees geskik	Mees geskik	Mees geskik
Miniatuur diertjies	Minder geskik	Minder geskik	Minder geskik	Minder geskik	Minder geskik	Minder geskik	Mees geskik	Mees geskik
Verf/collage	Mees geskik	Minder geskik	Mees geskik	Minder geskik	Minder geskik	Mees geskik	Minder geskik	Minder geskik
Poppekas	Mees geskik	Mees geskik	Minder geskik	Mees geskik	Mees geskik	Minder geskik	Mees geskik	Mees geskik
Sandspel	Mees geskik	Minder geskik	Minder geskik	Mees geskik	Minder geskik	Minder geskik	Mees geskik	Mees geskik
Figuurtjies	Mees geskik	Mees geskik	Minder geskik	Mees geskik	Minder geskik	Minder geskik	Mees geskik	Mees geskik
Werkblaai	Minder geskik	Minder geskik	Minder geskik	Mees geskik	Mees geskik	Minder geskik	Minder geskik	Minder geskik

Mees geskik	Mees geskik
Geskik	Minder geskik
Minder geskik	Minder geskik

Geldard & Geldard (2004:136)

2.4 ONDERSKEID TUSSEN BERADING EN PSIGOTERAPIE

‘n Onderskeid moet tussen berading en psigoterapie gemaak word om aan die behoefte van die kind te voldoen. Volgens Nelson-Jones (2000:5) is dit moeilik om ‘n onderskeid te maak tussen berading en psigoterapie. Hoewel berading en psigoterapie gebruik maak van dieselfde teoretiese benadering en verskeie ooreenkomste vertoon ten opsigte van inhoudelike aannames en tegnieke, is daar tog beduidende verskille tussen hulle. Terapeute is diensverskaffers aan die kliënt en kan psigoanaliste, psigiaters, beraders, maatskaplike werkers of ander geskikte en gekwalifiseerde persone wees (Nelson-Jones, 2000:15).

Volgens bogenoemde skrywer verteenwoordig berading en psigoterapie beide verskillende kennis maar gebruik hulle dieselfde teoretiese modelle. Die terapeute definieer hulle funksie in terme van hulle aannames omtrent die kliënt en hulle terapeutiese vermoë om die kliënt se gedrag te verander of om die kliënt te help om hulself te wees. Die hoof funksie van beradingsteorieë is om ‘n konseptuele raamwerk en tegniese terminologie te voorsien. Benadering tot terapie word volgens Nelson-Jones (2000:2-3) beïnvloed deur drie hoofstrome.

Die eerste hoofstroom is die psigo-dinamiese skool wat fokus op die onbewuste. Hierdie benadering het ten doel om die kliënt meer kontrole te gee oor sy onbewuste. Die tweede hoofstroom is die humanistiese skool wat konsentreer op die menslike potensiaal en sy vermoë om tot selfaktualisering te kom. Die derde hoofstroom is die kognitiewe gedragskool wat gedrag en gevolg versterk om ‘n verandering by die kliënt te bewerk. Die invloede van hierdie hoofstrome word deur Gestaltspelterapie geïntegreer om die kinderkliënt se probleme in die geheel aan te spreek

2.5 DIE ROL VAN DIE TERAPEUT

Die terapeut fokus daarop om die kind te ondersteun om “heel te word”. Volgens die navorser is haar rol as terapeut om die kind in staat stel om oplossings vir spesifieke probleme te kry, om besluite te neem en krisisse te hanteer, om persoonlike insig en kennis te ontwikkel om gevoelens en innerlike konflikte te verwerk en om beter verhoudings met ander te verkry. Volgens Geldard en Geldard (2003:6) moet die terapeut die volgende terapeutiese doelwitte hê: om die kind in staat te stel om pynlike emosionele gebeure te verwerk, om in kontak te

wees met die realiteit ten opsigte van gedagtes, emosies en gedrag, om goed te voel oor homself, om sy beperkings en sterktes te aanvaar en goed te voel daarvoor, om gedrag te verander wat negatiewe gevolge inhou, om die kind in staat te stel om tot selfverwesenliking te kom, homself te handhaaf en om geleentheid te benut om sy ontwikkelingsmylpale te bereik.

Die terapeut maak gebruik van die teorieë en beginsels van die Gestaltterapie en Gestaltspelterapie om die kind te ondersteun. Joyce en Sills (2004:43) stel dit dat die Gestaltteoretiese proses 'n vorm van terapeutiese verhouding tussen die kinderkliënt en terapeut is. Hiervolgens word van die terapeut verwag om 'n gesindheid te handhaaf waarin 'n egte gevoel vir en bewustheid van die kliënt en sy probleme daargestel word, en om werklik daarop ingestel te wees om die kliënt te hoor, sonder om bevooroordeel te wees. Dit beteken dat die terapeut so ingestel is dat sy nie hoor wat nie gesê word nie en nie sien wat nie waarneembaar is nie.

2.6 DIE TERAPEUTIESE PROSES

Gestaltspelterapie moet volgens Schoeman (1999:7-9) binne die ABC-raamwerk van 'n terapeutiese verhouding plaasvind alvorens 'n kinderkliënt tot selfregulering gelei kan word. Die ABC-raamwerk van 'n terapeutiese verhouding tussen die kinderkliënt en terapeut omskryf die aspekte wat tydens elke fase van die terapeutiese proses voorkom. Die terapeut kan nie die kinderkliënt tot selfregulering begelei sonder spesifieke fases in die terapeutiese proses nie. Blom (2004: 46-47) se oorsigtelike samevatting van hierdie fases en die aspekte wat in elkeen aangespreek moet word, word in Tabel 2.1 weergegee. In hierdie tabel word belangrike aspekte wat tydens elke fase van die terapeutiese proses voorkom, saamgevat.

TABEL 2.3 SAMEVATTING VAN ASPEKTE WAT TYDENS ELKE FASE VAN DIE TERAPEUTIESE PROSES VOORKOM

Fases in die terapeutiese proses	Aspekte wat aangespreek behoort te word
Bou van die terapeutiese verhouding	<ul style="list-style-type: none"> • Totstandkoming van ek-jy-verhouding • Fokus op die hier-en-nou • Verantwoordelikheid van terapeut en kind

	<ul style="list-style-type: none"> • Tegnieke en aktiwiteite wat fokus op ervaring en ontdekking • Wyse van assessering • Manifestasie en hantering van weerstand • Stel van grense en beperkinge
Kontakmaking en bevordering van selfondersteuning	<ul style="list-style-type: none"> • Sensoriese kontakmaking • Liggaamlike kontakmaking • Asemhaling • Versterking van die self deur: <ul style="list-style-type: none"> ○ Definiëring van die self ○ Keuses ○ Bemeesting, gesag en beheer ○ Besit van projeksies ○ Grense en beperkinge ○ Speletjies, verbeelding en humor
Emosionele uitdrukking	<ul style="list-style-type: none"> • Uitdrukking van agressiewe energie • Uitdrukking van emosies deur: <ul style="list-style-type: none"> ○ Kognitiewe gesprekvoering oor emosies ○ Gesprekvoering oor liggaam se reaksie ten opsigte van verskillende emosies ○ Projeksie en besit van emosies • Aanleer van hanteringstrategieë en vaardighede om emosies te hanteer
Selfvertroeteling	<ul style="list-style-type: none"> • Kontakmaking met onaanvaarbare deel in die self • Vaardighede bekom om vertroetelende dele te benut om onaanvaarbare deel te integreer en te vertroetel • Vaardighede bekom om goed te wees vir die self

Hantering van volhardende onvanpaste proses	<ul style="list-style-type: none"> • bevorder bewussyn van eie proses en gedrag • Aanleer van vaardighede om keuses te maak en verantwoordelikheid te neem • Aanleer van hanteringstrategieë
Terminering	<ul style="list-style-type: none"> • Deeglike evaluering om geskikte tyd te bepaal vir terminering en deeglike voorbereiding daarvoor Blom (2004:46-47).

2.7 TEORETIESE BEGRIPPE

Belangrike teoretiese begrippe vanuit die Gestaltbenadering word vervolgens bespreek.

2.7.1 Holistiese beskouing

Volgens Aronstam (1989:633) beskou Perls die mens as ‘n geïntegreerde organisme wat altyd as ‘n eenheid funksioneer. Volgens Blom (2004:9) kan die mens slegs oorleef deur voortdurende verandering van aktiwiteit. Yontef en Jacobs (2000:304) noem dat die mens as ‘n eenheid selfregulerend is en oor die potensiaal beskik om te groei. Voorts kan mense se simptomatiese gedrag nie los van hulle omgewing verstaan word nie en het hulle die omgewing nodig om hulle behoeftes te bevredig.

Blom (2004:10) pas die holistiese beskouing toe op gestaltspelterapie met die kind. Sy is van mening dat die kind as ‘n eenheid funksioneer waarvan die geheel meer is as die afsonderlike fisiese, emosionele en geestelike aspekte van die kind se taal, gedagtes en gedrag. Hierdie komponente kan onderdruk word maar dit kan nie geskei word nie. Die ervaring van emosie sal daarom ‘n effek hê op al die ander samestellende dele, wat beteken dat die kind as ‘n eenheid benader moet word.

2.7.2 Homeostase

Homeostase word deur Blom (2004:11) omskryf as die proses waarvolgens die organisme tydens die omstandighede balans handhaaf. Aronstam (1989:633) noem dat selfregulering

die organisme in staat stel om van enige fisieke wanbalans bewus te raak en dit te herstel. Hierdie proses van homeostase is voortdurend aan die gang. Die organisme gee telkens aandag aan daardie behoefte wat op 'n gegewe tydstep die belangrikste is en die "voorgrond" vorm. Volgens Yontef en Jacobs (2000:305) vereis organismiese selfregulasie "*knowing and owing*". Dit wil sê identifisering van die sensoriese, gevoelens, waarnemings, behoeftes en waardes. Bewuswording hiervan veroorsaak ongemak totdat die ongemak verwyder is of behoeftes bevredig is.

Aronstam (1989:633) wys daarop dat alhoewel daar 'n verskil in die fisiologiese en psigologiese kontakbehoefte is, die twee nie geskei mag word nie. Die psigologiese behoeftes word vervul deur die psigiese ewebeeld van die proses van homeostase. Daar word vervolgens verder uitgebrei op die wyse van selfregulasie en organismiese selfregulasie.

'n Wyse van selfregulering is volgens Aronstam (1989:12) die spontane selfregulering wat intern plaasvind. Eksterne regulering meng in met die spontane interne regulering en kan sodoende Gestaltvorming vernietig. Die eksterne inmenging van selfregulering veroorsaak fragmentasie en verhoed dat die individu as 'n eenheid funksioneer.

Kinders is dikwels nie in staat tot organismiese selfregulasie nie, want hulle blameer hulleself vir trauma. Volgens Oaklander (1992:64-66; 1994a:282; 1994b:144) neem hulle ook verantwoordelikheid daarvoor. Weens 'n gebrek aan insig, poog die kind om deur onaanvaarbare gedrag weer in balans te kom. Deur middel van speltherapie word die kind begelei om weer bewus te word van sy voorgrond, behoeftes en die Gestalt. Die Gestalt moet bevredig word om fragmentasie van die eenheid van die kind te verhoed. Volgens Thompson en Rudolph (1996:144) dui 'n onvoltooide Gestalt op onvoltooide situasies in 'n kind se lewe. Gestaltspeltherapie fokus op hierdie onvoltooidhede en poog om onopgeloste probleme, konflik en die ervaring daarvan te verwyder deur die bewuswording van 'n betekenisvolle figuurvoorgrond.

Blom (2004:11) beklemtoon dat die fokus van homeostase, die wyse van selfregulasie, "figuurvoorgrond", die proses van gestalt-inligting, terminering en organismiese selfregulasie teenwoordig is in die kind. Vervolgens word aandag gegee aan die wyse van selfregulasie .

2.7.3 Bewustheid

Die bewustheidskontinuum word deur Schoeman (1999:11) omskryf as ‘n proses waarin die persoon bewus word van wat besig is om te gebeur; dit wil sê wat hy dink, voel, ervaar, hoor, ruik en proe. Bewustheid is ‘n vorm van ervaring en is ‘n dinamiese proses wat voortdurend verander. Aronstam (1989:635) wys daarop dat groei en voltooiing van ‘n gestalt slegs kan plaasvind wanneer die kind ten volle bewus is van die Gestalt. Aronstam (1989:635) beweer verder dat bewustheid “besitname” impliseer waardeur die persoon nie net bewus is van sy eie ervarings en lewensdrama nie, maar ook van sy verantwoordelikheid ten opsigte van die situasie. Bewustheid is altyd in die teenwoordige tyd, in die hier-en-nou. Schoeman (1999:12) merk op dat bewustheid altyd gekoppel is aan verantwoordelikeheidsneming met betrekking tot die persoon se eie omstandighede en gedragsresponse. Verbinde tussen bewustheid en uitdrukking word gesien as kontakervaring.

2.7.4 Kontak

Volgens Yontef en Jacobs (2000:305) behels kontak “om in voeling te wees met die hier-en-nou”. Kontak vind plaas sodra die persoon (organisme) die omgewing gebruik om sy behoeftes te bevredig. Yontef en Jacobs (2000:313) is verder van mening dat kontak ‘n integrale deel van enige ervaring is. Geen “ervaring” kan sonder “kontak” bestaan nie.

Gesonde kontak kom volgens Oaklander (1999:163) voor as kinders oor die vermoë beskik om kontak te maak met die omgewing deur hulle sensoriese waarneming, bewussyn en die gepaste gebruik van hulle liggaam. Sy beweer verder dat sulke kinders die vermoë het om op ‘n gesonde wyse uitdrukking aan hulle gevoelens te gee. Hulle kan hulle intellek gebruik en verskeie maniere benut om uitdrukking aan hulle idees, gedagtes en behoeftes te gee.

2.7.5 Kontakgrens

Kontakgrense is volgens Aronstam (1989:634) noodsaaklik om te verhoed dat die organisme sy identiteit verloor, maar dit moet nogtans deurdringbaar wees ten einde toepaslike wisselwerking tussen die organisme en sy omgewing moontlik te maak. ‘n Kontakgrens kan gesien word as die punt waar die kind onderskei word van sy omgewing deur sy egogrens.

Dit is die grens tussen dit wat deel van homself is en dit wat buite die grens lê en nie deel van homself is nie.

Die kontakgrens het twee funksies, naamlik om mense kontak met mekaar te laat maak, maar ook om skeiding tussen mense te maak. Deur kontakmaking en gepaste onttrekking word in kinders se behoeftes voorsien. Wanneer kinders se grense rigied en nie deurdringbaar is nie, verhoed dit verandering en lei dit tot vervreemding. Indien die kind probleme ervaar om kontak te maak, word dit beskryf as weerstand.

Die belangrikste karaktereienskap van kontakgrense is identifikasie en vervreemding. Blom (2004:18) beskryf identifikasie as die proses waardeur kinders onderskei tussen wat aan hulle behoort en wat vir hulle vreemd is. Aronstam (1989:634) dui aan dat kontak sonder grense tussen dit wat eie en dit wat vreemd is, lei tot ineenvloeiing en gevolglike verlies van outonome bestaan. Vervreemding is dus dit wat nie eie is aan die kind nie. Dit is belangrik dat kinders oor die vermoë beskik om die relevante vloei van kontak en ontwikkeling te reguleer en so die Gestalt te voltooi. Schoeman (1999:12) beklemtoon dit dat kontakgrense spontaan ontstaan en bloot toegelaat kan word, maar nie vereis of geskep kan word nie.

2.7.6 Kontak en onttrekking

Volgens Sergio Sinay (1998:163) bepaal kontak die verhouding tussen die individu en die wêreld (omgewing). Kontak en onttrekking is belangrik omdat dit 'n aksie motiveer vir die bevrediging van 'n spesifieke behoefte wat geïdentifiseer is deur die siklus van bewuste ervaring. Wanneer die siklus van ervaring voltooi is, word die Gestalt gesluit en verseker dit 'n gesonde harmonieuse verhouding tussen die persoon en sy omgewing.

Schoeman (1999:12) sluit hierby aan en noem dat die Gestalt voortdurend kontak moet bewerkstellig en onttrek om die balans te handhaaf. Wanneer die siklus van ervaring onderbreek word, lei dit tot weerstand wat beskou word as 'n neurotiese versteuring.

2.7.7 Weerstand

Weerstand moet volgens Schoeman (1999:8) erken en gerespekteer word omdat dit dikwels die wyse is hoe die kind homself in balans probeer hou. Weerstand dui op 'n groei-area waar

daar nie meer sprake van 'n steunstelsel is nie. Die terapeut moet die vlak van impasse erken en ruimte vir die kind skep om homself te wees. Kenmerke van weerstand is onder andere projeksie, introjeksie, samevloeiing, retroleksie en defleksie. Die wyses waarop hierdie kenmerke in die kind manifesteer word vervolgens uiteengesit.

2.7.7.1 Projeksie

Projeksie kom volgens Blom (2004:24) voor wanneer die omgewing verantwoordelik gehou word vir wat met die “self” gebeur. Schoeman (1999:14) sluit hierby aan en noem dat die kind 'n negatiewe ervaring verplaas op die omgewing en sodoende die omgewing verantwoordelik hou vir dit wat met hom verkeerd gegaan het. Die kind poog met ander woorde om ontslae te raak van sy introjeksies deur sy verantwoordelikheid te projekteer. Projeksie beteken dus dat kinders nie verantwoordelikheid neem vir hulle eie gevoelens of gedrag nie, maar dat hulle ander daarvoor verantwoordelik hou.

Clarkson (1989:53) wys egter daarop dat projeksie nie sonder meer negatief is nie, maar op 'n konstruktiewe manier in terapie aangewend kan word. Joyce en Sills (2004:124) sluit hierby aan en noem dat gedeeltes van die self onbewustelik toegeken word aan ander persone. Hulle demonstreer projeksie deur te vertel van die hardwerkende kliënt wat sy vrou na werk tuis groet met die woorde “jy lyk moeg” waarop sy hom aanraai om 'n paar uur te rus. Toe hy wakker word, vra sy hom of sy nou meer uitgerus lyk. Hardy (1991:12) beaam hierdie siening en noem dat die kliënt tydens gestaltpeltherapie gehelp kan word om bewus te raak van sy eie gevoelens wat hy op ander projekteer sodat hy kontak kan maak met homself en sy omgewing op 'n “selfvertroetelende” manier. Projeksietegnieke word volgens Blom (2004:25) tydens Gestaltpeltherapie nuttig aangewend om kinders te help om eienaarskap van hulle projeksie te aanvaar.

2.7.7.2 Introjeksie en assimilasië

Volgens Blom (2004:22) ontstaan introjeksie wanneer 'n kind die invloede en inhoude van sy omgewing sonder kritiek oorneem. Schoeman (1999:14) beskryf introjeksie as 'n proses waardeur die kind inligting vanuit die omgewing aanvaar sonder om dit te bevraagteken. Clarkson en Mackewn (1994:713) is van mening dat introjeksie die kind se natuurlike vermoë tot selfregulering beïnvloed en aanleiding gee tot onvoltooidhede.

Die teenoorgestelde van introjeksie is die proses van assimilasië. Die kind maak doelbewuste keuses. Hy besluit wat hy sy eie wil maak en wat hy nie sy eie wil maak nie. Schoeman (1999:11) noem in dié verband dinge wat op jou afgedwing word, aan jou vertel word, van jou gevra word en waarmee jy wel identifiseer. Volgens Aronstam (1989:638) beteken assimilasië dat die kind sy omgewing betrek as deel van homself. Hierdie optrede van die kind is belangrik vir die terapeut aangesien die kind gehelp kan word om die goeie te aanvaar en die slegte, onaanvaarbare te verwerp. Blom (2004:23) voeg by dat die fokus gedurende gestalpeltherapie gerig moet word op die identifisering en ondersoek van introjekte wat inbreuk maak op die kind se optimale funksionering of wat kan meedoën tot optimale funksionering.

2.7.7.3 Samevloeiing

Samevloeiing vind volgens Clarkson en Mackewn (1994:74) plaas wanneer daar geen grense tussen die kind en sy omgewing is nie. Kinders kan hulself nie in die omgewing plaas nie omdat hulle nie weet waar die volwassenes is nie. Gebrek aan grense weerhou kinders daarvan om positiewe kontak met ander te maak. Blom (2004:26) beskryf samevloeiing verder deur te noem dat kinders wat daarvan gebruik maak, nie 'n grens het tussen die "ek" en die "nie ek" nie, met ander woorde tussen die self en die omgewing nie.

Schoeman (1999:14) definieer samevloeiing as 'n verlies van 'n persoon se eie optrede en 'n saamgaan met dit wat 'n ander persoon doen. Volgens Oaklander (1994a:284-285) het die kind wat gebruik maak van samevloeiing 'n swak bewustheid van homself. Sulke kinders tree as tussengangers op en is bereid om enigiets te doen wat van hulle verwag word. Kinders wat samevloeiing as 'n kontakgrensversteuring ervaar, moet tydens Gestalpeltherapie gehelp word om weerstand te toon en 'n sterk sin vir die self te ontwikkel. Blom (2004:26) noem dat sy in haar beroep ervaar dat kinders wat in samevloeiing is, moeilik keuses maak en van haar verwag om keuses te maak. Samevloeiing kan egter ook positief wees wanneer daar 'n gesonde verhouding en kontak (positiewe energie) tussen mense is.

2.7.7.6 Retrofleksie

Retrofleksie is volgens Clarkson (1989:53), Yontef (1993:142) en Schoeman (1999:14) die wyse waarop 'n individu homself behandel soos hy graag ander mense sou wou behandel.

Volgens Clarkson en Mackewn (1994:76) is voortdurende onbewuste retrofleksie 'n struikelblok vir kontak. Dit kom veral voor wanneer uitdrukkings van gevoelens as gevaarlik beskou word. Retrofleksie kom byvoorbeeld voor wanneer kinders blootgestel word aan versorgers wat hulle straf oor hulle uitdrukking van gevoelens of natuurlike impulse.

Oaklander (1994a:284; 1994b:144) noem dat retrofleksie van emosies voorkom wanneer kinders simptome soos hoofpyn, asma-aanvalle of hiperaktiwiteit weens angs en verlies toon. Net soos introjeksie kan retrofleksie die kind se selfbewussyn negatief beïnvloed. Retrofleksie van gevoelens kan egter ook positief wees soos byvoorbeeld wanneer kinders hulle gevoelens onderdruk terwyl hulle voel om selfmoord te pleeg.

2.7.7.5 Defleksie

Volgens Schoeman (1999:16) word defleksie meegebring deur 'n tydelike ervaring van iets in die omgewing en word dit gekenmerk deur gedrag soos vermyding en verbreking van oogkontak. Yontef (1993:143) beskryf defleksie as die direkte vermyding van kontak met ander mense en 'n doelbewuste vermindering van bewussyn van die omgewing deur byvoorbeeld oogkontak te vermy of die onderwerp van bespreking te verander. Kinders wat gebruik maak van defleksie gebruik nie hulle energie effektief om terugvoering van hulself of die omgewing te ontvang nie.

Defleksie kan ook in kinders manifesteer om hulself te beskerm teen emosionele pyn. Blom (2004:29) bevestig dat sy in haar beroep ervaar hoe kinders defleksief optree deur kontak te verbreek, byvoorbeeld deur weg te beweeg van die aktiwiteit waarmee hulle besig is. 'n Kind wat defleksie as 'n kontakversteuring gebruik is volgens Blom (2004:29) redelik kwesbaar en responsief ten opsigte van sy emosies en nie in staat om sy emosies te verstaan of te beheer nie.

2.7.7.6 Desensitisering

Desensitisering word deur Clarkson en Mackewn (1994:77) gedefinieer as die proses waardeur die liggaam ongevoelig gemaak word vir sensoriese ervarings. Hierdie kontakgrensversteuring kan beskou word as die proses waardeur kinders hulself uitsluit van

ervarings wat verband hou met fisiese pyn en ongemak. Sulke ervarings word dus van die kind se voorgrond weggehou.

Desensitiserings kom voor waar kinders byvoorbeeld 'n seer inspuiting ontvang sonder om 'n oog te knip. Blom (2004:30) meld dat kinders wat mishandel is of een of ander vorm van trauma beleef, hulself desensitiseer in 'n poging om hulself te beskerm. Sulke kinders is dikwels nie in staat om emosionele kontak te maak nie omdat hulle nie hulle fisiese ervaring van die emosionele ervaring kan onderskei nie. Desensitiserings kan soms positief wees wanneer 'n persoon pyn ervaar wat nie dadelik aandag kan ontvang nie. Blom (2004:30) beweer dat alhoewel desensitiserings soms noodsaaklik is, dit op die langtermyn skadelik kan wees omdat dit die kind se bewussyn en ervaring van gevoelens en sy selfregulasie negatief kan beïnvloed.

2.7.8 Egoïsme

Egoïsme word deur Clarkson (1989:54) beskou as 'n kenmerk van die Gestaltbenadering. Met egoïsme word bedoel dat die individu buite homself staan en optree as 'n toeskouer en kommentaar lewer op homself en sy verhouding met die omgewing. Volgens Blom (2004:31) impliseer egoïsme dat kinders objektief en rasioneel bewus is van hulle ervaring, sonder om subjektief of emosioneel deel daarvan te word. Hulle is dus nie in kontak met hulself nie.

Egoïsme word volgens Clarkson en Mackewn (1994:77) as 'n kontakversteuring geïdentifiseer wanneer kinders voortdurend poog om beheer te neem oor die onbeheerbare aspekte van hulle lewe, deur objektiewe aksies ten koste van hulle emosionele kontak te neem. Egoïsme is volgens Blom (2004:31) noodsaaklik sodat kinders verantwoordelike keuses kan maak. Daarenteen noem Blom (2004:31) dat kinders wat alle aspekte van hulle lewe wil beheer, maar nie daartoe in staat is nie, se selfregulasie en selfbewustheid negatief beïnvloed word deur hulle egoïsme.

Schoeman (1999:14) noem dat die kind se egoïstiese gedrag dikwels sy eie poging is om homself in balans te kry. Die terapeut moet die kind take gee wat hy kan uitvoer en bemeester, sodat die kind homself kan onderhou in terme van die keuses wat hy maak. Die terapeut kan die kind help om in beheer te kom deur hom terug te neem na die punt waar hy vir die eerste keer sy beheer verloor het.

2.8 POLARITEITE

Volgens Thompson en Rudolph (1996:142) maak die persoonlikheidsteorie van die Gestaltbenadering voorsiening vir verskeie polariteite wat poog om die konflikte op te los wat voorkom in alledaagse aktiwiteite. Yontef (1993:148) beskryf polariteite as die dele van die teenoorgesteldes wat mekaar verklaar, byvoorbeeld liggaam - gees, self - uiterlike wêreld, emosie - realiteit en bewus - onbewus.

Korb, Gorell en Van de Riet (1989:13-14) wys op verskeie polariteite van emosie, byvoorbeeld liefde - haat, eienskappe van die self, soos goeie kind - slegte kind, en eienskappe van ander soos vriendelikheid - vyandigheid. Schoeman (1999:8) beweer dat kinders nie van polariteite hou nie omdat dit hulle verwar wanneer hulle byvoorbeeld teenstrydige gevoelens van liefde en haat vir dieselfde persoon ervaar. Dit is daarom belangrik dat die kind positiewe en negatiewe aspekte as gegewe feite in sy lewe sal aanvaar vir goeie integrering.

Polariteite kom volgens Yontef (1993:148) veral voor wanneer kinders hoofsaaklik met een karaktertrek identifiseer. Sulke kinders gebruik baie energie om die pool waarmee hulle identifiseer, te handhaaf. Karaktertrekke wat nie met hierdie identifisering ooreenstem nie, word ontken. Organismiese selfregulasie lei tot die integrasie van polariteite waar verskille aanvaar en geïntegreer word. Yontef (1993:148) noem dat 'n gebrek aan integrasie fragmentasie veroorsaak.

Aronstam (1989:641) stel voor dat kinders gedurende speltherapie bewus gemaak moet word van hulle polariteite om sodoende beide kante deel van hulself te maak. Hulle moet gelei word om verantwoordelikheid te neem om realistiese keuses te maak omtrent hulle optrede eerder as om die polariteite waarmee hulle gekonfronteer word te ignoreer. Blom (2004:33-34) sluit hierby aan en noem dat die kind deur middel van Gestaltspeltherapie gelei word om bewus te raak van die polariteite in hulle lewens sodat hulle dit kan integreer deur keuses te maak en verantwoordelikheid daarvoor te neem.

2.9 FRAGMENTERING

Volgens Schoeman (1999:14) kom fragmentasie voor wanneer 'n kind sy energievlakke gedeeltelik gebruik om een aspek van homself te hanteer terwyl hy weer 'n ander aspek van homself gebruik om ander mense te beheer. Die gefragmenteerde kind ervaar 'n onvermoë om homself te aktualiseer en verneem van ander hoe hy moet wees of optree.

So 'n kind leer nie om verantwoordelikheid vir homself te neem nie, maar volgens Schoeman (1999:14) plaas hy die las op ander om sy probleme vir hom op te los. Hy kan nie balans vir homself bewerkstellig nie. Twee belangrike komponente van fragmentasie is polariteite en onvoltooidhede. Volgens Schoeman (1999:14) weerhou onvoltooidhede die kind van motivering om betrokke te raak in ander aktiwiteite. Onvoltooidhede manifesteer dikwels in die onwilligheid van die kind om pynvolle ervarings te beleef en dan te beweeg na 'n volgende fase. Wanneer 'n kind problematiese gedrag herhaal kan dit wees dat sy onvoltooidhede nie opgelos is nie weens sy eie gevestigde idees en onvermoë om self vir sy probleme oplossings te kry.

In dié verband kan die terapeut die terapeutiese tegniek van selfvertroeteling benut om fragmentasie te voorkom. Schoeman (1999:15) meld byvoorbeeld dat die terapeut die kind moet help om sy veilige plek te identifiseer.

2.10 STRUKTURE VAN PERSOONLIKHEID

Strukture van persoonlikheid word volgens Perls beskryf in terme van vyf lae. (Vergelyk Clarkson & Mackewn, 1994:78; Thompson & Rudolph, 1996:143.) Die verskillende lae verklaar hoe mense hulle lewe kan fragmenteer sodat hulle gevolglik nie in staat is om sukses te behaal nie. Hieronder volg 'n kort beskrywing van die persoonlikheidslae binne die Gestaltbenadering.

2.10.1 Sintetiese laag

Die sintetiese laag word gekenmerk deur onopgeloste konflik wat nie aandag geniet nie en manifesteer in verskillende rolle wat die mens vertolk. Die mens tree byvoorbeeld op "asof" hy 'n student is. Perls beweer dat hierdie houding vereis dat die persoon 'n konsep of fantasie

nastreef en sodoende die gedrag rig op vermyding van die werklike self. Die mens tree dus op asof hy oor die eienskap beskik wat van hom verwag word (Aronstam, 1989:635). Volgens Schoeman (1999:15) is die kind dikwels 'n gevangene in hierdie laag omdat hy probeer wees wat hy nie is nie.

'n Eksterne verwagting raak dikwels geïnternaliseer en vorm dan die “*top-dog*” van die self. Die “*top-dog*” stel eise en verwagtinge om te voldoen aan 'n ideaal en kom in kompetisie met die “*under-dog*” van die self. Die “*top-dog*” dink dat hy altyd reg is en meen dat hy weet wat die “*under-dog*” moet doen. Die “*top-dog*”- gedeelte tree aggressief op om die “*under-dog*”- gedeelte te oorreed om sy opdragte uit te voer. Die “*under-dog*”- gedeelte reageer onderdanig teenoor die dreigement en voer die opdrag gehoorsaam uit. Beide rolle het volgens Schoeman (1999:16) ten doel om beheer uit te oefen.

Die “*top dog*” en “*under dog*” is gedurig in konflik met mekaar en poog om mekaar deur middel van verskillende rolle te oorheers. Indien die mens bewus raak van die sintetiese laag en verder probeer beweeg, ervaar hy onaangenaamheid. Schoeman (1999:5) stel dit dat die vals laag waarin ontkenning op die voorgrond is, daarop dui dat die kind poog om weg te beweeg van kontak met homself, met die doel om hom juis te probeer handhaaf en te beskerm. Die bolaag (die “*top dog*” – gedeelte) is ter wille van selfbehoud, dus gee die kind voor en probeer tyd wen om inligting te verwerk.

2.10.2 Fobiese laag

Die fobiese laag van die persoonlikheid word gekenmerk deur die mens se weerstand om te wees wat hy kan wees. Volgens Schoeman (1999:15) speel die kind in hierdie fase inderdaad verskillende rolle. Op so 'n wyse vermy hy aspekte van homself waarvan hy nie hou nie. Die kind raak bewus van die vrese wat die vals laag in stand hou, wat dui op dishomeostase versus homeostase.

2.10.3 Impasse laag

In die fase waar die impasse laag domineer, voel die kind dikwels dat hy besig is om te verloor en dat hy geen steunstelsels het nie (Schoeman, 1999:16). Die terapeut moet poog om die kind te help om in die hier-en-nou te bly. Dit is 'n ingrypende en angsvolle fase in die

terapeutiese proses. Aronstam (1989:636) beweer dat die impasse laag, wat onder die fobiese laag van persoonlikheid lê, tot weerstand lei. Om sonder die rolle van die “*top-dog*” en “*under-dog*” van die self te wees, gee aanleiding tot vrees en ongemak.

2.10.4 Implosiewe-eksplosiewe laag

Die implosiewe-eksplosiewe laag word volgens Schoeman (1999:15) omskryf as fases vier en vyf waar die kind bewus word van sy beperkinge en oorgaan in ‘n fase van aanvaarding. Die kind beseft dat hy aan sy situasie moet werk. Die eksplosiewe fase is ‘n belangrike fase wat kan lei tot die identifisering en implementering van suksesvolle gedrag. Die persoon moet deur die impasse laag beweeg om by die implosiewe-eksplosiewe laag te kom, die laag wat die egte persoonlikheid blootlê.

Die egte persoonlikheid word gekenmerk deur bewustheid, dit is selfregulerend en selfonderhoudend en strewe na die vorming van die goeie Gestalt wat toepaslik in kontak met die self en die omgewing is. Tydens die eksplosiewe fase is die kind beter in staat om kontak te maak met sy sensoriese omgewing (Schoeman, 1999:15). Die kind word bemagtig om aan sy probleem aandag te skenk.

2.11 ASPEKTE VAN DIE GESTALTTERAPEUTIESE BENADERING

‘n Volledige bespreking van Gestaltterapie val buite die omvang van hierdie studie. Dit is egter noodsaaklik om kortliks aandag te gee aan enkele sentrale aspekte, naamlik: doelstellings, algemene eienskappe, werkwyse, ander tegnieke en indikasie vir terapie.

2.11.1 Doelstellings

Volgens Nelson-Jones (2000:174) word die psigo-terapeutiese doelstellings as doelstellings van die Gestaltterapeutiese benadering omskryf as selfondersoek met die hulp van omgewingsteun. Die Gestaltterapeutiese benadering poog om die kind se bewustheid te verhoog, om hom te help om in kontak te kom met sy eie gevoelens en eksistensiële kern, om verantwoordelikheid te neem vir die vrye keuses wat hy maak, en om die vermoë te ontwikkel om oop en geslote gestaltes te vorm.

Volgens Geldard en Geldard (2004:36) word die kinderkliënt op 'n terapeutiese wyse gemotiveer om sy fantasie te benut wat ooreenstem met die kind se alledaagse lewe. Op 'n indirekte wyse poog Oaklander om die kind bewus te maak van dit wat hy wegsteek of vermy deur verskillende projeksiemediums te benut.

Volgens Geldard en Geldard (2004:36) motiveer Oaklander se werksmodel die kind om 'n gesprek te inisieer tussen twee dele van 'n tekening. Sy ondersteun die kind om verantwoordelikheid te neem vir dit wat hy uitdruk deur die tekening. Terselfdertyd neem sy waar watter gesigsuitdrukkings, asemhaling en stiltes voorkom, met watter stemtoon hy sy tekening beskryf asook wat sy nie-verbale houding wys en watter posisie sy liggaam inneem. Sy beweeg weg van die kind se aktiwiteit om direk te fokus op die kind se lewensituasies en onvoltooidhede soos wat dit voorkom deur die medium wat deur die kind benut word. Sy vra direk of die tekening of aktiwiteit ooreenstem met die kind se lewe (Geldard & Geldard, 2003:63).

2.11.2 Algemene Eienskappe

Die algemene eienskappe van Gestaltterapie blyk uit die volgende omskrywing van Aronstam (1989:639-644). Die kinderkliënt word deur die terapeut gehelp om self te ontdek hoe hy vermy om verantwoordelikheid vir sy eie bestaan te aanvaar. Die enigste realiteit waarin die kinderkliënt kan werk is die hier-en-nou (teenwoordige tyd) omdat hy slegs in die hede kan “ervaar”. Verdere eienskappe is kortliks soos volg:

- *Kontak.* Die bogenoemde skrywer haal Yontef aan en noem dat die “ek-jy”-verhouding van Martin Buber die enigste doeltreffende kontak in psigoterapie is. Die suiwerste vorm van “ek-jy”-interaksie is tussen twee mense waar die ander persoon as 'n mens gesien word en nie as 'n objek nie. In terapie leer die kinderkliënt hoe hy kontak kan bewerkstellig en onttrekking kan vermy. Die “ek-jy”-interaksie kan volgens Joyce en Sills (2004:53) geskep word indien die terapeut daarin slaag om te fokus op aanvaarding van die kliënt en op die teenwoordige, en indien dit wat die terapeut sê ooreenstem met sy nie-verbale kommunikasie.
- *Ervaring en ontdekking.* Direkte ervaring is die enigste suksesvolle manier om te leer. Die terapeut vermy raadgewing en interpretasie in terapie en poog om 'n atmosfeer daar te stel waarbinne die kinderkliënt self kan ontdek wat belangrik is.

- *Vermyding en fokus op bewustheid.* Deur aandag te gee aan alles wat die kinderkliënt ervaar en hom te wys op dit waarvan hy nie bewus is nie, help die terapeut die kinderkliënt om te fokus op bewustheid.
- *Frustrasie en ondersteuning.* Die kinderkliënt besoek die terapeut met 'n gevoel van onvermoë om sy eie behoeftes te bevredig. Die Gestaltterapeut sal nie toegee aan die kinderkliënt se gewone vorme van manipulasie nie, maar eerder op 'n bedrewe manier probeer om 'n balans te skep tussen frustrasie en ondersteuning.
- *Verantwoordelikheid en keuse.* Die kinderkliënt leer om ten volle bewus te raak van sy selfonderbrekings, vermydings en onvoltooidhede. Bewustheid en verantwoordelikheid is nie sonder konflik nie, maar bied 'n meer effektiewe kompromie tussen die individu se behoeftes en die eise en druk van die samelewing.

2.11.3 Werkwyse

Verskeie tegnieke kan benut word om kontak tussen die terapeut en kliënt te bewerkstellig. Tydens die stel van vroeë fokus die terapeut daarop om die bewustheid van die kinderkliënt te verhoog, byvoorbeeld met vroeë soos:

- Wat is jy besig om te doen ?
- Wat wil jy hê ?
- Wat voel jy ?
- Wat verwag jy ?
- Wat vermy jy ?

Die terapeut moet ingestel wees op dit wat op die oppervlak van kontak plaasvind, aangesien die kinderkliënt niks sonder 'n rede doen nie en die kontak 'n uitdrukking van die self is (Aronstam 1989:642).

2.11.4 Ander tegnieke

Sowel Aronstam (1989:639-644) as Joyce en Sills (2004:103-10) bespreek tegnieke van Gestaltterapie wat benut kan word. Hierdie tegnieke word vervolgens kortliks omskryf.

- *Die leë stoel-tegniek.* Die kinderkliënt plaas vervreemde dele van homself of van ander persone in ‘n leë stoel wat voor hom staan. Hy voer ‘n dialoog tussen homself en wie oorkant in die leë stoel is. Hy verwissel stoele terwyl die dialoog nog aan die gang is. Hierdeur kry die kliënt insig in en bewuswording van sy onvoltooidhede. Die leë-stoel tegniek kan alle aspekte van ‘n situasie hanteer en die bewussyn van dié aspekte verhoog. Die ervaring word in die teenwoordige tyd beleef.
- *Pendeltegniek.* ‘n Angstige kliënt word versoek om te pendel tussen sy asemhaling en sy spiere, tussen sy spiere en sy asemhaling. Hierdeur stel hy vas wat die verhouding tussen die twee is. Hy kan vryer asem haal en meer ontspanne voel. Die hoofdoel van die pendeltegniek is om groter bewustheid en integrasie te bereik. Die kliënt kan in verskeie situasies pendel tussen wat hy ervaar, wat hy vertel en wat hy nie-verbaal vertoon.
- *Semantiese opklarings* Woorde word vervang of beklemtoon, byvoorbeeld in plaas van “Mens kan nie” moet die kinderkliënt sê “Ek kan nie” of “Ek wil nie”.
- *Bewustheidskontinuum.* ‘n Kontinuum van bewustheid kan bekom word deur opdragte vir die kliënt te gee, soos om ‘n sin te begin met “Nou is ek bewus van ...”. Die kliënt kom agter wat hy onmiddellik ervaar en skakel oor na sy denke en fantasieë en ander aktiwiteite sonder dat hy van die oorskakeling bewus is.
- *Herformulering.* Die werklike aspek bly net dit wat dit is: die negatiewe aspek word net positief verander. Die spook waarvoor die kind bang is word net vriendelik. Een van die vinnigste metodes om sukses te behaal is om die kind jammer te maak vir dit waarvoor hy eers bang was. Die terapeut moet net een probleem aanspreek deur te konsentreer op die mees ooglopende emosie. Ten einde suksesvol te wees moet die terapeut hier voortdurend in kontak bly met die kind binne homself.
- *Projeksie.* Dit is volgens Schoeman (2000:10) byvoorbeeld gedramatiseerde spel, bibliospel, kreatiewe spel, teken, kleiwerk en sandwerk wat op die volgende wyse hanteer word: Die kind moet sy projeksie beskryf, hoe oud die projeksie is, watter kleur die projeksie is, watter emosie beleef word, waar die projeksie woon, watter werk die projeksie doen, wie sy vriende is en of daar enigiets anders is wat belangrik is. Projeksie moet besit word en alternatiewe moet bespreek word.
 - ‘n Voorbeeld van ‘n projeksietegniek is die volgende: Die kinderkliënt teken ‘n roosboom en gee voor dat sy die roosboom is. Die Gestaltterapeut vra dan allerlei vrae in verband met die wortels soos of dit sterk of swak wortels het, of

die wortelsisteem diep of vlak is, hoeveel rose die boom dra, of dit dorings het, of dit in 'n goeie of slegte groeiomgewing is, of die roosboom opvallend is, of dit genoeg ruimte het, hoe dit oor die weg kom met ander plante en of dit 'n goeie toekoms het.

- *Droomverwerking.* Perls beklemtoon dat slegs die dromer sy drome kan identifiseer en verklaar. Volgens hom het 'n droom wat herhaaldelik voorkom, 'n definitiewe boodskap vir die dromer en het die droom betrekking op die dromer se huidige lewe of sake waaraan hy nou aandag gee. Nelson-Jones (2000:175) identifiseer vier kenmerke van Gestaltdroomverwerking, naamlik: vertel die droom, vertel die droom in die teenwoordige tyd, praat met die akteurs in die droom en tree in gesprek met die verskillende elemente van die droom. Die terapeut se rol in droomverwerking is om die volgorde voor te stel van hoe die droominhoud gebruik moet word. Weerstand word uitgelig en die kinderkliënt moet ondersteun word om terug te keer na die huidige situasie.

2.11.5 Indikasie vir terapie

Volgens Aronstam (1989:634) is dit 'n indikasie vir terapie wanneer 'n individu 'n onvermoë toon om sy volle potensiaal te benut as gevolg van 'n ingeperkte en onaanvaarbare wyse van funksionering, byvoorbeeld die kinderkliënt wat fobies, neuroties en/of depressief is. Geldard en Geldard (2003:67) konstateer dat kinders 'n terapeut besoek wanneer hulle emosionele spanning ervaar. Sommige kinders kan hulle emosies erken en daarvoor kommunikeer. Die meeste kinders is egter nie in staat om hulle emosies duidelik te identifiseer nie en toon weerstand om hulle intense emosies te ondersoek. Die Gestaltbenadering maak dit vir die kind moontlik om hierdie gevoelens van emosionele spanning, depressie en weerstand te ondersoek.

2.12 SAMEVATTING

Die literatuurstudie oor die Gestaltbenadering beklemtoon die belangrikheid van die Gestalt waarop gefokus moet word. Die Gestalt betrek al die aksies, emosies en gedagtes wat vloei vanuit die behoefte van die organisme totdat dit bevredig is. Gestalt word gesien as 'n entiteit waarvan die geheel meer is as die dele daarvan, wat 'n sekere struktuur het, en wat herkenbaar is as 'n geheel solank daar 'n verhouding tussen die samestellende dele is.

Gestaltspelterapie is 'n psigoterapeutiese tegniek waarmee die terapeut probeer om die kind die geleentheid te gee om op 'n verbale en nie-verbale wyse uitdrukking aan sy gevoelens te gee. Daar word veronderstel dat die kind sy probleme op 'n simboliese wyse sal uitspeel en sodoende sy gevoelens meer effektief sal kanaliseer. Die kind sal leer om 'n vertrouensverhouding met 'n ander persoon aan te knoop en om afwykende gedrag te normaliseer. Die kind se vermoë tot probleemoplossing is binne homself geleë. Gestaltspelterapie bied vir die kind optimale geleentheid tot groei en ontwikkeling. In die hoofstuk is belangrike teoretiese begrippe en sentrale aspekte van die Gestaltbenadering uiteengesit.

Die volgende hoofstuk bespreek verskeie aspekte van die kind wat onsedelik aangerand is.