HOOFSTUK 5

EMPIRIESE ONDERSOEK

5.1 INLEIDING

In hoofstuk 5 val die klem hoofsaaklik op die studiepopulasie, wyse waarop proefpersone verkry is, die navorsingsontwerp, operasionalisering van die veranderlikes, metodes waarop gegewens versamel is, asook die statistiese verwerking van die gegewens.

5.2 STUDIEPOPULASIE

Soos blyk uit hoofstuk 1 gaan dit in hierdie studie hoofsaaklik oor die adolessent in die hoërskool en in die besonder die middeladolessent, dus ongeveer 15 tot 18 jaar. Aangesien standerd 9- en matriekleerlinge waarskynlik onder buitengewone akademiese druk verkeer, is besluit om slegs standerd 7- en 8-leerlinge by die ondersoek te betrek om sodoende 'n meer bestendige populasie te verkry.

5.3 WYSE WAAROP PROEFPERSONE VERKRY IS

Aangesien dit in hierdie ondersoek gaan om die begeleiding van die adolessent is daar nie van 'n steekproef by die aanvanklike selektering van proefpersone gebruik gemaak nie. Onderwysers aan wie die standerd 7- en 8-leerlinge bekend is, is genader om behulpsaam te wees met die identifisering van moontlike depressiewe leerlinge. Sodanige onderwysers is deur die Departementshoof: Opvoedkundige Leiding ingelig oor die wyses waarop depressie by adolessente manifesteer en waarna opgelet moet word. Sodoende is 'n groslys van moontlike depressiewe leerlinge verkry. Genoemde leerlinge se ouers is genader vir toestemming om hul

kinders by die ondersoek te betrek. In hierdie stadium is die moontlikheid genoem dat van die ouers uiteindelik ook betrek kan word.

5.4 EKSPERIMENTELE ONTWERP

Nadat die nodige toestemming verkry is, is die leerlinge aan die meetinstrument, 'n vertaalde weergawe van die "Children's Depression Inventory" onderwerp. Twintig depressiewe leerlinge is op dié wyse verkry. Die toepassing van die CDI (Children's Depression Inventory) dien terselfdertyd as voortoets. 'n Vollediger uiteensetting van die CDI, asook afsnypunte, volg in paragraaf 5.5.2. Genoemde leerlinge is hierna op grond van geslag en intensiteit van depressiewe gevoelens in die volgende begeleidingsgroepe ingedeel:

- Begeleidingsgroep A, bestaande uit 5 leerlinge, wat slegs aan 'n groepvoorligtingsprogram blootgestel is;

- Begeleidingsgroep B, bestaande uit 5 leerlinge, wie se ouers slegs aan 'n ouerbegeleidingsprogram blootgestel is;

- Begeleidingsgroep C, bestaande uit 10 leerlinge, wat beide begeleidingsvorme, naamlik groepvoorligting aan die leerlinge, asook ouerbegeleiding aan die ouers, deurloop het.

Ses weke nadat die begeleidingsprogram afgehandel is, is die eerste na-toets, 'n tweede weergawe van die CDI, op al die begeleidingsgroepe toegepas om die effek van die eksperimentele veranderlikes, naamlik die onderskeie begeleidingsvorme vas te stel en met mekaar te vergelyk.

Om die langdurige effek van die begeleidingsprogramme te bepaal, is die tweede na-toets tien weke ná die eerste na-toets ingeskakel.

5.5 OPERASIONALISERING VAN DIE VERANDERLIKES

5.5.1 Waarde van operasionalisering

Operasionalisering neem 'n belangrike plek in enige navorsing in: begrippe in 'n hipotese moet toetsbaar gemaak word en moet dus deur objektiewe operasionele definisies empiries gespesifiseer word. Dit impliseer dat 'n veranderlike gedefinieer moet word in terme van die aktiwiteite wat uitgevoer moet word, sodat die veranderlike meetbaar word (Jordaan, Jordaan & Niewoudt, 1979: 595). Vervolgens word die onderskeie veranderlikes, asook die wyse waarop dit meetbaar gemaak is, van nader beskou.

5.5.2 Afhanklike veranderlike

In hierdie ondersoek is die afhanklike veranderlike depressiewe gevoelens by 'n groep standerd 7- en 8-leerlinge. Om die intensiteit van sodanige gevoelens te bepaal is gebruik gemaak van 'n vertaalde weergawe van die "Children's Depression Inventory" (CDI). (Vergelyk bylaag E).

Uit die literatuur blyk dit dat die CDI deur verskeie navorsers aangehaal en/of toegepas is vir die diagnosering van depressie by kinders en adolessente. (Finch, 1985: 424; Brown, Borden, Clingerman & Jenkins, 1988: 120; Goldstein, Paul en Sanfilippo-Cohn, 1985: 263-275; Rotundo & Hensley, 1985: 917-927; Spirito, Hart, Overholser & Halverson, 1990: 546; Reynols, 1984: 174; Lipsker & Oordt, 1990: 29; Wierzbicki, 1987: 390-396; Kahn, Kehl, Jenson & Clark, 1990: 196-211; Fine Forth, Gilbert & Haley, 1991: 79-85; Way, Strauber,

Nakkula & London, 1993: 331-341; Brage & Meredith, 1994: 459; Jaycox, Reivich, Gillham en Seligman, 1994: 804; Reed, 1994: 295).

Die CDI is 'n hersiene weergawe van die Beck Depression Inventory en is 'n simptoomgeoriënteerde skaal (Stein & O'Donnell, 1985: 269-280). Dit is gebaseer op sekere aannames, naamlik dat depressie wel by kinders voorkom, dat dit waarneembaar en meetbaar is en dat die kenmerke daarvan grootliks ooreenstem met depressie by volwassenes (Joffe, 1986: 122). Dit kan toegepas word op kinders en adolessente tussen die ouderdomme van 8 en 17 jaar (Hanford, Mattison, Humphery en McLaughlin, 1986: 410; Garland & Zigler, 1994: 588), tot selfs laatadolessensie (Way *et al.*, 1993: 331-341).

Die CDI bestaan uit 27 items. By elke item het die respondent 3 alternatiewe stellings wat wissel in intensiteit en 'n puntetoekenning van 0 tot 2 het. Só kan die totale telling wat deur 'n individu behaal word, wissel vanaf 0 tot 54. Hoe hoër die telling is, hoe hoër is die vlak van depressie wat deur die individu ervaar word. So het 'n roupunt van 19 uit 54 'n persentielwaarde van 90 wanneer die vraelys op normale kinders toegepas word (Kazdin & Petti, 1982: 439). 'n Roupunt van 19 dui dus volgens Way *et al.*, (1993: 333), op 'n sterk moontlikheid van depressie. Reynolds, Anderson & Bartell (1985: 513-525), beveel selfs aan dat die afsnypunt vir die CDI op so laag as 11, met 'n gepaardgaande terapeutiese bevestiging, en 13 daarsonder, vasgestel kan word. Jaycox, Reivich, Gillham en Seligman, (1994: 809), beskou 'n afsnypunt van 15 as aanduidend van matige depressie. Vir die doel van hierdie studie is 15 ook as afsnypunt geneem.

Vervolgens word die betroubaarheid en geldigheid van die vraelys nader toegelig:-

- Betroubaarheid:- 'n Meetinstrument is betroubaar as dit aan elkeen van die volgende vereistes voldoen: stabiliteit, ekwivalensie, interne

konsekwentheid en beoordelingskonsekwentheid (Jordaan *et al.*, 1979: 929). Om betroubaar te wees moet 'n toets dieselfde meting gee as dit twee of meer kere op dieselfde leerling toegepas word (De Wet, Monteith, Venter & Steyn, 1981: 67). Die betroubaarheid van die CDI word deur 'n hele aantal skrywers bevestig (Reynolds *et al.*, 1985: 513; Moretti, Frine, Haley & Marriage, 1985: 299). Aansluitend hierby toon Kazdin en Petti (1982: 439) aan dat die CDI oor interne konsekwentheid en toets-hertoetsbetroubaarheid beskik.

- Geldigheid:- Die geldigheid van 'n toets word bepaal deur die mate waarin dit meet wat dit veronderstel is om te meet (Landman, 1980: 179). Die geldigheid van die CDI word bevestig deur die toenemende getal navorsers wat dit in die diagnosering van depressie by kinders gebruik (Reynolds *et al.*, 1985: 524; Huntington & Bender, 1993: 162; Garland & Zigler, 1994: 586-593; Renouf & Kovacks, 1994: 208-216). In sy geheel gesien, beskik die vraelys oor inhoudsgeldigheid, konstrukgeldigheid, asook gelyktydige geldigheid.

5.5.3 ONAFHANKLIKE VERANDERLIKES

Vir die doel van hierdie ondersoek is die onafhanklike veranderlikes die groepvoorligtingsprogram, die ouerbegeleidingsprogram, asook 'n kombinasie van genoemde twee begeleidingstegnieke waaraan proefpersone en hul ouers blootgestel word.

Vervolgens word 'n kort uiteensetting verskaf van i) die groepvoorligtingsprogram en ii) die ouerbegeleidingsprogram. Kommentaar oor die afloop van genoemde programme volg in hoofstuk 6.

5.5.3.1 **'n Groepvoorligtingsprogram vir depressiewe adolessente**

Sessie 1: Inleiding

- Doelstellings: In aansluiting by die aanvanklike onderhoud wat reeds met elke groeplid gevoer is, word die doel van die program in sy geheel, asook die spesifieke doel met die eerste sessie aan die groep verduidelik. Die doel met die eerste sessie is naamlik om mekaar beter te leer ken, groepkohesie te vestig en die groepterapeutiese meganismes (vergelyk paragraaf 4.9.1.7) aan groeplede bekend te stel.

- Tegnieke:- Om groepkohesie te vestig en groeplede te laat ontspan word van die volgende tegnieke gebruik gemaak: rondtes, inbreek in 'n sirkel, vertroueskepping (vertrouensoplig) en die stuur van telegramme (vergelyk paragraaf 4.9.1.8).

Sessie 2:- Verwerwing van kennis oor depressie.

- Hersiening van vorige sessie:- Die inhoud van sessie 1 word kortliks hersien - die doel hiervan is hoofsaaklik om groepkohesie te versterk. Tydens hierdie fase word veral klem gelê op dit wat groeplede vir mekaar kan beteken.

- Doelstelling:- Tydens sessie 2 stel die terapeut hom ten doel om groeplede toe te rus met kennis oor onder andere die oorsaaklike faktore en die simptomatologie van depressiewe gevoelens. Met sodanige kennis kom die adolessent ook in aanraking met sy eie gevoelens en so ook tot groter selfkennis. Vanweë die noue verband tussen depressie en selfmoord en die mediadekking wat dit geniet, word die term "depressie" nooit binne

groepverband gebruik nie - daar word veel eerder van "neerslagtigheid" of "terneergedruktheid" gepraat. In dié verband wys Fletcher (1993: 121), daarop dat selfmoord onder jeugdiges soos 'n aansteeklike siekte kan versprei.

- Die etiologiese faktore kom kortliks op die volgende neer:- genetiese-, fisiese-, fisiologiese faktore, vroeë ervaring van verlies, onkontroleerbaarheid van negatiewe faktore, opvoedingstyl van ouers, disharmonie tussen ouers, faktore wat stres veroorsaak, gebrek aan intieme, sosiale bande, swak interpersoonlike verhoudinge, swak selfbeeld, angs, onvermoë tot ideaalverwesentliking, gebrek aan motivering en foutiewe kognitiewe skemas.

- Die wyses waarop depressiewe gevoelens manifesteer word kortliks geskets: geïrriteerdheid, eet- of gewigsversteurings, slaapversteurings, psigomotoriese vertraging en - agitasie, verlies aan belangstelling, minderwaardigheids- en skuldgevoelens, onvermoë om te konsentreer, gedagtes oor die dood of selfmoord, gedragsprobleme, negatiewe selfbeeld, gevoelens van hulpeloosheid, onttrekking, huilbuie, vermyding van oogkontak, swak prestasie op skool, angstigheid, moegheid en enurese.

- Tegnieke:- Na afloop van die inleidende praatjie deur die terapeut oor genoemde aspekte word van rondtes gebruik gemaak om die mees relevante oorsaaklike faktore te identifiseer en te bespreek. Sodoende word die inhoud van die res van die program grootliks bepaal deurdat aspekte wat beklemtoon moet word, bekend is. Voordat die groeplede die lokaal verlaat, behoort aandag gegee te word aan 'n ontspanningstegniek.

Die gebruik van rustige musiek kan onder meer met groot vrug gebruik word.

Sessie 3:- Aanleer van probleemoplossingsvaardighede.

- Hersiening van vorige sessie:- Daar word kortliks terugverwys na die inhoud van sessie 2. Groeplede kry geleentheid om opnuut te bevestig dat die faktore wat bespreek is, ook op hul eie omstandighede van toepassing is.

- Doelstelling:- Om vaardighede aan te leer waarmee alledaagse probleme, soos blyk uit die vorige sessie, aangepak en suksesvol opgelos kan word.

- Tegnieke:- Aanvanklik word gebruik gemaak van rondtes waartydens groeplede probleme wat daagliks ervaar word, asook faktore wat stres veroorsaak te identifiseer. Nadat 'n lys van probleme en stresverwante faktore opgestel is, kry groeplede geleentheid om elkeen 'n brief aan "Jakkie" (vergelyk paragraaf 4.9.1.8), te skryf en 'n oplossing vir elkeen se probleem word sodoende verkry.

Sessie 4:- Aanleer van interpersoonlike vaardighede.

- Hersiening van vorige sessie:- Die verloop van sessie 3 word kortliks bespreek en die klem word gelê op die stappe in die eksperimentele leermetode, naamlik ondervinding, waarneming, dink en leer (Behr, Cilliers & Meyer, 1988: 13-15). Hier kan met groot vrug gebruik gemaak word van genoemde skrywers se spotprent om die leerproses te ontdek (p.17).

- Doelstelling:- Om vaardighede aan te leer waardeur sinvolle sosiale verhoudings gevestig kan word. Daar word spesifiek aandag gegee aan die rol en verantwoordelikheid wat elke individu binne so 'n verhouding het. Tydens hierdie sessie word ook aandag gegee aan kommunikasievaardighede.

- Tegnieke:- Na aanleiding van inligting wat alreeds bekom is, word van rondtes gebruik gemaak waartydens groeplede hul verhoudings met hul ouers, onderwysers, broers/susters en portuurgroep op 'n 10-puntskaal evalueer. Na aanleiding hiervan word dan spesifiek aandag gegee aan vaardighede wat verband hou met spesifieke probleemareas. Probleemsituasies word dan deur middel van rollespel uitgebeeld waardeur groeplede tot die besef kom dat hul probleme nie uniek is nie, maar dat ander wel dieselfde probleme ervaar. Oplossing vir die probleme word hoofsaaklik deur groeplede self verskaf. Groeplede word aangemoedig om 'n lys van die vereistes waaraan 'n goeie maat behoort te voldoen, op die skryfbord aan te bring. Hulle word gelei om self tot die besef te kom dat sodanige vereistes ook in ander verhoudinge geld. Voorts kan 'n lys van kenmerke van 'n gewilde/ongewilde tiener opgestel word. Groeplede word gewys op die noodsaaklikheid van goeie kommunikasievaardighede in enige verhouding. Die vlakke van kommunikasie (Behr *et al.*, 1988: 128), kan in dié opsig met groot vrug gebruik word.

Sessie 5:- Byhou van 'n aktiwiteitskedule

- Hersiening van vorige sessie:- Groeplede word versoek om hul ervarings met betrekking tot die toepassing van vaardighede uit die vorige sessie met die res van die groep te deel. Op dié wyse word effektiewe vaardighede verder versterk en aangemoedig.

- Doelstelling:- Om groeplede aan te moedig om gevoelens, gedagtes en aktiwiteite self te monitor en sodoende daadwerklik betrokke te raak by die opheffing/hantering van depressiewe gevoelens.

- Tegnieke:- Groeplede word versoek om 'n lys van onaangename aktiwiteite (moontlik dit wat verband hou met depressiewe gevoelens) en aangename aktiwiteite te maak. 'n Opsomming daarvan word op 'n skryfbord gemaak en wenke word deur die groep aan die hand gedoen oor hoe die onaangename aktiwiteite óf uitgeskakel óf in 'n meer positiewe lig gesien kan word. Die feit dat dit nie soseer die onaangename aktiwiteite/ervaring as sodanig is wat ons negatief stem nie, maar wel ons reaksie daarop, behoort veral beklemtoon te word. Groeplede word versoek om vir die volgende week, tot met die volgende sessie, 'n skedule by te hou van aangename aktiwiteite. Die noodsaaklikheid van hul eerlikheid moet uiteraard opnuut beklemtoon word.

Sessie 6:- Kontrole van aktiwiteiteskedule

- Hersiening van vorige sessie:- Die waarde wat aangename aktiwiteite of ontspanning vir die groep het, word geïllustreer deur aan groeplede te vra wat dit die afgelope week vir hulle beteken het.

- Doelstelling:- i) Om groeplede te help om hul onderlinge aktiwiteitskedules te kontroleer en objektief te evalueer. ii) Om positiewe versterking deur groeplede, na aanleiding van die aktiwiteitskedule, te verseker.

- Tegnieke:- Daar word deurgaans van rondtes gebruik gemaak en elke groeplid kry geleentheid om hul aktiwiteitskedules met die res van die

groep te deel. Groeplede word aangemoedig om positief te reageer op elke aktiwiteit en sodoende positiewe versterking te verleen. Die noodsaaklikheid van ontspanning en die deelname aan aangename aktiwiteite vir 'n gesonde, gelukkige lewenswyse word beklemtoon en groeplede word aangemoedig om dit deel van hul bestaan te maak.

Sessie 7:- Rasionalisering van irrasionele idees.

- Hersiening van vorige sessie:- Groeplede word versoek om te vertel van aangename ervarings en te sê wat dit vir hulle beteken. Diegene wat nie regtig van aangename aktiwiteite kan vertel nie, word deur die groep gehelp om sodanige aktiwiteite te vind of word by ander se aktiwiteite betrek.

- Doelstelling:- Om groeplede te lei tot selfontdekking van hul irrasionele denkpatrone.

- Tegnieke:- Die drievoudige kolom-tegniek waarvolgens groeplede onaangename gevoelens na 'n onaangename ervaring in kolom 1, hul outomatiese gedagtes daarop in kolom 2 en hul eie rasionele reaksie op die outomatiese gedagtes in kolom 3 weergee, word aan groeplede verduidelik. Vir dié doel word gebruik gemaak van praktiese voorbeelde soos verkry vanaf groeplede. Hulle word versoek om vir die volgende week daagliks hul kolomme by te hou deur onaangename gevoelens en hul spontane, asook rasionele reaksie daarop aan te toon.

Sessie 8:- Evaluering van die drievoudige kolom-opdrag.

- Hersiening van vorige sessie:- Die inhoud van sessie 7 word kortliks hersien en daar word gewys op die groot effek wat irrasionele gedagtes op die ervaring van depressiewe gevoelens het.

- Doelstelling:- Om groeplede aan te moedig om voortaan alle hartseer, depressiewe gevoelens volgens die drievoudige kolom-tegniek objektief te evalueer en met 'n vertroulike persoon (onderwyser, ouers, vriend/in) te bespreek.

- Tegniek:- Groeplede kry geleentheid om hul kolomme aan die groep voor te lê en opnuut positiewe versterking daaruit te verkry. Groeplede word aangemoedig om van bogenoemde tegniek gebruik te maak wanneer depressiewe gevoelens ervaar word.

Sessie 9: Konsolidering.

- Hersiening van vorige sessie:- Groeplede kry geleentheid om die waarde van sessie 8 in die lig van persoonlike ervaring met die ander te deel. Groeplede wat klaarblyklik nie waarde uit die vorige sessie geput het nie, word deur die groep self gehelp om meer waarde daaruit te put.

- Doelstelling:- Om die tegniek/vaardighede wat in die program aangeleer is te konsolideer sodat dit in die normale gang van die lewe toegepas kan word.

- Tegnieke:- Na aanleiding van die gegewens wat tydens vorige sessies bekom is, word omstandighede/faktore wat tot depressiewe gevoelens kan

lei deur middel van rollespel uitgebeeld en alle moontlike alternatiewe om dit te oorkom word deur groeplede weergegee en bespreek.

Sessie 10:- Afsluiting

- Hersiening van program in die geheel:- Ter afsluiting word 'n brief aan elke lid oorhandig wat in wese 'n opsomming van die voorligtingsprogram is. (Vergelyk bylaag F8). Groeplede word versoek om dit te bewaar en te lees wanneer hulle neerslagtig is om sodoende as teenvoeter vir sodanige gevoelens te dien.

- Doelstelling: Om groeplede te laat onderneem om in die toekoms beskikbaar te wees vir mekaar, asook vir ander leerlinge wat depressiewe gevoelens mag ervaar.

- Tegnieke:- Groeplede word versoek om te ontspan en te fantaseer dat hulle tien jaar ouer is en dan tydens 'n reünie moet vertel wat intussen met hulle gebeur het. Tydens so 'n reünie-fantasie kan ook vasgestel word wat groeplede se verwagtinge van die toekoms is en ook in welke mate hul depressiewe gevoelens opgeklaar het. Deur middel van rondtes word aan groeplede geleentheid gegee om aan ander goeie wense toe te wens vir die toekoms. Groeplede word aangemoedig om ook buite die groep kontak te behou en mekaar te ondersteun.

5.5.3.2 **'n Ouerbegeleidingsprogram vir die ouer van 'n depressiewe adolessent**

Let wel:- Uit die begeleidingsprogram wat hierna volg sal duidelik blyk dat gepoog is om 'n verskeidenheid teoretiese uitgangspunte, wat vir die begeleiding van die depressiewe adolessent relevant is, te integreer en om die ouers van

sodanige kinders toe te rus om hul kinders op 'n indirekte wyse te begelei. Die program kan deurgaans binne groepverband aangebied word.

Sessie 1: Inleiding

- Doelstelling van die program:- In aansluiting by die inleidende/ toestemmingsbrief, wat aanvanklik aan ouers gestuur is, word die doel van die studie in die algemeen en dié van die ouerbegeleidingsprogram in die besonder aan ouers geskets.

- Kenmerke van die adolessentejare:- Tydens die eerste sessie word ook gepoog om aan ouers die kwesbaarheid van hul kinders tot depressie te toon. Sodoende word beter begrip vir sodanige kinders verkry.

- Etiologiese faktore wat 'n rol speel by depressie:- 'n Blik op die volgende faktore word gegee: genetiese-, fisiese-, fisiologiese faktore, vroeë ervaring van verlies, ouerlike psigopatologie, onkontroleerbaarheid van omgewingsinvloede, opvoedingstyl, disharmoniese opvoedingsdinamiek, gebrek aan intieme, sosiale bande en swak interpersoonlike verhoudinge, angstigheid, swak selfbeeld, onvermoë tot ideaalverwesenliking, gebrek aan motivering, asook foutiewe kognitiewe skemas.

- Simptome van adolessentedepressie:- 'n Oorsig van die wyses waarop depressie by adolessente manifesteer, asook die definisie volgens Gouws *et al.*, (1979: 50) word gegee. Die volgende simptome word aangedui: geïrriteerdheid (Louw en Van Jaarsveld, 1989: 171); eet- of gewigsversteurings, slaapversteurings, psigomotoriese versteurings (psigomotoriese vertraging sowel as - agitasie), verlies aan belangstelling, minderwaardigheids- en skuldgevoelens, onvermoë om te konsentreer en

gedagtes oor die dood of selfmoord (Bauer, 1987: 81); gedragsprobleme, negatiewe selfbeeld, hartseer, gevoelens van hulpeloosheid, onttrekking, huilbuie, vermyding van oogkontak, swak prestasie op skool, angstigheid, moegheid en enurese (Van Niekerk, 1986: 89). Daar behoort ook gewys te word op gemaskeerde depressie (Mc Knew *et al.*, 1983: 43) wat gekenmerk word deur anti-sosiale gedrag soos diefstal, brandstigting, dwelmmisbruik, wegloop en aggressiewe gedrag.

- Ouerbetrokkenheid:- Ouers kry die geleentheid om vrae te stel en dit word sover moontlik vanuit die groep self beantwoord. Na afloop van vraetyd word ouers versoek om in die lig van dit wat bespreek is, in kleiner groepe te verdeel en die waarde wat sodanige program vir elkeen kan hê, te evalueer. 'n Groepleier rapporteer terug aan die groot groep en bydraes word kortliks op 'n skryfbord/ transparant, aangebring. Nie alleen dien dit as motivering nie, dit versterk ook die groepkohesie binne die groep. Na afloop hiervan word 'n opsomming van die inleiding aan ouers verskaf, asook 'n bronnelys van relevante boeke wat in die plaaslike biblioteek verkrygbaar is. (Vergelyk bylaag F_1). 'n Onderneming word van die ouers verkry om ook by die volgende byeenkoms te wees en 'n datum word bepaal.

Sessie 2:- Disharmoniese opvoedingsdinamiek.

- Hersiening van sessie 1:- Die essensies van sessie 1 word kortliks geskets.

- Doelstelling van sessie 2:- Om die disharmoniese opvoedingsdinamiek, wat waarskynlik bestaan, te verbeter.

- Die volgende aspekte word kortliks deur die groepleier aan ouers gesket:-

  a) Drie soorte ouers
     - Outoritêre ouer
     - Permissiewe ouer
     - Aanvaardende en begrypende ouer.

  b) Kenmerke van die ideale ouer en sy verwagtinge van sy kind.

- Ouerbetrokkenheid:- Ouers word versoek om die vraelys aangaande ouerskapstyl te voltooi (vergelyk bylaag F_2) en deur middel van rollespel/dialoog die wenslikheid/onwenslikheid van style te demonstreer. Genoemde aktiwiteit is aangepas uit "Temas vir Oueronderssteuningseminare" (TOD, 1993: 11-14).

Sessie 3: Kommunikasie tussen ouer en kind.

- Hersiening van sessie 2:- Hersiening van sessie 2 word gedoen om as aanknopingspunt vir sessie 3, kommunikasie tusssen ouer en kind, te dien.

- Doelstelling van sessie 3:- Om kommunikasie tussen ouer en kind, met spesifieke verwysing na die depressiewe adolessent, te verbeter.

  - Die volgende aspekte word kortliks deur die groepleier aan ouers gesket:-

    a) Samehorigheid as voorwaarde vir gesonde kommunikasie.

b) Hantering van situasies wanneer die kind 'n probleem ondervind.

c) Hantering van situasies waarin die ouer 'n probleem ondervind.

d) Hantering van situasies waar die ouer en kind 'n probleem ondervind.

e) Situasies waarin geen probleem ondervind word nie. (Van Wyk, 1983: 102-107; TOD, 1993: 89-99).

- Ouerbetrokkenheid:-

i) Ouers word versoek om neer te skryf hoe hulle sal reageer wanneer hul kinders die volgende probleme ervaar:-

  i) Johan is ongelukkig omdat hy nie sy skool se eerste rugbyspan gehaal het nie.

  ii) Pieter is gefrustreerd en humeurig omdat hy sukkel met Wiskunde

  iii) Alida is skaam en teruggetrokke omdat sy glo dat seuns nie van haar geselskap hou nie.

  iv) Willie is ongelukkig omdat hy glo dat hy onskuldig was toe sy onderwyser hom 'n pakslae gegee het.

Nadat die opdrag voltooi is, vergelyk groeplede hul antwoorde met mekaar en evalueer elkeen sy eie antwoorde ten opsigte van houding (ondersoekende-, bemoedigende of ondersteunende-, beoordelende of interpreterende- of aanvaardende of begrypende-).

ii) Ouers word versoek om hul reaksies neer te skryf wanneer hulle die volgende probleme ervaar:-

i) U kinders baklei oor wie voor langs u in die motor mag sit wanneer u hulle skool toe neem.

ii) U kind benader sy studies na u mening nie met die nodige erns nie.

iii) U kind vergeet gedurig om sy troeteldier kos te gee.

iv) U moet herhaaldelik met u kind praat om sy kamer aan die kant te maak.

v) U moet elke oggend u kind herhaaldelik vermaan om op te staan sodat hy betyds vir die skool kan wees.

Ouers kry geleentheid om hul eie reaksies te beoordeel op grond van die begrip wat hulle vir die kind openbaar en die duidelikheid van die ek-boodskap wat gekommunikeer word.

iii) Ouers word versoek om, in kleiner groepe, oplossings vir die volgende situasies te vind waarin die ouer en die kind 'n probleem ervaar:-

i) Dit is vir u belangrik dat die gesin aandete saam aan die etenstafel moet nuttig, maar dit bots met die vroeë televisieprogramme waarna u tiener wil kyk.

ii) U tienerdogter gaan die aand saam met 'n vriend uit. U het met haar afgespreek om elfuur tuis te wees. Sy is egter laat en daag eers kwart-voor-twaalf op. Op u navraag blyk dit dat hulle vertraag is, omdat die vriende saam met wie hulle gery het, daarop aangedring het om eers koffie ná die fliek te gaan drink.

iii) U seun wil graag vir hom 'n motorfiets koop waarmee hy onder andere skool toe wil ry. U is egter van mening dat dit 'n geldverkwisting is en u is ook besorg oor sy veiligheid.

Die volgende stappe in konflikoplossing behoort gevolg te word:-

i) Definiëring van probleem - dit is belangrik dat die ouer in hierdie stadium begrip sal toon vir sy tiener se probleem deur aktief te luister, maar sy eie probleem ook duidelik te definieer.

ii) Formulering van alternatiewe oplossings - die tiener moet ook geleentheid kry om soveel moontlik alternatiewe oplossings aan die hand te doen.

iii) Evaluering van verskillende oplossings - die voor- en nadele van elke oplossing behoort tydens hierdie fase bespreek te word.

iv) Keuse van die beste oplossing - indien die vorige fase deeglik gedoen is, behoort die mees aanvaarbare keuse uitgeoefen te word.

v) Bespreking van die implikasies van bogenoemde vir elke gesinslid- die betrokkenheid van die hele gesin word hierdeur verstewig.

vi) Opvolgwerk met die oog op bepaling van die effektiwiteit van die besluit - dit is belangrik dat die ouer van tyd tot tyd sal bepaal of die oplossing nog suksesvol is en of almal nog hul verantwoordelikhede nakom.

Sessie 4: Psigo-analitiese-/Gedragsbenadering.

- Hersiening van sessie 3: Kommunikasievaardighede, soos tydens vorige sessie geoefen, word kortliks hersien en ouers kry geleentheid om verslag oor die effektiwiteit daarvan te doen.

- Doelstelling van sessie 4:-

  i) Om 'n klimaat tuis te skep waarin die adolessent sal voel dat hy beheer het oor sy depressiewe gevoelens en om hom te begelei tot insig in sy persoonlike probleme.

ii) Om aan te toon in welke mate omgewingsfaktore aangewend kan word om depressiewe simptome te verlig.

- Wyses om sodanige klimaat te skep:- Ouers word versoek om wenke aan die hand te doen oor hoe so 'n klimaat geskep kan word. Die ideaal is dat ouers faktore uit sessie 1, 2 en 3 sal identifiseer as vereistes vir sodanige klimaat.

- Aanwending van omgewingsfaktore:- Die rol wat positiewe versterking vanuit die omgewing speel moet beklemtoon word sodat geleenthede aangegryp sal word om dit deurgaans te verhoog. Ouers word versoek om mense, plekke, dinge en aktiwiteite te identifiseer wat nie met hul kinders se depressiewe gevoelens verband hou nie. Ouers toon aan hoe genoemde faktore aangewend kan word om positiewe versterking te verkry. Dit is belangrik dat ouers aangename ervarings uit die verlede as vertrekpunt sal neem en dat groot klem op kleiner suksesse geplaas word.

- Basiese emosionele behoeftes:- Ouers word gewys op die noodsaaklikheid van die vervulling van hul tieners se emosionele behoeftes.

- Verhoging van aktiwiteitsvlak:- Ouers word aangemoedig om geleenthede te skep wat hul kinders se aktiwiteitsvlak kan verhoog. Dit moet egter duidelik gestel word dat sodanige optrede sonder dwang moet geskied en dat dit nie nóg meer eise aan die kind sal stel nie. Wyses van hoe dit gedoen kan word, word bespreek.

- Ouerbetrokkenheid:- Ouers word in vier groepe verdeel en aan elke groep word 'n blik gegee wat 'n emosionele tenk voorstel, te wete 'n "liefdestenk", 'n "sekuriteitstenk", 'n "aanvaardingstenk" en 'n

"erkenningstenk". (Vergelyk in dié verband Behr *et al.*, 1988: 26-30 en Van Niekerk & Van der Spuy, 1994: 164-177). Binne-in elke blik is 'n lysie van dít wat die spesifieke blik vul. Ouers word versoek om sodanige lysie in groepverband aan te vul. Na afloop hiervan word groepleiers versoek om aan die groot groep te rapporteer oor dít wat nodig is om 'n spesifieke emosionele tenk te vul. Hoe voller sodanige tenk is, hoe weerbaarder is die tiener teen faktore wat hom depressief maak.

Sessie 5:- Kognitiewe benadering

- Hersiening van sessie 4:- Die inhoud van sessie 4 word kortliks bespreek en ouers kry geleentheid om iets oor die effektiwiteit daarvan met ander groeplede te deel.

- Doelstelling van sessie 5:- Om begrip van die depressiewe denkwyse van die adolessent by die ouer tuis te bring.

- Aanname dat die depressiewe adolessent homself, die wêreld en die toekoms negatief beskou:- Ouers word versoek om redes vir genoemde beskouing te verskaf. Ouers word gelei om tot die besef te kom dat hul kinders se negatiewe denkwyse waarskynlik spruit uit negatiewe ervarings uit die verlede.

- Wyses van denkdistorsie:- Ouers word gewys op die verwronge denkpatroon van hul depressiewe kinders en word aangemoedig om arbitrêre en selektiewe afleidings, oorveralgemening, vergroting en verkleining eerder te ignoreer en positiewe gedrag te versterk.

- Aangeleerde hulpeloosheid:- In die meeste gevalle glo die depressiewe adolessent dat hulle min of geen beheer oor beloning en straf het nie. Ouers behoort aangemoedig te word om konsekwent te wees in die toediening van straf en toekenning van beloning. Dit sal lei tot groter motivering en verbetering van die selfbeeld deurdat die depressiewe adolessent sal voel dat hy nie meer passief en hulpeloos teenoor sy probleem staan nie.

- Selfbeloning:- Die depressiewe adolessent behoort aangemoedig te word om homself te beloon wanneer problematiese situasies en emosies suksesvol hanteer is.

- Kleiner suksesse:- Ouers behoort aangemoedig te word om die kleiner suksesse wat kinders behaal te beklemtoon.

Sessie 6:- Humanisties-eksistensiële benadering.

- Hersiening van sessie 5:- Ouers word genooi om binne groepverband terugvoering te gee oor hoe hul depressiewe kinders se denkpatroon aangetas is.

- Doelstelling van sessie 6:- Om faktore wat selfverwesenliking belemmer te identifiseer en sodoende die adolessent tot 'n ryker en voller ervaring van sy persoonlike bestaan te lei.

- Diskrepansie tussen die ideale self en die ware self:- Die diskrepansie tussen die ideale self en die ware self is aldus die humanistiese beskouing die oorsaak van depressiewe gevoelens. Ouers behoort te let op hul verwagtinge van hul kinders aangesien dit die kind se ideale self in 'n groot

mate beïnvloed. Ouers moet dus waak om nie te veel van kinders te verwag nie. Die kind wat neig om depressief te wees is reeds die kind wat waarskynlik te veel druk op homself plaas.

- Onvoorwaardelike aanvaarding:- Ouers moet aangemoedig word om hul kinders onvoorwaardelik te aanvaar.

- Konsolidering:- Momente uit die program as geheel word hersien en ouers kry geleentheid om telkens "in te breek" in hierdie gesprek en persoonlike ervarings met ander te deel.

5.5.4 **Statistiese verwerking van gegewens**

Op aanbeveling van die Statistiese Konsultasiediens van die PU vir CHO is van 'n gepaarde t-toets gebruik gemaak om 'n variansie-analise tussen die verskillende begeleidingsgroepe te maak.

5.5.5 **Samevatting**

In hoofstuk 5 is die aandag hoofsaaklik toegespits op die inhoudelike van die begeleidingsprogramme, naamlik die groepvoorligtingsprogram en die ouerbegeleidingsprogram. Voorts is die studiepopulasie, proefpersone, eksperimentele ontwerp, veranderlikes en die verwerking van die gegewens onder die loep geneem.