

DIE EFFEKTIWITEIT VAN 'N GESTALT- VERRYKINGSPROGRAM VIR AFSTUDERENDE STUDENTE

**Carel Petrus Johannes Olivier
B.A. (Teologie), Hons. (Sielkunde)**

Skripsie voorgelê vir gedeeltelike nakoming van die vereistes vir die graad Magister Artium (Kliniese Psigologie) in die Departement Psigologie aan die Potchefstroomse Universiteit vir Christelike Hoër Onderwys.

Leier: Prof. P.E. van Jaarsveld

Potchefstroom

1993

VOORWOORD

My dank en waardering gaan aan:

Prof. P.E. van Jaarsveld, my studieleier, vir sy meelewende en bekwame leiding;

Dr. W.F. du Plessis vir sy aanmoediging en ondersteuning met die aanvang van die studie;

Prof. J.A. Conradie en Magda du Preez vir die tegniese en taalversorging;

Die Statistiese Konsultasiediens van die PU vir CHO vir die verwerking van die data;

My vrou, ouers en vriende vir hul aanmoediging en ondersteuning;

My Hemelse Vader wat dit alles moontlik maak het.

Opgedra aan Nicci, Pa, Ma en Surette.

"In spite of the great advances which have been made in knowledge, some fundamental gaps still remain; matter, life and mind still remain utterly disparate phenomena.

Yet the concepts of all three arise in experience, and in the human all three meet and apparently intermingle, so that the last word about them has not yet been said." (Smuts, 1927:1.)

INHOUDSOPGAWE

HOOFSTUK 1

INLEIDING 1

1.1 Probleemstelling 2

1.2 Doel van die ondersoek 5

1.3 Die verloop van die studie 5

HOOFSTUK 2

LITERATUURSTUDIE 7

2.1 Ontwikkelingspsigologiese aspekte van die afstuderende student 8

2.1.1 Oriëntering 8

2.1.2 Tipering van die ontwikkelingsfase van die afstuderende student 8

2.1.3 Ontwikkelingstake 9

2.1.3.1 *Vestiging van 'n gevoel van identiteit* 10

2.1.3.2 *Omtyning van lewensdoelwitte en waardes* 13

2.1.3.3 *Keuse van en voorbereiding vir 'n beroep* 14

2.1.4 Suksesvolle hantering van die ontwikkelingstake 16

2.1.5 Verryking tydens vroeë-volwassenheid 19

2.1.5.1 *Tipes psigologiese verrykingsprogramme* 20

2.1.6 Samevatting 22

2.2 Die Gestaltterapeutiese benadering 23

2.2.1 Oriëntering 23

2.2.2 Historiese oorsig en ontwikkeling 23

2.2.3 Basiese aannames 24

2.2.4 Algemene semantiek 25

2.2.4.1 *Holisme* 25

2.2.4.2	<i>Homeostase</i>	25
2.2.4.3	<i>Realiteit</i>	26
2.2.4.4	<i>Bewuswording</i>	26
2.2.4.5	<i>Kontakgrense</i>	27
2.2.4.6	<i>Differensiële denke</i>	28
2.2.5	Die verrykingsproses	28
2.2.5.1	<i>Ervaringsleer</i>	28
2.2.5.2	<i>Persoonlikheidsontwikkeling</i>	29
2.2.5.3	<i>'n Prosesbenadering</i>	30
2.2.6	Wanfunksionele gedrag	31
2.2.6.1	<i>Introeksie</i>	31
2.2.6.2	<i>Projeksie</i>	32
2.2.6.3	<i>Ineenvloeiing</i>	32
2.2.6.4	<i>Retrofleksie</i>	33
2.2.7	Die Gestalt-verrykingsmodel	33
2.2.7.1	<i>Passons (1972 en 1975)</i>	34
(a)	<i>Bewuswording en hede-georiënteerdheid</i>	35
(b)	<i>Taal as selfopenbaringswyse</i>	35
(c)	<i>Nie-verbale bewuswording</i>	36
(d)	<i>Fantasie</i>	37
(e)	<i>Die verlede en die toekoms</i>	37
(f)	<i>Gevoelsdimensie</i>	37
2.2.7.2	<i>Kaplan (1978)</i>	38
(a)	<i>Die groep as basis van ondersteuning</i>	38
(b)	<i>Bewuswording van die hier-en-nou</i>	39
(c)	<i>Waarneming van die groepservaringe</i>	39
(d)	<i>Die groep as aktiewe deelnemer</i>	39
(e)	<i>Die kinetiese proses</i>	40
2.2.7.3	<i>Greenberg (1980)</i>	40
(a)	<i>Kennis</i>	41
(b)	<i>Vaardigheid</i>	41
(c)	<i>Integrasie en groei</i>	41

2.2.8	Beperkinge en sterktes	44
2.2.9	Samevatting	46
2.3	Samevattende bespreking	47

HOOFSTUK 3

EMPIRIESE ONDERSOEK 52

3.1	Voorgestelde Gestalt-verrykingsprogram	53
3.1.1	Oriëntering	53
3.1.2	Programoorweginge	53
3.1.2.1	<i>Etiese fasette</i>	53
3.1.2.2	<i>Terapeutvereistes</i>	54
3.1.2.3	<i>Duur van die program</i>	55
3.1.2.4	<i>Fisiese opset</i>	55
3.1.3	Programinhoud	56
3.1.3.1	<i>Doel van die program</i>	56
3.1.3.2	<i>Temas in die program</i>	56
3.1.3.3	<i>Tegnieke en oefeninge betrek</i>	57
3.1.3.4	<i>Huiswerkopdragte</i>	58
3.1.3.5	<i>Evaluering deur die deelnemers</i>	58
3.1.4	Aanbiedingswyse	59
3.1.4.1	<i>Sessie 1 \ Algemene oriëntering en bekendstelling</i>	59
3.1.4.2	<i>Sessie 2 \ Bewuswording en hede-georiënteerdheid as ervaringswyse</i>	60
3.1.4.3	<i>Sessie 3 \ Taal as selfopenbaringswyse</i>	60
3.1.4.4	<i>Sessie 4 \ Die gebruik van nie-verbale gedrag</i>	61
3.1.4.5	<i>Sessie 5 \ Die positiewe aanwending van fantasieë</i>	61
3.1.4.6	<i>Sessie 6 \ Die verband tussen die hede, verlede en toekoms</i>	62
3.1.4.7	<i>Sessie 7 \ Die gevoelsdimensie</i>	62
3.1.4.8	<i>Sessie 8 \ Afsluiting</i>	63
3.1.5	Samevatting	63

3.2	Metode van navorsing	65
3.2.1	Oriëntering	65
3.2.2	Die universum	65
3.2.3	Proefpersone	65
3.2.3.1	<i>Insluitingskriteria</i>	65
3.2.3.2	<i>Prosedure van steekproefneming</i>	66
3.2.4	Navorsingsontwerp	67
3.2.4.1	<i>Beskrywing</i>	67
3.2.4.2	<i>Die verloop</i>	68
3.2.5	Psigologiese meetinstrumente	69
3.2.5.1	<i>Persoonlike Outonomieskaal (POS)</i>	69
3.2.5.2	<i>Sinvolheidskaal (PIL)</i>	71
3.2.5.3	<i>Persoonlike Oriëntasievraelys (POI)</i>	72
3.2.5.4	<i>Verkorte Beck-depressieskaal (BDS)</i>	75
3.2.6	Statistiese prosedures	76
3.2.6.1	<i>Hipoteseformulering</i>	76
3.2.6.2	<i>Statistiese tegnieke</i>	79
3.2.6.3	<i>Beduidendheidspeil</i>	80
3.2.7	Samevatting	81

HOOFSTUK 4

RESULTATE, BESPREKING EN GEVOLGTREKKING 82

4.1	Oriëntering	83
4.2	Statistiese rapportering en bespreking van die data	83
4.2.1	Vergelykbaarheid van die groepe	83
4.2.2	Die Persoonlike Outonomieskaal (POS)	85
4.2.2.1	<i>Onafhanklikheid van oordeel</i>	85
4.2.2.2	<i>Morele onbevangenheid</i>	87
4.2.2.3	<i>Avontuurlustigheid</i>	88
4.2.2.4	<i>Totale persoonlike outonomie</i>	90
4.2.3	Die Sinvolheidskaal (PIL)	91

4.2.4	Die Persoonlike Oriëntasievraelys (POI)	93
4.2.4.1	<i>Tydsbevoegdheid</i>	93
4.2.4.2	<i>Innerlike ondersteuning</i>	94
4.2.4.3	<i>Selfaktualiserende waarde</i>	96
4.2.4.4	<i>Eksistensialiteit</i>	97
4.2.4.5	<i>Gevoelsreaksie</i>	98
4.2.4.6	<i>Spontaneïteit</i>	100
4.2.4.7	<i>Selfagting</i>	102
4.2.4.8	<i>Selfaanvaarding</i>	103
4.2.4.9	<i>Mensbeskouing</i>	105
4.2.4.10	<i>Sinergie</i>	106
4.2.4.11	<i>Aanvaarding van aggressie</i>	108
4.2.4.12	<i>Intieme kontak</i>	109
4.2.4.13	<i>Totale persoonlike oriëntasie</i>	111
4.2.5	Programverloop	112
4.2.6	Samevatting	114
4.3	Bevindinge	117
4.3.1	Oriëntering	117
4.3.2	Programsamestelling en -aanbieding	117
4.3.3	Psigologiese konstrakte	119
4.3.3.1	<i>Persoonlike outonomie</i>	119
4.3.3.2	<i>Sinvolheidsbelewing</i>	120
4.3.3.3	<i>Positiewe geestesgesondheid</i>	121
4.3.4	Navorsingsontwerp	122
4.4	Gevolgtrekking	124
	OPSOMMING	129
	SUMMARY	131

BYLAES	133
BYLAE A: Korrespondensie met die proefpersone	134
BYLAE B: Tegnieke en oefeninge toegepas	140
BYLAE C: Leesstukke vir sessies	148
BYLAE D: Evalueringsvraelys	154
BYLAE E: Resultate van die Beck-depressieskaal	158
BIBLIOGRAFIE	160

LYS VAN TABELLE

Tabel 2.1: Die Gestalt-verrykingsmodel.	43
Tabel 2.2: Die verband tussen Gestalt-verryking en die ontwikkelingstake van die afstuderende student.	51
Tabel 3.1: Voorstelling van die navorsingsontwerp.	67
Tabel 4.1: Tellings t.o.v. onafhanklikheid van oordeel (POS) soos deur die eksperimentele, besprekings- en kontrolegroep behaal.	85
Tabel 4.2: Tellings t.o.v. morele onbevangenheid (POS) soos deur die eksperimentele, besprekings- en kontrolegroep behaal.	87
Tabel 4.3: Tellings t.o.v. avontuurlustigheid (POS) soos deur die eksperimentele, besprekings- en kontrolegroep behaal.	88
Tabel 4.4: Tellings t.o.v. die totale persoonlike outonomie (POS) soos deur die eksperimentele, besprekings- en kontrolegroep behaal.	90
Tabel 4.5: Tellings t.o.v. die sinvolheidskaal (PIL) soos deur die eksperimentele, besprekings- en kontrolegroep behaal.	91
Tabel 4.6: Tellings t.o.v. tydsbevoegdheid (POI) soos deur die eksperimentele, besprekings- en kontrolegroep behaal.	93

Tabel 4.7: Tellings t.o.v. innerlike ondersteuning (POI) soos deur die eksperimentele, besprekings- en kontrolegroep behaal.	94
Tabel 4.8: Tellings t.o.v. selfaktualiserende waarde (POI) soos deur die eksperimentele, besprekings- en kontrolegroep behaal.	96
Tabel 4.9: Tellings t.o.v. eksistensialiteit (POI) soos deur die eksperimentele, besprekings- en kontrolegroep behaal.	97
Tabel 4.10: Tellings t.o.v. gevoelsreaksie (POI) soos deur die eksperimentele, besprekings- en kontrolegroep behaal.	98
Tabel 4.11: Tellings t.o.v. spontaneïteit (POI) soos deur die eksperimentele, besprekings- en kontrolegroep behaal.	100
Tabel 4.12: Tellings t.o.v. selfagting (POI) soos deur die eksperimentele, besprekings- en kontrolegroep behaal.	102
Tabel 4.13: Tellings t.o.v. selfaanvaarding (POI) soos deur die eksperimentele, besprekings- en kontrolegroep behaal.	103
Tabel 4.14: Tellings t.o.v. mensbeskouing (POI) soos deur die eksperimentele, besprekings- en kontrolegroep behaal.	105

Tabel 4.15: Tellings t.o.v. sinergie (POI) soos deur die eksperimentele, besprekings- en kontrolegroep behaal.	106
Tabel 4.16: Tellings t.o.v. die aanvaarding van aggressie (POI) soos deur die eksperimentele, besprekings- en kontrolegroep behaal.	108
Tabel 4.17: Tellings t.o.v. intieme kontak (POI) soos deur die eksperimentele, besprekings- en kontrolegroep behaal.	109
Tabel 4.18: Tellings t.o.v. die totale persoonlike oriëntasie (POI) soos deur die eksperimentele, besprekings- en kontrolegroep behaal.	111

HOOFTUK 1: INLEIDING

1.1 PROBLEEMSTELLING

Die afstuderende student kan ontwikkelingspsigologies as 'n laat-adolescent, vroeë-volwassene getipeer word (Gerdes et al., 1988: 300; en Santrock, 1985:31). Hierdie nuwe lewenstadium van vroeë-volwassenheid word voorafgegaan deur 'n oorgangsfase (Gerdes et al., 1988:341; Erikson, 1963; Gould, 1978; en Levinson, 1978) wat sekere vereistes (Havighurst, 1972:5) aan die persoon stel en dienooreenkomstig sekere selfverwesenlikingsbehoeftes in hom wakker maak (Maslow, 1962). Hy bevind hom in 'n posisie waarin die graad van bewustheid van sy persoonlike sterktes en swakhede verhoog en verantwoordelikheid van hom vereis word (vergelyk Simkin & Yontef, 1984:279). Vanuit 'n ontwikkelingspsigologiese oogpunt bied hierdie tipe lewensoorgange 'n geleentheid vir ontwikkeling en groei (Havighurst, 1972:6-7).

'n Onderzoek na die makro-aspekte van die Suid-Afrikaanse universiteitswese (KUH, 1987:125) lig die noodsaaklikheid van die skep en evaluering van *oorbruggingstrategieë* vir die negentigerjare binne die universiteitsfeer uit. Hierdie tipe programme stel hulle ten doel om die gaping tussen skool en universiteit (en universiteit en beroep) te oorbrug, pro-aktief te wees en 'n meer relevante universiteitskonteks daar te stel. Die komitee se aanbeveling is dus dat verskillende strategieë oorweeg behoort te word en *dat diepgaande navorsing onderneem moet word* om in hierdie behoeftes te voorsien. Hierdie ondersoek is 'n poging om aan die geïdentifiseerde behoefte te voldoen, maar met die klem op die student wat die volwasse wêreld moet betree.

Die afgelope jare het studentnavorsing in die RSA in die algemeen op studentebehoeftes (Henderson, 1988), persoonlikheidspeilings (Roux, 1987), akademiese prestasie (Malan, 1987) en meer spesifiek op selfbeeldvorming (Howcroft, 1986), eerstejaarstudente-ontwikkeling (Van der Walt, 1987), studente-opleidingsprogramme (Bosman, 1987), 'n studentevoorligtingsprogram (Du Plessis, 1986) en 'n eerstejaar-verrykingsprogram (Henning, 1986) gefokus. Al hierdie ondersoeke

bevestig in 'n mindere of meerdere mate die voorkoms van 'n eksistensiële problematiek onder Suid-Afrikaanse studente. Henning (1986:134-135) bevind dat 'n verrykingsprogram wat op hierdie bestaansprobleme fokus 'n positiewe bydrae lewer in die geval van eerstejaardamestudente. Hy wys ook op die belang van verryking in die geval van ander populasies soos eerstejaarmanstudente, Engelssprekende studente, skoolgaande leerlinge en diegene wat midde-in lewensoorname (soos universiteitsverlating) staan. Hy kom tot die gevolgtrekking dat sulke ondersoeke die voorligtingsdienste aan tersiêre opvoedkundige instansies meer toegerus behoort te laat ten opsigte van die voorkoming, diagnosering en remediëring van genoemde eksistensiële problematiek. Op die terrein van die afstuderende student is die literatuur baie beperk en het 'n biblioteeksoektog net een ondersoek by die Universiteit van Wes-Kaapland (1978) oor die gesindheid van studente ten opsigte van godsdienstige aangeleenthede, en een vakgerigte studie deur Cilliers (RGN, 1981) met finalejaarverpleegkundestudente opgelewer.

Vanuit 'n ontwikkelingspsigologiese oogpunt is dit noodsaaklik dat die afstuderende student sy identiteit duidelik in hierdie lewensfase omlyn om sodoende gereed te wees vir toetrede tot volwassenheid en die beroepswêreld (Waterman, 1982:355; en Gerdes et al., 1988:341). Die besluite en keuses wat tydens hierdie oorgangstydperk geneem en gemaak moet word, mag as veeleisend en/of uitdagend ervaar word (Gerdes et al., 1988:336). Verrykingsprogramme bied 'n raamwerk waarbinne 'n persoon se bestaande psigologiese hulpbronne hanteer en geaktualiseer word, en daar word bewys gelewer dat hierdie programme bydra tot die doeltreffende hantering van hierdie lewenseise en -uitdagings (vergelyk Mace, 1975:171-173; Otto, 1975:137-142; Venter, 1988; Henning, 1986: 157; en Valdes & McPherson, 1987:466).

In die literatuur word *identiteitsverwerwing* as die sentrale ontwikkelingstaak van die laat-adolessensie geïdentifiseer (Marcia, 1966; en Waterman, 1982:355). Identiteitsverwerwing word as 'n voorwaarde vir die ontwikkeling van outonomie en

volwassenheid gesien (Gerdes et al., 1988). Die hipotese kan dus gestel word dat hierdie aspekte, identiteitsverwerwing en outonomie die fokuspunte sal moet vorm vir 'n verrykingsprogram wat bedoel is vir afstuderende studente.

Die Gestaltbenadering, wat aanvaar dat outonomie deur middel van 'n proses van integrasie van gevoelens, persepsies, kennisies, fisieke bewegings en sensasies bewerkstellig kan word (Perls et al., 1951:xiv; Perls 1969:13; en Passons, 1975:24), skyn in hierdie doel 'n toepaslike strategie vir studentepopulasies te wees (Foulds, 1970 en 1971; Guinan & Foulds, 1970; en Foulds & Hannigan, 1976a en 1976b, 1976). Daar is aangetoon dat daar by vrywillige kollegestudente wat aan 'n 24 uur-marathon-Gestaltwerkswinkel deelgeneem het 'n beduidend positiewe verandering op die 0.01-vlak ten opsigte van die bevordering van psigologiese stabiliteit en selfaktualisasie ontwikkel het (Foulds & Hannigan, 1976b).

Die effektiwiteit van die Gestalttegniek is ook in ander velde soos met die bevordering van (a) suksesvolle konflikhantering (Greenberg & Clarke, 1979; Greenberg & Dompierre, 1981; en Greenberg & Rice, 1981) en (b) besluitneming (Greenberg & Webster, 1982; en Clarke & Greenberg, 1986) bevestig. Passons (1972 en 1975) se Gestalt-verrykingsmodel sluit nou hierby aan en het dan ook die bevordering van persoonsintegrasie en outonomiebereiking as grondslag. Daarom is geoordeel dat 'n verrykingsprogram met die Gestaltbenadering en meer spesifiek persoonsintegrasie, persoonlike outonomie en 'n positiewe selfbeleving as uitgangspunt, die aangewese strategie vir hierdie ondersoek sal wees. Passons (1975) se toepassing van die Gestaltbenadering op die voorligtingsterrein sowel as Kaplan (1978) se fokus op die Gestaltproses in groepe en Greenberg (1980) se Gestalt-vaardigheidsopleiding bied 'n gepaste raamwerk vir die ontwerp en evaluering van 'n Gestalt-verrykingsprogram vir die afstuderende student.

As eksperimentele hipotese kan dus gestel word dat 'n Gestalt-verrykingsprogram die

verhoging van persoonlike outonomie en algemene positiewe geestesgesondheid in 'n groep afstuderende studente sou kon stimuleer.

1.2 DOEL VAN DIE ONDERSOEK

Die algemene doelstelling van die studie is die samestelling en evaluering van 'n Gestalt-verrykingsprogram vir 'n groep afstuderende studente. Meer spesifieke doelstellings is om te bepaal watter mate van invloed die Gestalt-verrykingsprogram uitgeoefen het op konstrunkte soos (vergelyk par. 3.2.5.1- 3.2.5.3):

- * persoonlike outonomie;
- * sinvolheidsbelewing; en
- * positiewe geestesgesondheid.

1.3 DIE VERLOOP VAN DIE STUDIE

Ter bereiking van die doelstellings sal in die literatuurondersoek veral aandag gegee word aan die drie primêre ontwikkelingstake van die afstuderende student, aan verryking in die algemeen en aan Gestalt-verryking meer spesifiek. Die samestelling van 'n Gestalt-verrykingsprogram sal dus swaar leun op 'n krities-analitiese studie van die moderne literatuur.

Ter evaluering van die verrykingsprogram word derdejaarstudente met Psigologie as hoofvak uitgenooi om aan die ondersoek deel te neem. Die betrokke studente moet aan die neergelegde seleksiekriteria voldoen. Die steekproef wat ewekansig in drie groepe, naamlik die eksperimentele, 'n aandagplasebo-besprekings- en 'n kontrolegroep ingedeel word, sal aan 'n voortoetsing onderwerp word om die vergelykbaarheid van die groepe te bepaal. Hierna sal die verrykingsprogram en parallel daarmee die besprekingsprogram toegepas word en 'n hertoetsing op die steekproef in geheel gedoen word.

'n Statistiese evaluasie om die effektiwiteit van die program en die spesifieke invloed daarvan op outonomie, sinvolheidsbelewing en positiewe geestesgesondheid te bepaal, word beoog. Uit 'n kritiese analise van die resultate sal getrag word om definitiewe gevolgtrekkings te maak met betrekking tot die effek van die verrykingsprogram op derdejaarstudente met Psigologie as hoofvak aan die PU vir CHO. Hierdie studie sal moontlik 'n bydrae kan maak tot die bevordering van die afstuderende student se aanpassingsvermoë met die oorbrugging na die beroepswêreld.

HOOFTUK 2: LITERATUURSTUDIE

2.1 ONTWIKKELINGPSIGOLOGIESE ASPEKTE VAN DIE AFSTUDE- RENDE STUDENT

2.1.1 Oriëntering

Insig in en begrip van die ontwikkelingspsigologiese fasette van die mens voorsien waardevolle inligting oor die basiese psigologiese prosesse betrokke by waarneming, denke, leer en sosialisering. Dit bied nie alleen beter insig in die mens as ontwikkelde wese tydens 'n spesifieke ontwikkelingsstadium nie, maar kan ook ontwikkelingsleemtes uitwys en die navorser in staat stel om remediëringsprogramme te ontwerp om in die geïdentifiseerde leemtes te voorsien. Ten einde 'n duidelike beeld van die psigologiese fase van die afstuderende student te verkry, word in hierdie afdeling veral gefokus op die ontwikkelingstake rondom die vroeë-volwassene. Die sentrale ontwikkelingstaak vir hierdie lewensfase, naamlik identiteitsverwerwing (Waterman, 1982:355; Havighurst, 1972:43-82; en Erikson, 1956, 1963 en 1968) word in meer besonderhede uiteengesit. Laastens ontvang die konseptualisering en die effektiewe/nie-effektiewe hantering van hierdie take spesifieke aandag.

2.1.2 Tipering van die ontwikkelingsfase van die afstuderende student

Ontwikkelingspsigologies word die tydperk tussen adolessensie en volwassenheid as 'n unieke lewensfase, naamlik die van vroeë-volwassenheid (Gerdes et al., 1988:300) of laat-adolessensie (Newman & Newman, 1988:372) beskryf. Die vroeë-volwassenheidsfase strek vanaf ongeveer agtien tot twee-en-twintig jaar (Gerdes et al., 1988:300; en Newman & Newman, 1988:371) en kan as 'n voorbereidingsfase tot die toetreding tot volwassenheid met sy gepaardgaande verantwoordelikhede beskou word. Vroeë-volwassenheid behels nie net emosionele en finansiële onafhanklikheid van die ouers nie, maar ook 'n aanvaarding van die verantwoordelikhede en rolle van 'n beroep en meer intieme verhoudings (Gerdes et al., 1988:341).

Die student op universiteit bevind hom dus in 'n toerustingsfase wat volwassenheid en verantwoordbaarheid voorafgaan. Die vroeë-volwassenheidsfase bied die ruimte waarbinne die student op die verwagtinge en eise van die samelewing kan reageer en persoonlike keuses kan maak. Die verbintenis tot 'n integrasie van eie waardes, doelstellings en vermoëns lei volgens Erikson (1968) tot die vorming van 'n *unieke identiteit*.

2.1.3 Ontwikkelingstake

Havighurst (1972:1-6) het 'n aantal lewenstake sentraal aan bepaalde lewensperiodes vanaf vroeë-kinderjare tot laat-volwassenheid geformuleer. Hy meld dat die persoon se drang om te groei tesame met die eise, beperkings en geleenthede van die samelewing die betrokke ontwikkelingstake bepaal. Die teorie van ontwikkelingstake veronderstel dat 'n persoon gedurende die lewensiklus deur verskeie ontwikkelings- en oorgangsperiodes beweeg. Elke periode omvat sekere take wat bemeester en probleme wat opgelos moet word. Volgens Levinson (1978:317) is die primêre take van 'n ontwikkelingsperiode om (a) noodsaaklike keuses te maak, (b) 'n struktuur daarom te skep, (c) die struktuur te verryk en (d) spesifieke doelwitte daarbinne na te streef. Dit vind plaas indien die persoon:

- * sy waardesisteme herondersoek;
- * 'n nuwe uitkyk op sy beroep en verhoudings verkry; en
- * nuwe moontlikhede ondersoek en evalueer.

In Gerdes et al., (1988:306) se bespreking van die ontwikkelingstake wys sy daarop dat die vroeë-volwassenheidsfase 'n kort oorgangsperiode is. Ontwikkelingstake wat gedurende hierdie tydperk 'n aanvang neem, word nie noodwendig afgehandel nie. Ofskoon dit mag gebeur dat sommige persone volwassenheid direk na adolessensie betree, bied die ontleding van die onderskeie ontwikkelingstake 'n unieke raamwerk waarbinne 'n spesifieke lewensfase, soos die vroeë-volwassenheidsfase, ondersoek

kan word (vergelyk Gerdes et al., 1988:300). Volgens Havighurst (1972:83) is die vroeë-volwassenheidstydperk "*the most individualistic period of life and the loniest one, in the sense that the individual, ... must proceed with a minimum of social attention and assistance to tackle the most important tasks of life*". Vir die doel van hierdie studie word spesifiek op die proses van identiteitsverwerwing, die gepaardgaande omlyning van waardesisteme en die keuse van 'n beroep gefokus, omdat dit in die literatuur as die sentrale take geïdentifiseer word (Santrock, 1985:360).

2.1.3.1 Vestiging van 'n gevoel van identiteit

Erikson (1968) se standpunt dat die suksesvolle afhandeling van 'n spesifieke ontwikkelingsfase deur die sukses van die vorige fases bepaal word, het verskeie ondersoeke tot gevolg gehad. Alhoewel daar verskil word oor die *hoe*, *wat* en *wanneer* (kronologiese verloop) van die identiteitsverwerwingsproses stem die meeste teoretici saam oor die belang van persoonlikheidsintegrasie in hierdie lewensfase. Dit is juis tydens dié periode dat die laat-adolesent/vroeë-volwassene intens bewus word van 'n eie identiteit (Gerdes et al., 1981:279).

So het Marcia (1966:551-558) se operasionalisering van Erikson (1968) se identiteitsteorie tot gevolg gehad dat die konstruk *identiteit* in terme van vier fases (statusse), naamlik (a) dié van identiteitsverwerwing, (b) die vooruitbesliste identiteit, (c) die moratorium en (d) identiteitsverwarring, beskryf en ondersoek kon word:

- * Indien 'n persoon 'n krisisperiode soos die oorgang van student-wees na volwassenheid kan benut deur die bestaande norms en verwagtinge te bevraagteken, te vergelyk en te integreer met sy eie identiteit en persoonlikheid, stimuleer dit identiteitsverwerwing.
- * Indien 'n persoon egter die identiteit van 'n ander persoon oorneem of verkry, byvoorbeeld deur sy ouers se standarde en waardes sonder enige bevraag-

tekening of eksperimentering slaafs na te volg, verkry hy die status van 'n vooruitbesliste identiteit.

- * Die moratoriumstadium veronderstel dat 'n persoon 'n interne konflik/krisis beleef en alternatiewe verbintenisse uittoets, maar nog nie finaal tot 'n keuse gekom het nie.
- * 'n Persoon in die identiteitsverwarringstadium het al (of het glad nie) 'n krisis/konflik ervaar, maar nog nie tot enige mate van verbintenis gekom nie (vergelyk Bourne, 1978:372).

Volgens hierdie uitgangspunt (Marcia, 1966) word 'n persoon op grond van sy belewenis van krisis en verbintenisse in die verskillende identiteitstatusse gekategoriseer. 'n *Krisis* word as die negatiewe proses van selfbewuswording en die subjektiewe belewenis van ongemak beskryf. *Verbintenis*, daarteenoor, dui op 'n proses waarin die persoon sy waardes, doelwitte en oortuigings vir homself begin definieer en 'n spesifieke betekenis, doel en rigting daaraan koppel (vergelyk Waterman, 1982:345). Volgens Marcia (1966:552) is persone wat identiteitsverwerwing bereik het sekerder van hulle selfdefinisie en beleef hulle minder angs.

Een van die eerste studies wat die aannames van Erikson (1956, 1968) rondom identiteitsverwerwing en identiteitsverwarring ondersoek het (Bronson, 1959:414-417), het getoon dat identiteitsverwarring gepaard gaan met (a) 'n onsekere gevoel van die self rakende die hede en die verlede, (b) groter innerlike angs en spanning en (c) 'n onsekerheid van die persoonlikheid. Meer resente navorsing (Adams et al., 1987:292-297) bevestig hierdie resultate en kom tot die gevolgtrekking dat diegene wat identiteitsverwerwing bereik het (a) meer bereid was om hulle innerlike self te ontbloot, (b) minder selfgesentreerd was en (c) 'n meer positiewe selfbeskouing gehad het. Die vooruitbesliste identiteitstadia word daarteenoor gekenmerk deur 'n algemeen kognitiewe impulsiwiteit met die neem van besluite (Cella et al., 1987:859).

Hiervolgens kan aangevoer word dat 'n geïntegreerde identiteit gekenmerk sal word deur gevoelens van veiligheid, sekerheid en bestendigheid ten opsigte van die belewenis van die self. Betrokkenheid by die konflikterende aspekte in die persoonlikheid en verbintenis tot verantwoordbare keuses bewerk 'n gevoel van selfvertroue binne die persoon, ten opsigte van andere en sy toekoms. Volgens Newman & Newman (1988:557) is so 'n persoon se energie meer gefokus en sy ervarings meer intens, en beleef hy 'n groterwordende gevoel van toewyding tot die lewe.

Hierdie tipe toewyding kan waargeneem word aan die hand van 'n aantal psigologiese veranderings wat noodsaaklik is vir suksesvolle aanpassing tot 'n volwasse wêreld (vergelyk Keniston, 1982:89-95).

- * Die *verhouding tussen die self en die gemeenskap* is 'n sentrale komponent in die vroeë-volwassenheidsfase. Die jeugdige begin nou die gemeenskap uit te daag en vergelyk homself met kulturele geleenthede en uitdagings. Hy begin hom distansieer van sy gesin wat kan lei tot spanning tussen die self en die samelewing. Die bevestiging en integrasie van die self in die samelewing teenoor 'n ontkenning van een van die twee lei tot outonomie en differensiasie. Die persoon ontwikkel sodoende sy eie identiteit afsonderlik van die gemeenskap, terwyl hy terselfdertyd aanpas by die sosiale realiteite.
- * Met laat-adolessensie ontwikkel *seksualiteit* op 'n unieke wyse. Die persoon beweeg weg van seksuele fantasieë na meer toepaslike interpersoonlike seksuele gedrag. Dit lei tot 'n geleidelike integrasie van seksuele gevoelens met intimiteit.
- * Derdens is daar 'n verskuiwing in *interpersoonlike verhoudings*. Die persoon begin 'n onderskeid maak in die verhoudings wat identies is en die wat ooreenstemmende komponente bevat, maar nie identies is nie. Dit kan daartoe lei dat selfs diegene wat anders is en terselfdertyd komplimentêr is, aanvaar kan word. Later word ander persone gesien en gerespekteer vir wie hulle is. Verhoudings met ouer persone verander ook drasties in dié tydperk. Soos wat die

helde-aanbidding van die adolessensie begin verdwyn, word daar plek gemaak vir leermeesterskap en mentorskap, en kan ouer persone selfs as vriende geken word. Dit is asof die ouer persoon 'n groter werklikheid word en meer waardeer word. Die laat-adolesent se verhouding met sy ouers verander ook. Die onverdraagsaamheid van die adolessensie maak plek vir 'n aanvaarding en begrip vir hulle as unieke persone.

2.1.3.2 Omlyning van lewensdoelwitte en waardes

Met die laat-adolessensie word spesifieke waardes gekies en getoets, en gedrag ooreenkomstig gerig, lewensdoelwitte gedefinieer en keuses gemaak (Gerdes et al., 1981:280). Dit impliseer dat die persoon nou 'n morele oordeel oor aspekte met groter kompleksiteit vel en meer bewus word van 'n verskeidenheid van perspektiewe. Dit is in dié tyd dat die beginsels van regverdigheid en welmenendheid (Newman & Newman, 1988:385) van belang raak in die morele besluitnemingsproses.

Kohlberg (1964) voer aan dat die ontwikkeling van 'n persoon se moraliteit kwalitatief in drie fases met vyf substadia van morele redenering plaasvind. Die drie fases noem hy die pre-konvensionele, konvensionele en post-konvensionele moraliteit. Die afstuderende student bevind hom binne die fase van post-konvensionele morele redenering. Die fase word gekenmerk deur 'n bewuswording van die relatiwiteit van lewenswaardes of morele beginsels (vergelyk ook Perry, 1970:109-133). Die suksesvolle hantering van hierdie werklikheid word waargeneem deur die mate waarin 'n individu hom tot 'n persoonlike of 'n universele stel morele beginsels verbind. Die oorgang vanaf die konvensionele na die post-konvensionele moraliteit gaan dus gepaard met 'n heroriëntasie ten opsigte van tradisionele morele beginsels. Die persoon begin hom nou losmaak van sy gesin van oorsprong en vermeerder sy kontak met vriende en groepe (Newman & Newman 1988:386).

'n Tweejaaropvolgstudie deur Kitchener et al. (1984:197) toon 'n verskil in morele ontwikkeling en redenering tussen geslagte aan. Ofskoon die dames moreel meer ontwikkel het, mag die bevindinge toe te skryf wees aan die feit dat die dames in die ondersoek oor hoër verbale vermoëns as die mans beskik het. Dat morele ontwikkeling wel tydens laat-adolessensie/vroeë-volwassenheid plaasvind, word duidelik in die ondersoek aangetoon.

2.1.3.3 Keuse van en voorbereiding vir 'n beroep

Die beroepskeuse bepaal die pas van die vroeë-volwassene se lewenstyl. Dit bevestig sy sosiale status en verteenwoordig die direkte of indirekte ekspressie van 'n persoon se waardesisteem en bied 'n wyse waarop hy aan sy identiteit uiting kan gee (Newman & Newman, 1988:389-405). Volgens Jones & Chenery (1980:469) is daar drie redes waarom studente besluiteloos is ten opsigte van 'n beroepskeuse. Hulle is (a) onseker van hulself, (b) het 'n lae beroepskeusemotivering en/of (c) beleef hulself as *in oorgang*.

- * Die persoon met 'n *onseker self* het min vertroue in sy besluitnemingsvermoë, twyfel oor sy belangstellings en vaardighede, en neig om oor die algemeen besluiteloos te wees.
- * Verder dui 'n *lae motivering* in die keuse van 'n beroep 'n individu aan wat nie in staat is om sy belangstellings en vermoëns effektief aan 'n beroep te koppel nie.
- * Die persoon wat homself as *in oorgang* beleef, word grootliks deur eksterne druk gerig en reken dat hy nie oor genoegsame inligting beskik om tot 'n finale besluit te kom nie. Dit het die gevolg dat hy in reaksie op die druk wegbeweeg van diegene wat dit toepas.

Besluiteloosheid word deur gevoelens van angstigheid, identiteitsonsekerheid, onduidelik omlynde waardes en doelstellings en 'n gevoel dat die self en die wêreld

nie met mekaar in harmonie is nie, gekenmerk. Hierteenoor is gevind dat diegene wat 'n realistiese toekomsblik en beroepsbeplanning het, meer selfversekerd, gekristalliseerd en tot 'n spesifieke beroepsvoorkeur verbind is (Harren, 1979:732; en Blustein, 1988:214-297). Newman & Newman (1988:408) sluit hierby aan deur te wys op die verband tussen Marcia (1966:551-558) se konseptualisering van identiteitstatusse en Jones & Chenery (1980:469) se besluiteloosheidskriteria. Newman & Newman (1988) toon aan dat die persoon wat besluiteloos is hom in die identiteitsverwarringstatus bevind en die laag gemotiveerde besluitnemer in die moratoriumstatus is, terwyl die persoon wat besig is om belangrike aspekte ten opsigte van 'n besluit teen mekaar op te weeg hom in die vooruitbesliste identiteitstatus bevind. Newman & Newman (1988) kom tot die gevolgtrekking dat 'n verhoging van identiteitsverwerwing 'n persoon se beroepskeuse-sekerheid positief beïnvloed.

Duidelikheid oor 'n beroepskeuse vind dus uiting in die universele tendens dat volwassewording gepaard gaan met werk en 'n beroep. Mense werk om die volgende redes:

- * 'n Beroep dra by tot 'n persoon se selfwaarde en 'n identiteitsgevoel. Nie alleen beïnvloed die werker se identiteit sy beroepskeuse nie, maar sy identiteit word deur sy eie werk beïnvloed.
- * 'n Spesifieke beroep dwing respek af vir die persoon. Die mate van respek wat 'n beroep afdwing, hang af van die duur, tipe en plek van opleiding, die salariskaal, byvoordele, ekonomies-sosiopolitieke mag aan die betrekking verbonde en die waarde wat die gemeenskap aan die beroep heg.
- * Laastens vervul werk die behoefte aan kreatiwiteit en dien die geldelike vergoeding as 'n goeie motiveerder (vergelyk Gerdes et al., 1981:235).

Ontwikkeling op hierdie intra- en interpersoonlike terrein lei tot 'n persoon wat die vermoë het om sy verhouding met homself en andere te differensieer. Identiteitsontwikkeling en -verwerwing is dus 'n proses wat gedurende die vroeë-

volwassenheidsfase prominent is. Die laat-adolesent het die geleentheid om hom te verbind tot wie en wat hy is, en nie is nie. Sy blik op die toekoms, met spesifieke verwysing na die beroepskeuse, dit wat hy wil bereik en in watter mate hy 'n bydrae tot die samelewing kan maak, maak hom intens bewus van sy eie innerlike sterktes en/of tekortkominge. Teenstrydighede wat so ontstaan, kan óf geïntegreer óf vermy word.

2.1.4. Suksesvolle hantering van die ontwikkelingstake

Indien aanvaar word dat die bemeestering van die ontwikkelingstake gebonde is aan die verwagting van die samelewing (Havighurst, 1972:6) en die samelewing 'n hoë premie op die hantering daarvan plaas, mag hierdie druk heelwat stres tot gevolg hê en hantering (verligting) vereis (Gerdes et al., 1988:104). Buigsaamheid in die hantering van die samelewingseise is 'n voorvereiste vir die suksesvolle integrasie daarvan met bestaande norms en verwagtinge. 'n Persoon se bereidheid en ontvanklikheid vir nuwe ervarings sal bepaal in watter mate 'n gevoel van gemak, aanvaarding en sukses beleef sal word (Helson & Wink, 1987:532). Buiten die vermoë en bereidheid om te verander, is die verantwoordelikhedaanvaarding hiervan 'n voorwaarde vir suksesbeleving en gaan dit 'n ryp persoonlikheid vooraf (Gerdes et al., 1988:111).

Rypheid is 'n ideale toestand wat in die literatuur beskryf word in terme van selfaktualisering (Maslow, 1968:193), positiewe geestesgesondheid (Heath, 1968:340) en die vermoë om jouself met selfvoldoening waar te neem (Allport, 1961:283). Allport (1961:275-307) identifiseer ses faktore wat by rypheid betrokke is en 'n goeie beeld van die omvang van volwassenheid gee, naamlik: (a) selfuitbreiding, (b) intieme betrokkenheid, (c) emosionele veiligheid, (d) realistiese waarneming, (e) objektiwiteit en (f) ontwikkeling van 'n eie lewensfilosofie.

* Aanvaarding van verantwoordelikheid teenoor jouself en andere is 'n eienskap van rypheid. Die beskouing dat die mens 'n keuse of vrye wil het, veronderstel

dat 'n ryp persoon verantwoordelikheid vir sy keuses en die gevolge daarvan aanvaar. Net so dui selfaanvaarding op die mate waarin 'n persoon sy voorkoms, liggaamsbehoefte, dryfkragte, intellek, talente en aspirasies, sy gevoelens, waardes, sterktes, swakhede en eienaardighede aanvaar.

- * Die vermoë tot intimiteit, liefde en besorgdheid veronderstel 'n bereidheid om jouself ten volle aan andere te gee, en vereis 'n blootlegging van wat jy is, voel en hoop om te wees. Toenemende intimiteit lei tot groter gehegtheid, besorgdheid en liefde.
- * 'n Behoefte aan afsondering en privaatheid word onderskei van eensaamheid en gesien as 'n wyse om bewus te raak van behoeftes in die algemeen en om *te herlaai*. Lewenslus en lewensvreugde is deel van die selfverwesenskaplike mens. Hy kan spontaneïteit openbaar en het 'n frisheid van ervaring met besondere intensiteit en insig.
- * Realistiese waarnemings is vry van persoonlike vooroordeel en subjektiwiteit en tree na vore indien 'n persoon met goeie selfinsig sy eie swakhede, beperkings en sterktes teenoor homself en ander kan erken.
- * Rationele besluitneming omvat die opweeg van die voordele en nadele van 'n situasie, waartydens begrippe, indelings en presedente vergelyk word. Dié tipe besluitneming hou verder verband met die persoon se ervaring van waar die beheer lê van dit wat met hom gebeur, intern of ekstern. Die ryp persoon word gekenmerk deur ewewigtheid en gepastheid ten opsigte van die fokus van beheer.
- * 'n Saambindende lewensfilosofie veronderstel die effektiewe integrasie van 'n persoon se verlede, hede en toekoms, en omvat sy beginsels, etiek en sedes ten opsigte van wat *reg* of *verkeerd* is (Gerdes et al., 1988:109-118).

In die bestudering van die operasionalisering van Allport (1961) se begrip van volwassenheid is in 'n longitudinale studie (Helson & Wink, 1987:531-541) gevind dat persoonlike volwassenheid op tweeërlei wyse deur middel van (a) 'n

bekwaamheidsvlak en (b) 'n egovlak gekonseptualiseer kan word, naamlik:

- * Die *bekwaamheidsvlak* word beskryf as die persoon se vermoë om effektief in die samelewing te funksioneer en hou verband met gevoelens van gehegtheid, verbintenis en selfvertroue.
- * Die *egovlak* is gelykstaande aan die mate van intra-psigiese differensiasie soos waargeneem deur 'n relatief onafhanklike houding teenoor sosiale norme.

Die studie (Helson & Wink, 1987) bevind dat beide hierdie vlakke tydens vroeë-volwassenheid verband hou met Allport (1961) se konseptualisering van selfuitbreiding, objektiwiteit en realistiese oriëntasie. Volgens Allport (1961) word volwassenheid gekarakteriseer deur 'n hoë vlak van frustrasie-toleransie, effektiewe selfkontrole en die voorkoms van innerlike bestendigheid. Die navorsingsresultate van Helson & Wink (1987:531-541) ondersteun hierdie teoretiese uitgangspunt en toon 'n negatiewe verband tussen 'n gesonde funksioneringsvlak enersyds, en geïrriteerdheid en angstigtheid andersyds.

Probleme wat tydens die vorming van die ontwikkelingstake ontstaan, lei tot stagnasie en 'n beperking van die lewensenergie. Erikson (1964:74-98) se beskrywing van die identiteitskrisis en Marcia (1966:551-558) se konseptualisering van die vooruitbesliste identiteitstatus is albei negatiewe en onsuksesvolle wyses waarop die oorgangsfase na vroeë-volwassenheid hanteer kan word. Vir die persoon in 'n identiteitsverwarring word die spanning en uitdagings van die tydperk 'n krisis, terwyl die vooruitbesliste identiteitspersoon *geen krisis* of spanning ervaar nie (Bocknek, 1989:189). Die student kan byvoorbeeld 'n naderende lewensfase vrees en die aankomende verandering as bedreigend en/of skadelik beskou. Dit kan lei tot 'n onwilligheid wat gevoelens van angs, depressie en verlies ontketen.

In die afstuderende studente se geval mag hulle daarvan bewus word dat hulle afskeid sal moet begin neem van die bekende en aangename tyd op universiteit en dit sal moet

verruil vir 'n onsekere toekoms. Hierdie *nuwe* ontwikkelingsverwagtinge kan as traumaties ervaar word, veral in die lig daarvan dat die toename in vryheid en outonomie wat op hom wag, saamgaan met 'n gevoel van persoonlike isolasie en verantwoordelikheid. Net so kan onopgeloste ontwikkelingstake in vorige lewensfases die toekomstige groei beperk of strem en kan die oorbeklemtoning van 'n vorige positiewe groei-ervaring verdere selfaktualisering inhibeer (Bocknek, 1977:91). Met die verryking van die persoon in die vroeë-volwassenheidsfase kan hierdie ontwikkelingsverwagtinge geoptimaliseer word en stagnasie beperk en voorkom word. Vervolgens word die begrip verryking omskryf en die omvang vir die doel van die studie afgebaken.

2.1.5 Verryking tydens vroeë-volwassenheid

Verryking kan beskou word as die fasiliteringsproses waarin 'n funksionerende individu tot groter integrasie (vergelyk die primêre take, par. 2.1.3), volwassenheid en 'n meer effektiewe funksioneringsvlak gestimuleer word. Sawin (1979:60) onderskei vier dimensies wat deel uitmaak van hierdie proses, naamlik (a) voorkoming, (b) verbreding, (c) aktualisering en (d) groei.

- * *Voorkoming* veronderstel die voorkoming of bekamping van patologie en disfunksionele komponente reeds voordat dit 'n aanvang neem.
- * *Verbreding* plaas die fokus op die persoon of groep se inherente potensiaal deur groot waarde en belang daaraan te koppel en sodoende produktiwiteit te bevorder en energie te genereer.
- * *Aktualisering* is die verdere uitbou van reeds effektiewe groei in die persoon, en bevorder persoonsintegrasie en -vervulling.
- * *Groei* impliseer die fasilitering van groter volwassenheid en meer optimale funksionering.

Die basiese uitgangspunt van verryking veronderstel dus dat die afstuderende student

in die oorgangstydperk na vroeë-volwassenheid kan baat by die vestiging van 'n unieke identiteit, die opklaring van lewensdoelwitte en die keuse van en voorbereiding vir 'n beroep. Die belang en rol van verryking word op verskeie terreine van hulpverlening waargeneem (Venter, 1988; Henning, 1986:133-134; Pretorius, 1982:58; Mace, 1975:171-173; en Valdes & McPherson, 1987:466), en het positiewe groei en optimale funksionering as grondslag. Daar is 'n wegbeweeg van patologie en etikettering met voorkoming en verbreding as sentrale motief. Op die terrein van die student in die RSA was verryking tot dusver gefokus gewees op 'n studentevoorligtingsprogram aan die UP (Du Plessis, 1986), 'n logoterapeutiese verrykingsprogram vir eerstejaardamestudente aan die PU vir CHO (Henning, 1986), selfbeeldvorming (Howcroft, 1987) en die ontwikkeling van die algemene eerstejaarstudente aan die PU vir CHO (Van der Walt, 1987). Hierdie studies bevestig die eksistensiële problematiek onder Suid-Afrikaanse studente. Geen ondersoek is egter opgespoor wat die verryking van die afstuderende student ten doel stel nie.

2.1.5.1 Tipes psigologiese verrykingsprogramme

Die groterwordende neiging tot voorkoming as wyse van intervensie het verrykingsprogramme op verskeie terreine, soos in skole, universiteite, kerkgroepe en organisasies laat posvat. Dit is nie die oogmerk om met hierdie ondersoek al die tipes verrykingsbenaderings te verken nie, maar omdat die Gestaltbenadering tot verryking in hierdie studie geïdentifiseer is, sal die benadering primêr aandag verkry. Die twee hoofstrominge wat op die vroeë-volwassene van toepassing is, is:

- * *voorhuwelikse, huweliks- en gesinsverryking* (byvoorbeeld Mace, 1975:171-173; Otto, 1975:137-141; Pretorius, 1982:58; en Venter, 1988); en
- * *persoonsverryking* (byvoorbeeld Henning, 1986:157; Valdes & McPherson, 1987:466; en Gazda et al., 1987).

Voorhuwelikse, huweliks- en gesinsverrykingsprogramme word vir persone met 'n relatief gesonde funksioneringsvlak aangebied. Persone met ernstige verhoudingskrisisse, of diegene wat terapie verlang, word uitgesluit. Die sentrale fokus is op die verbreding van kommunikasievaardighede, die hantering van konflik, die emosionele lewe en seksualiteit. Die vlak van intervensie is op die sisteem in sy geheel gefokus en daar word gepoog om deur middel van die tipe intervensie die persoon se vlak van interpersoonlike funksionering te verryk en te verbreed.

Met persoonsverryking word hoofsaaklik op die intrapersoonlike verhoudings van individue gekonsentreer. Afhange van die persoon se spesifieke situasie, behoeftes en lewensfase word persoonsverryking op terreine soos die bevordering van identiteitsvorming, algemene geestesgesondheid (vergelyk Henning (1986) se logoterapeutiese program), prestasie op skool of universiteit, interne lokus van beheer (Parish, 1988:64-69) en spesifieke vaardighedsopleiding (Drum & Knott, 1977:25-34; en Gazda et al., 1987:232-237) toegepas.

In die geheel gesien het al twee tipes verrykingsprogramme een saak ten doel, naamlik dié van aktualisasie of verbreding, met 'n sterk voorkomingselement. Die egpaar kan deur middel van verryking hulle huwelikspotensiaal aktualiseer, terwyl die individu optimaal kan funksioneer en hom\haarself kan verwesenlik. Verryking en selfaktualisasie impliseer dat 'n inherente onderbenutting van potensiaal in persoonlike en/of interpersoonlike verhoudings die moontlikheid besit om ontsluit te word. Hierdie proses lei tot 'n gevoel van hoop en groei wat fundamenteel ten grondslag van verryking is (vergelyk Sawin, 1979:60). Met die oog op 'n verrykingsprogram wat spesifiek op die ontwikkelingspsigologiese behoeftes van die afstuderende student afgestem is, word in hierdie ondersoek op persoonsverryking gekonsentreer en dus gepoog om sodoende die proses van identiteitsverwerwing, lewensdoelwit- en waarde-omlyning en keuse van en voorbereiding vir 'n beroep deur middel van selfaktualisasie te verryk.

2.1.6. Samevatting

Die afstuderende student word dus as 'n laat-adolesent in oorgang vanaf adolessensie na volwasseheid getipeer. Hierdie lewensfase van vroeë-volwasseheid stel nie net eise nie, maar bied ook geleentheid. Vir die doel van hierdie studie word spesifiek op die proses van identiteitsverwerping, die gepaardgaande omlyning van waardesisteme en die keuse van 'n beroep gefokus, omdat dit as die sentrale take van vroeë-volwasseheid geïdentifiseer word. Die literatuur wys verder op die noodsaaklikheid van die afhandeling van die bepaalde ontwikkelingstake, sowel as op die sluimerende potensiaal wat opgesluit is in die maak van keuses in hierdie tydperk. Die oorgang vanaf die moratoriumstadium na identiteitsverwerping is 'n groeiproses wat verskeie dimensies van die student betrek en rekenskap van eis. 'n Verbintenis tot verantwoordbare keuses lei tot 'n persoon wat doelgerig, buigsaam, gebalanseerd en ryp (outonoom) is. Die onsuksesvolle hantering van die tydperk lei uiteraard tot onstabiliteit en innerlike onveiligheid en stel die persoon afhanklik van andere: "*Vir sielkundige gesondheid is dit dus nodig dat die mens genoeg identiteitsgevoel moet ontwikkel om verskille te kan ontmoet, waar te neem en te oorweeg*" (Du Toit, 1986:249).

Verskeie metodes kan aangewend word om die student in hierdie oorgangsperiode te ondersteun, na verbintenis tot keuses te lei en tot selfaktualisasie, wat sterk na vore tree tydens die vroeë-volwasseheidsfase, te stimuleer. Die spesifieke hulpmiddel in hierdie ondersoek is dié van verryking met behulp van 'n saamgestelde Gestalt-verrykingsprogram, omdat hierdie benadering die persoon bewus maak van die teenstrydighede en stagnasie in sy lewenswêreld. Hierdie teenstrydighede neig om die suksesvolle afhandeling van identiteitsverwerping, die omlyning van lewensdoelwitte en -waardes en die keuse van en voorbereiding vir 'n beroep te beperk, en groei en selfaktualisasie te verhinder. Die toepaslikheid van die Gestaltbenadering word vervolgens uiteengesit en as 'n raamwerk vir die verryking van die afstuderende student in die vroeë-volwasseheidsfase ondersoek.

2.2 DIE GESTALTTERAPEUTIESE BENADERING

2.2.1 Oriëntering

Uit die voorafgaande bespreking van die ontwikkelingspsigologiese behoeftes van die afstuderende student blyk dit dat die ontwikkeling van outonomie, buigsaamheid en die verbintenis tot 'n integrasie van keuses essensieel is vir die suksesvolle transendering van die universiteit tot die volwasse wêreld. Die noodsaaklikheid vir 'n toepaslike konteks waarbinne die student ten opsigte van hierdie aspekte verryk kan word, optimaliseer sy kanse tot suksesvolle hantering van dié lewensfase. In hierdie afdeling word die basiese aannames van die Gestaltterapeutiese benadering kortliks uiteengesit en word gepoog om die aktualiteit van Gestalt-verryking as 'n hulpmiddel tot groter rypheid en volwassewording van die afstuderende student in die vroeë-volwassenheidsfase voor te stel.

2.2.2 Historiese oorsig en ontwikkeling

Frederick (Fritz) S. Perls word as die vader van die Gestaltterapie beskou. Hy is in 1893 in Berlyn gebore. Nadat Perls hom in Berlyn in die medisyne bekwaam het, het hy in 1926 na Frankfurt-am-Main gegaan as assistent vir Kurt Goldstein by die Frankfurtse Neurologiese Instituut (Simkin & Yontef, 1984:285). Perls verlaat Duitsland egter na Hitler se bewindsoorname, verhuis na Nederland en emigreer in 1934 na Suid-Afrika waar hy in Johannesburg die Instituut van Psigoanalise stig (Plug et al., 1986:271). In 1946 verhuis hy na die VSA waar hy en sy vrou, Laura, die New York Institute for Gestalt Therapy stig. In die volgende twee dekades (tot sy dood in 1970 in Chicago) het Perls verskeie institute in Cleveland, Esselen en Cowicham gestig.

Die Gestaltbenadering het hoofsaaklik in reaksie op die destydse Freudiaanse skool ontstaan (Perls, 1947; en Perls et al., 1951:13) en sterk op Gestaltpsigologiese,

humanistiese en semantiese beginsels gesteun. Van die grootste invloede op Perls se intellektuele ontwikkeling was: (a) die filosoof Sigmund Friedlander van wie Perls die konsepte van differensiële denke en "*Creative Indifference*" oorgeneem het, (b) die Eerste Minister van Suid-Afrika, Jan Smuts, se werke oor Holisme en Evolusie en (c) die semantikus Alfred Korzybski (Perls, 1947; en Perls et al., 1951:xvi, xx).

Gestaltterapie word as 'n dinamiese terapie wat beide intra- en interpersoonlike fasette van die mens fasiliteer, in die literatuur beskryf. So het 'n meer moderne beweging in Gestaltterapie begin om weg te beweeg van die organismiese, intra-psigiese teorie van Perls (1947 en 1951) en het die teorie van Gestaltterapie ontwikkel tot 'n meer nie-lineêre (Kaplan & Kaplan, 1985:5-15) en interpersoonlike (Dolliver, 1981:38-44) benadering. Gestaltterapie is nou nie net meer op die individu gerig nie, maar ook op die groep, waarin die som van die dele van die groep groter is as die dele (lede) daarvan afsonderlik (vergelyk par. 2.2.7).

2.2.3 Basiese aannames

Die vernaamste beginsels in die Gestaltbenadering sentreer rondom 'n spesifieke mensbeskouing (Passons, 1975:12-13) wat sê dat die mens:

- * 'n geheel is, en 'n liggaam, emosies, gedagtes, sensasies en persepsies is (eerder as *het*), wat interafhanklik van mekaar funksioneer;
- * deel is van sy omgewing en nie daarbuite verstaan kan word nie;
- * pro-aktief eerder as reaktief is, en sy eie response op inkomende stimuli determineer;
- * in staat is om bewus te wees van sy sensasies, gedagtes, emosies en persepsies;
- * deur middel van bewuswording die mag het om te kies en dus verantwoordelik is vir sy koverte en overte gedrag;
- * die middele en bronne besit om effektief te leef en om homself te vernuwe deur sy eie sterktes; en

- * hom/haar alleenlik in die hede kan beleef, terwyl die verlede en die toekoms deur middel van herinnering en antisipering in die hier-en-nou ervaar kan word.

Hierdie beginsels vorm 'n integrale deel van Gestaltterapie en spreek duidelik van 'n eksistensiële en humanistiese ingesteldheid. Die mens se uniekheid en potensiaal word erken en gerespekteer en vergestalt in ses basiese konsepte, wat vervolgens aandag verdien.

2.2.4 Algemene semantiek

2.2.4.1 Holisme

Perls beskou die mens as 'n geïntegreerde organisme wat altyd as 'n eenheid funksioneer. 'n Dualistiese begrip soos liggaam/siel veroorsaak volgens hom 'n kunsmatige splitsing en het geen bestaansreg nie (Perls, 1947). Die mens het nie net 'n lewer of hart nie, maar is lewer en hart en brein, wat as 'n gekoördineerde geheel funksioneer. Die mens is dus 'n funksionerende eenheid en is selfregulerend, maar kan nie sonder sy omgewing bestaan nie en moet in 'n kontakverhouding wees. Net soos die menslike organisme 'n fisiese omgewing nodig het vir die uitruiling van suurstof, water, voedsel en ander lewensmiddele, is 'n sosiale omgewing nodig vir die uitruiling van liefde, vriendskap en ander sosiale behoeftes (Aronstam, 1986:187).

2.2.4.2 Homeostase

Homeostase is volgens Perls (1973:4) 'n proses waardeur die organisme/persoon sy ekwilibrium handhaaf en sodoende sy gesondheid in 'n veranderende situasie behou. Dit is 'n proses waardeur die persoon se behoeftes bevredig word. Omdat daar verskeie behoeftes bestaan en elkeen van dié behoeftes die ekwilibrium versteur,

is die homeostase 'n voortdurende proses en betrek dit alle lewe en gedrag in die organisme. Indien die homeostatiese proses in 'n sekere mate faal of as die persoon vir te lang tydperke in 'n toestand van disekwilibrium verkeer of nie in staat is om sy behoeftes te bevredig nie, sal die persoon siek word. Indien die homeostatiese proses heeltemal faal, sal die persoon sterf. Die homeostatiese proses is dus 'n proses van self-regulering, 'n proses waartydens die organisme in interaksie met sy omgewing is.

2.2.4.3 Realiteit

Die organisme en die omgewing is interafhanklik van mekaar: *"The organism is a part of the world, but it can also experience the world as something apart from itself - as something as real as itself"* (Perls, 1947:38). Daar bestaan dus 'n objektiewe wêreld wat deur die persoon gebruik word om sy eie subjektiewe wêreld te skep. Net 'n deel van die *absolute wêreld* word egter geselekteer volgens die persoon se behoeftes. Hierdie keuse word beperk deur die persoon se persepsie en sosiale stremmings. Perls (1970:14) spreek hom baie sterk uit as hy sê: *"To me, nothing exists except the now. Now = experience = awareness = reality"*.

2.2.4.4 Bewuswording

Perls (1969:16) wys daarop dat 'n voortdurende bewuswording die organismiese selfregulering moontlik en sigbaar sal maak. Hierdie tipe bewustheid word onder andere gekenmerk deur middel van (a) kontak, (b) gewaarwording, (c) prikkeling en (d) Gestaltformasies, en *"is a way of seeing and knowing, an action approach that emphasizes dynamic awareness rather than introspection"* (Perls et al., 1951:xv-xvi).

* *Kontak* is as sodanig moontlik sonder bewuswording, maar bewuswording is nie moontlik sonder toepaslike kontak nie. Die vraag waarmee en met wie die persoon in kontak is, is ter sake.

- * *Gewaarwording* ("*sensing*") bepaal die aard van die bewuswording van die persoon. Die persoon kan hom afvra waar sekere gevoelens of gedagtes binne in homself voorkom.
- * *Prikkeling* ("*exitement*") sluit psigologiese prikkeling sowel as ongedifferensieerde emosies in.
- * *Gestaltformasies* gaan hand aan hand met bewuswording. Soos die mees dominante behoefte op die voorgrond verskyn en die ander behoeftes terugwyk, begin die persoon bewus raak van hierdie behoeftes. Die mate waarin die persoon die behoefte sal erken en aanvaar, hang af van hoe vreemd of vyandig dit vir hom is en hoe geredelik hy dit met sy self sal kan integreer. Hierdie *vreemde* behoeftes lei tot 'n onvoltooide gestalte (*onvoltooide sake*) wat inmeng met gesonde funksionering.

Gestaltformasies word gevorm indien hierdie behoefte op die voorgrond toepaslik geïntegreer kan word met die bestaande self. Vir Perls (1969:25) gaan hierdie tipe bewuswording gepaard met die *aha-ervaring* wat met 'n nuwe ontdekking beleef word.

2.2.4.5 Kontakgrense

Geen persoon is selfonderhoudend nie; intendeel elke persoon bestaan in sy omgewing en staan in 'n verhouding tot die omgewing. Hierdie verhouding is onvermydelik en elke oomblik is 'n persoon dus deel van 'n spesifieke omgewingsveld. Die persoon se gedrag is dan 'n funksie van die totale veld, wat beide die persoon en sy omgewing insluit. Die aard van die verhouding sal die persoon se tipe gedrag bepaal. Die omgewing skep nie die persoon nie en die persoon skep nie die omgewing nie. Nie een is die slagoffer van die ander nie. Die kontakgrens is dus 'n differensiasie tussen die individu en die omgewing of tussen die self en die *andersheid*. Die self verkry alleen betekenis omdat dit deur die andersheid gedefinieer word.

Gestaltterapie bestudeer die mens in terme van die funksionering van die kontakgrens tussen die individu en die omgewing. Dit is hiér, by die kontakgrens, waar die psigologiese gebeure plaasvind. Die persoon se denke, gedrag en emosies is dus die wyse waarop hy hierdie grensgebeure ervaar (Perls, 1973:16). 'n Persoon kan op tweeërlei wyse op sy behoeftes (onvoltooidhede) reageer, naamlik deur middel van kontak of onttrekking (Perls, 1973:18). Beide kontak en onttrekking is as sodanig nie goed of sleg nie, maar is slegs 'n manier van aanpassing en is dialektiese teenoorgesteldes wat beskrywend is van die wyse van hantering van die psigologiese gebeure. Kontak en onttrekking is prosesse wat ritmies en afwisselend verloop.

2.2.4.6 Differensiële denke

Die differensiële denkpatroon beskou alle gebeure in verhouding tot 'n nulpunt. Differensiasie vind van hier af in teenoorgestelde rigtings plaas. So sal nul tot minus tien die teenpool van nul tot tien op 'n lineêre lyn wees. Perls (1947) redeneer dat daar polariteite in 'n persoon bestaan, byvoorbeeld *ek is lelik* versus *ek is mooi*. Indien 'n persoon deur middel van bewuswording by 'n hipotetiese nulpunt kan bly staan, verkry hy/sy die skeppende vermoë om beide polariteite te sien en kan 'n onvoltooide situasie voltooi word, indien die teenstrydige werklikhede aanvaar word.

2.2.5 Die verrykingsproses

2.2.5.1 Ervaringsleer

In die Gestaltbenadering word na volwassewording in terme van 'n leerproses verwys (Perls, 1969:26). Leer is 'n ontdekkingsreis wat gepaard gaan met begrip. Tydens die proses van kennisinsameling verstaan die persoon nie noodwendig altyd alles nie. Hy leer sekere konsepte en kan dit verklaar. Die doel van die Gestaltbenadering is om 'n persoon te stimuleer om dinge te ontdek en sodoende te groei, want "*the mature*

person is the complete person" (Perls, 1969:26).

Met geboorte begin die baba groei. Hy word eers gedra en leer kommunikeer deur te huil en te lag en begin later gesels. Hy begin kruip en loop en mobiliseer dus stap vir stap sy innerlike potensiaal. Die kind ontdek hoe om sy spiere, waarnemingsvermoë en vernuf te gebruik. Die doel van die Gestaltbenadering is om op 'n soortgelyke wyse die persoon toe te laat om te ontdek dat hy dinge self kan doen.

2.2.5.2 Persoonlikheidsontwikkeling

Die meeste mense leef volgens Perls (1969:55-56) nie hulle volle potensiaal uit nie. Die rede hiervoor is die vasgelegde gedrag, die clichés waarvolgens elke mens leef en dieselfde rolle wat oor en oor vertolk word. Die persoon se gedrag is dus onveranderd en voorspelbaar, en hy verloor die vermoë om vrylik aan te pas by 'n veranderende wêreld. Dit dui op rigiditeit. Die ideaal is dat die persoon sy eie potensiaal moet mobiliseer deur elke oomblik opnuut te leef en opnuut keuses te maak.

Die gemeenskap koester egter meestal ander verwagtings as die persoon self. Daar ontstaan dus 'n konfliktsituasie. Eerder as om die ontwikkeling van die unieke groeiproses te fasiliteer, meng die gemeenskap in met die natuurlike ontwikkeling van die self. Dit kan tot splitsing in die persoon lei. Die Gestaltbenadering fokus op die menswees van die persoon met die spesifieke klem op die bewuswording van onvoltooide situasies en selfregulering. Begrippe soos holisme, homeostase, realiteit, bewuswording, kontakgrense en differensiële denke word dus 'n integrale deel van die persoonlikheidsteorie. Die ontwikkeling van die persoonlikheid geskied met volwassewording en behels die proses van leer deur middel van ervaring wat lei tot groter outonomieit.

2.2.5.3 'n Prosesbenadering

Die Gestaltbenadering fokus op die *hier-en-nou* (Perls, 1969:44) van die verrykingsproses, en nie op die inhoudelike nie. Die klem word geplaas op dit wat is, en nie soseer op dit wat was, mag wees of moes gewees het nie. Die doel is om bewuswording te bevorder (Simkin & Yontef, 1984:279). Die verryker en kliënt probeer dus stap vir stap die ontkende dele van die persoonlikheid te her-eien, totdat die self sterk genoeg is om sy eie groei te fasiliteer. Sodoende ontdek en lokaliseer die persoon die *gate* en die simptome daarvan, naamlik die onderskeie vermydingsreaksies (vergelyk wanfunksionele gedrag te par. 2.2.6) in sy persoonlikheid. Die verryker dien as katalisator en lei die situasies so dat die kliënt vasgevang gevoel. Hierdeur word die kliënt se vermydingsreaksie gefrustreer totdat hy bereid is om sy eie potensiaal te mobiliseer.

Vir Perls (1969:73) lê die funksie van behandeling in: "*Becoming real people, people who are willing to take a stand, people who are willing to take responsibility for their lives*". Volwassewording is die uitstyging bo 'n omgewingsafhanklikheid na 'n meer onafhanklike self-steun (Perls, 1969:28). Dit geskied deur middel van 'n innerlike bewuswordingsproses wat verband hou met 'n persoon se integriteit, spontaneïteit en nie met begeertes en wensdenkery nie (Perls, 1973:57).

Die bereidheid om 'n eerlike selfverkenning te doen, die bewuswording van persoonsaspekte wat vermy word en die toe-eiening van hierdie verskillende aspekte lei (a) tot 'n verantwoordelike besef teenoor die self en andere, (b) 'n geïntegreerde persoon, (c) gesonde eksistensiële keuses en (d) gee betekenis en patroon aan die volwassewordingsproses. Deur middel van Gestalt-verryking kan hierdie proses moontlik gefasiliteer word.

2.2.6 Wanfunksionele gedrag

Die sentrale komponent in oneffektiewe gedrag is die belewing van angs, "*the gap between the now and ... the future. And if the future represents a performance, then this anxiety is nothing but stage fright*" (Perls, 1969:30). Wanfunksionele gedrag ontstaan dus as gevolg van die persoon se onvermoë om 'n gesonde balans tussen homself en sy leëwêreld te vind en te handhaaf (vergelyk Perls, 1973:31). Die wanaangepaste persoon het 'n ingeperkte lewensruimte, wat sy lewensenergie beperk en hom afhanklik van die gemeenskap maak. Wanaangepaste gedrag lei in 'n mindere of meerdere mate daartoe dat 'n persoon uit kontak met homself en sy wêreld is, teenoor 'n aangepaste persoon wat toepaslike kontak met die self en die realiteit het.

Vir Perls et al. (1951:ix) dui hierdie wanaangepaste funksionering op 'n stagnasie in groei. Simptome van groeistagnasie word veral waargeneem in 'n persoon se behoefte om sy wêreld te manipuleer ten koste van andere. Dit verminder 'n mens se potensiaal en veroorsaak persoonlikheidsdisintegrasie. Volgens die Gestaltbenadering vind groeistagnasie deur middel van vier prosesse, naamlik introjeksie, projeksie, ineenvloeiing en retrofleksie, plaas.

2.2.6.1 Introjeksie

Introjeksie is 'n proses waardeur die persoon inhoude soos reëls, waardes en konsepte uit sy omgewing totaal en al vir homself toe-eien sonder om te diskrimineer. Die grens tussen die self en die wêreld is so ver verskuif binne-in die persoon dat sy self nie erken word nie. Groei kan net plaasvind indien die inhoude geassimileer word deur die self. Geïntrojekteerde inhoude wat nie herkou en verteer word nie bly dus vreemd vir die persoon (Perls, 1973:32-34). Dit lei tot:

- * 'n onderontwikkelde persoonlikheid waarin groei beperk word; en
- * 'n persoonlikheidsdisintegrasie, waarin die persoon homself as in twee geskeur beleef.

Assimiliasie, wat die teenpool van introjeksie is, veronderstel dus 'n kritiese evaluering van dit wat ingeneem word of deur die persoon aanvaar word, dit wil sê (a) 'n aanvaarding van wat goed is, en (b) 'n verwerping van dit wat onverteerbaar is (Aronstam, 1986:196).

2.2.6.2 Projeksie

Waar introjeksie die neiging is om die self verantwoordelik te maak vir dit wat eintlik deel van die omgewing is, is projeksie die neiging om die omgewing verantwoordelik te maak vir dit wat in jouself problematies is. Die persoon verloën nie net sy impulse nie, maar ook die dele van hom waar die impulse ontstaan (Perls, 1973:36). 'n Persoon wat andere as wreed en onmenslik sien, ontken heel waarskynlik sy eie aggressiewe kwaliteite as gevolg van 'n introjeksie soos *Jy moet jou naaste liefhê*. Die persoon poog dus om homself te reinig van die *gefantaseerde introjekte* wat inderwaarheid nie introjekte is nie, maar deel van homself. Toe-eiening van die teenstrydighede in die self is die teenpool van projeksie.

2.2.6.3 Ineenvloeiing

Ineenvloeiing ("*confluence*") is 'n toestand waar die persoon geen grense tussen hom en sy omgewing ervaar nie, 'n gevoel dat *hy* en *dit* een is: "*He cannot experience himself because he has lost all sense of himself*" (Perls, 1973:38). Met langdurige toestande van ineenvloeiing weet die persoon nie wie hy is of wie andere is nie: "*He does not know where he leaves off and others begin*" (Perls, 1973:38). Op sosiale gebied lei ineenvloeiing tot gelykenis en die persoon vermy andersheid, met die gevolg dat effektiewe kontak met andere skade ly.

2.2.6.4 Retrofleksie

Retrofleksie beteken letterlik om *skerp om te draai teen*. Die persoon met retrofleksiëwe gedrag weet hoe om 'n grens te trek tussen hom en sy omgewing. Die persoon behandel homself soos hy graag andere wil behandel. Hy rig nie meer sy energie na buite, om die omgewing te manipuleer of te verander nie; hy rig eerder sy energie tot homself en stel homself in die plek van die omgewing, as die doel van sy gedrag. So word hy sy eie vyand en ontstaan 'n selfhaat as gevolg van sy haat vir andere (Perls, 1973:41).

Perls (1973:40) vat hierdie tipes wanfunksionele gedrag as volg saam: "*The introjector does as others would like him to do, the projector does unto others what he accuses them of doing to him, the man in pathological confluence doesn't know who is doing what to whom, and the retroflector does to himself what he would like to do to others*". Vir die Gestaltbenadering is wanaangepaste gedrag deel van 'n rigiede, onverantwoordelike sisteem wat sake wat aandag vereis eerder vermy as om dit in energiebronne te omskep. Die Gestaltterapeut poog om die persoon se oordeelsvermoë te verskerp, om hom te laat ontdek wie hy is en wie hy nie is nie. Die terapeut lei hom dus tot integrasie en tot selfregulering.

2.2.7 Die Gestalt-verrykingsmodel

Daar is reeds telkens in hierdie ondersoek daarna verwys dat die Gestaltterapeutiese beginsels en filosofiese grondslag hom tot die konsep van verryking leen. Nie alleen verbreed die Gestaltbenadering die persoon se bewustheid van sy ervaringswêreld nie, maar dit stel hom ten doel om die persoon te help om sy eie potensiaal te ontdek en in 'n meer proaktiewe verhouding met sy omgewing te staan (Passons, 1972:13-189). Perls (1947:570) vat dit saam as hy sê dat: "...*the modern individual has to be re-sensitized and remobilized in order to achieve integration*" (vergelyk Rader, 1977:558 se funksioneringsmodel soos in Bylae C7 weergegee).

2.2.7.1 Passons (1972 en 1975)

In 1972 pas Passons die Gestaltbenadering op die voorligtingsterrein toe en kom hy tot die gevolgtrekking dat: "*Gestalt therapy is rich in theory and practice that can be of significant value when judiciously assimilated into counseling*" (Passons, 1972:189). Hy plaas die klem op die groep en noem praktiese oorweginge ten opsigte van die toepassing en moontlike gevolge van verskeie Gestaltintervensies (vergelyk par. 3.1.3.3, Bylae B en die leesstukke in Bylae C) vir gebruik in die breë opvoedkundige terrein.

Vir Passons lê die kern van die Gestaltbenadering in die stimulering van volwassewording. So beteken volwassenheid aan die een kant 'n transformering vanaf omgewingsteun na selfsteun en die persoon word aangemoedig om verantwoordelijkheid te neem vir sy eie gedrag. Net so belangrik is aan die ander kant die mate van persoonlikheidsintegrasië (vergelyk par. 2.2.5.2 en 2.2.5.3). 'n Geïntegreerde persoon funksioneer as 'n sistemiese geheel waarin energie nie onnodig verlore gaan nie en beskikbaar is vir die toepaslike ekspressie van die persoon se behoeftes (soos ook deur die navorsing van Bohart (1977) aangetoon is). Beide hierdie aspekte, naamlik selfverantwoordelikheid en integrasië, kan deur middel van Gestaltverryking gefasiliteer word, aldus Passons (1975:43).

Volgens Passons (1975:41) is dit belangrik om te onderskei tussen die "Perls Gestaltgroep" en die gebruik van die verskillende Gestaltbenaderings in 'n verrykingsgroep soos deur hom voorgestel. Eerstens is al die intervensies wat met verryking gebruik word nie noodwendig van 'n Gestaltaard nie, maar moet elke toepaslike Gestaltintervensie benodig vir die ontwikkeling en groei van die groep selektief gebruik word. Tweedens is die fasiliteerder, in sover die interaksies tussen hom en die groeplede en die groeplede self plaasvind, nie die primêre figuur nie, maar fasiliteer hy die proses waar nodig.

Die resultaat is dat die groeplede se bewuswordingsvlakke deur hul eie en die ander groeplede se gedrag sowel as die groepkonteks bevorder en versterk word. Die groeplede se self-eksplorاسies dien as 'n katalisator, en bied ondersteuning en aanmoediging. Hierdie tipe Gestaltbenadering is ook met vrug in verkeie werkswinkel-georiënteerde Gestaltsessies gebruik (Guinan & Foulds, 1970; Simkin, 1976; Foulds & Hannigan, 1976a en 1976b; Greenberg & Dompierre, 1981; Greenberg & Webster, 1982; en Clarke & Greenberg, 1986) en bevestig dus Passons (1972 en 1975) se uitgangspunt.

Passons (1972 en 1975) identifiseer op grond van die basiese aannames van die Gestaltbenadering (vergelyk par. 2.2.3) ses dimensies wat as intervensies in 'n verrykingsgroep benut kan word.

(a) Bewuswording en hede-georiënteerdheid

Die Gestaltbenadering fokus op die hede omdat dit in die hier-en-nou is dat dinge ervaar en verander word en omgewingskontrole en selfbewuswording bevorder kan word. Dit beteken dat die afwesigheid van bewuswording met vermydingsgedrag gepaard gaan, terwyl die teenwoordigheid van bewuswording dit vir die persoon moontlik maak om dit te rig en te fokus. Die rol van die fasiliteerder lê daarin om die groeplede op hul bewuswordings te wys, sowel as om sy eie bewuswordings van homself of 'n ander te deel met die groep. Die belang van die hier-en-nou belewenisse kan veral baie nuttig aangewend word om 'n groep te begin, om 'n groeplid toe te laat om iets belangrik te deel, om die groepfokus op 'n spesifieke persoon weg te neem, en om ooreenkomste ten opsigte van 'n spesifieke tema te ondersoek.

(b) Taal as selfopenbaringswyse

Die woorde wat 'n persoon kies om sy\haar gevoelens en gedagtes mee uit te druk

is 'n weerspieëling van sy\haar persoonlikheid, selfbewuswording en die mate waarin hy\sy verantwoordelikheid vir hom\haarself aanvaar. Passons(1975:99) maak die afleiding dat die herformulering van onpersoonlike stellings, sekere werkwoorde en sinkonstruksies tot groter bewuswording, doelgerigtheid en verantwoordelikheid kan lei. 'n Deel van hierdie benadering is om hoekom-vrae te vermy en hoe- en wat-vrae te bevorder. Die fasiliteerder kan verder 'n groeplid vra om te luister na wat hy sê of om sekere kwalifiserende woorde weg te laat om risiko's te minimaliseer. Dit lei tot die groei van die individuele groeplede, tot groter openheid en direkte interpersoonlike kontak.

(c) Nie-verbale bewuswording

Die noodsaaklikheid vir die bevordering van nie-verbale bewuswording word op die volgende Gestaltterapeutiese benaderings gegrond:

- * dat 'n persoon geneig is om minder bewus te wees van sy nie-verbale as verbale kommunikasie;
- * dat elke gedragsvorm 'n uitdrukking is van die persoon op 'n bepaalde moment (vergelyk ook Perls, 1973:75);
- * dat nie-verbale gedrag in die algemeen meer spontaan is as die verbale en dus ook 'n geldiger aanwyser van huidige ervarings as wat gesê word;
- * dat hoe meer geïntegreerd die persoon funksioneer hoe meer sal sy nie-verbale en verbale gedrag vergelyk; en
- * dat die blote ontginning van nie-verbale gedrag tot groter bewuswording kan lei.

Die wyse waarop die fasiliteerder op die groeplid se nie-verbale gedrag reageer, sal bepaal hoe suksesvol die intervensie is. So kan die fasiliteerder aandui tot watter mate die persoon se nie-verbale gedrag ooreenstem met dit wat hy\sy sê. Hy kan verder diskrepanse uitwys of selfs nie-verbale gedrag uitwys wanneer die groeplid nie praat nie of suggereer dat die gedrag moet voortduur ter opklaring van die betekenis.

(d) Fantasia

Die mees algemene fantasia-benadering is die van identifisering en projeksie. Met identifikasie neem die persoon sekere eienskappe van 'n ander persoon of objek aan, terwyl die persoon met projeksie sy eie eienskappe aan 'n ander persoon of objek toeken. Nuwe areas van bewuswording kan verkry word indien 'n persoon deur identifikasie en projeksie 'n objek, 'n ander persoon, 'n deel van homself of 'n nie-verbale posisie "word". Verder kan hierdie dele toegelaat word om met mekaar te kommunikeer. Hierdie prosesse kan in groepverband op 'n inter- en intrapersoonlike vlak geskied en bydra daartoe dat groeplede mekaar beter leer ken en 'n beter begrip ontwikkel vir diegene met wie hulle in konflik is (vergelyk Stevens, 1971).

(e) Die verlede en die toekoms

In die Gestaltbenadering word van "teenwoordigmaking" gebruik gemaak om deur middel van fantasia die verlede in die hier-en-nou te beleef. So kan die fasiliteerder die persoon help om gevoelens uit die verlede uit te druk, om kontak met die dele van die persoon wat geïgnoreer word te maak, om tussen die verlede en hede te differensieer en om die verlede te ondersoek en daaruit te leer (vergelyk ook Perls, 1970:4). Net so word die vrese, onsekerhede en onvoorspelbaarheid van die toekoms deur middel van "teenwoordigmaking" gehanteer (vergelyk Perls, 1947:97). Die groepkonteks bied verder die geleentheid dat die groepsgebeure van die verlede en die toekoms dienooreenkomstig hanteer kan word.

(f) Gevoelsdimensie

Daar bestaan in elke persoon dualiteite of bipolariteite wat deur middel van Gestaltintervensies tot bewuswording gebring kan word. Die doel hiermee is om beide pole op die voorgrond as 'n kontinuum te laat verskyn. Hierdie proses werk

vermyding teë wat daarop ingestel is om emosies op 'n doelgerigte en sistematiese wyse te verhoed om ervaar te word. Vermyding werk integrasie van gevoelens teë en beperk groei. Die fasiliteerder kan groeplede help om die *wat* en *hoe* van vermyding te eksplloreer, sowel as om hulle bewus te maak dat hulleself die outeurs en administrateurs van die vermydingsreëls is.

2.2.7.2 Kaplan (1978)

'n Verdere bydrae op dié terrein is deur Kaplan (1978:80-89) gelewer. Vir hom is dit nie net die groep se hier-en-nou-belewenis (vergelyk Bylae B3) wat van belang is nie, maar ook die funksie van die ondersteuningsbronne sowel as rolontwikkeling binne-in die Gestaltgroep. Sy uiteensetting van die funksies van so 'n groep bied 'n raamwerk van die konteks waarbinne Gestalt-verryking toegepas kan word en ondersteun Passons (1972 en 1975) se uitgangspunte. Vervolgens 'n kort uiteensetting van hierdie funksies (Kaplan, 1978:80-89).

(a) Die groep as basis van ondersteuning

Die groepstruktuur word hier voorgehou, en konkretiseer in sekere rolle en norms wat in die groep gevorm word. Die oorspronklike onsekerheid met blootstelling aan die groeplede of vorige groepeervaring moet voorkom word deur die effektiewe fasilitering van kommunikasie in die groep. Sodoende kan kohesie, ondersteuning en ooreenkomste in die groep gevind word. 'n Groepleier met 'n warm, ondersteunende, begripvolle en aanvaardende houding dra by tot hierdie proses.

Kaplan (1978:82) onderskei twee rolle wat in die groep ontwikkel: Eerstens ontwikkel die *werkersrol*, waartydens die persoon die verantwoordelikheid neem om self die groepleier se leiding te volg (of nie te volg nie) sowel as om verantwoordelikheid te neem vir sy eie persoonlike bewuswording en groei. Die werksfase behels onder

andere eksplorاسie, eksperimentering en resoluاسie. 'n Tweede rol is dié van die *getuie*. Die getuie in 'n Gestaltgroep neem deel in 'n ander groeplid se werksfase en die deelname kan ontwikkel in 'n ondersteunende akteursrol (vergelyk Bylae B2). Hierdie ontwikkeling van die groepkonteks binne die groep kan beide intensioneel en nie-intensioneel deur die Gestaltfasiliteerder gebruik word.

(b) Bewuswording van die hier-en-nou

Die groepsituasie word ingespan om die groeplid se bewustheid in die hier-en-nou te fasiliteer en te verbreed. Die interaksie tussen die groepleier en 'n groeplid word uitgebrei na die groep in sy geheel waardeur nuwe geleenthede vir bewuswording geskep word (vergelyk par. 3.1.4.1. tot 3.1.4.8).

(c) Waarneming van die groepserverings

Die groepkonteks stimuleer affek by die groeplid waarvan hy andersins nie bewus sou gewees het nie. So word die groeplede bewus van die:

- * deelnemers se lidmaatskap, rol en identiteit in die groep;
- * ander lede se belewenis tydens werksessies;
- * lede se deelname aan die groepproses; en
- * gedrag wat met bogenoemde aspekte verband hou.

Die groeplid kry 'n geleentheid om homself waar te neem in die realiteit van die groep.

(d) Die groep as aktiewe deelnemer

Hier tree een of meer groeplede toe tot die werksfase van 'n ander lid in 'n begeleide of spontane eksperiment. Hulle neem dan sekere rolle op versoek of spontaan oor

om die *werker* te help om sy hier-en-nou-ervaring van 'n herinnering, droom of fantasie deur te werk. Die toetreding van die ander groeplede tot 'n spesifieke lid se fantasie maak dit moontlik dat hulle kan projekteer of vanuit hulle eie polariteite kan optree, deurdat met verminderde stres 'n *akteurslisensie* verwerf is (vergelyk par. 3.1.4.1).

(e) Die kinetiese proses

Die laaste fase beklemtoon die feit dat die groeplid nie net deur die groep beïnvloed word nie, maar dat die groepgebeure ook deur die lede self bepaal kan word. Die groep is voortdurend deel van die agtergrondgebeure waarin ervaring gedeel word, en kan óf vermy óf as voorgrondervaring op 'n spesifieke moment beleef word. Kaplan (1978:88) beweer dat groeplede hulle in 'n *kinetiese dimensie* bevind van huidige groepspanning, wat verband hou met die betrokke lid se eie polêre aangeleenthede, sy huidige verdedigings, sy weerstand of toegewing aan groepdruk en sy huidige behoefte aan ondersteuning, afsonderlikheid en/of om te verskil. Kaplan (1978:89) kom tot die gevolgtrekking dat die groepkonteks die geleentheid vir ervaringsleer bied (vergelyk ook Kaplan et al., 1985:691). Dit is egter die verryker se taak om van hierdie proses bewus te wees en dit effektief te fasiliteer.

2.2.7.3 Greenberg (1980)

Met die fokus op persoonlikheidsintegrasie beklemtoon Greenberg (1980:174-180) en Greenberg & Sarkissian (1984:328) die belangrikheid van die aanbieding van beide die didaktiese en die vaardigheidskomponente in 'n Gestalt-verrykingsprogram om persoonlike groei te stimuleer. Dit word beredeneer dat dit nie net groeiervarings is wat 'n persoon se gedragrepertoire verbreed nie, maar ook 'n sistematiese vaardigheidsblootstelling en -opleiding (Greenberg & Sarkissian, 1984:333). Die volgende elemente word as krities beskou:

(a) Kennis

Hierdie komponent maak voorsiening vir teoretiese en ervaringskennis. Die teoretiese materiaal verteenwoordig konsepte en beginsels ten opsigte van bewuswording, introjeksie, retrofleksie en projeksie (vergelyk Perls *et al.*, 1951) wat bespreek en gedemonstreer word en daarna deur middel van ervaringsoefeninge verpersonaliseer word (Stevens, 1971; en Passons, 1975).

(b) Vaardigheid

Vaardighede word een vir een in 'n foutvrye omgewing geleer en terugvoering word aan die deelnemers gegee. Voorbeelde hiervan is onder andere die erkenning van die bestaan van polariteite en onafgehandelde sake, die toepassing van Gestaltgesprekvoering met behulp van die twee-stoel tegniek en die inoefening van mikrovaardighede soos die oopvraagstelling, refleksie van gevoelens, opsomming, rigtinggewing, inhoudsverwoording en interpretasie.

(c) Integrasie en groei

Hierdie is die toepassingsfase waar die persoon meer bewus raak van sy huidige ervarings, die *gate* in sy persoonlikheid aanspreek en innerlike hindernisse oorkom. Die proses word bevorder indien 'n persoon alternatiewelik die kliëntrol en die fasiliteerderrol inneem.

Die navorsing wat in hierdie verband deur Greenberg & Sarkissian (1984) gedoen is, lewer bewys van 'n suksesvolle kombinerings van vaardighedsopleiding, teorie en persoonlike groei. Die studie bevind veral 'n verbetering met die deelnemers se hantering van nie-verbale gedrag, oopvraagstelling en rigtinggewende gedrag.

Om egter aan die doel van Gestalt-verryking te voldoen moet hierdie drie komponente, die spesifieke Gestaltintervensies en die konteks waarin dit plaasvind met groot oorleg en sensitiwiteit hanteer word om die persoon met hierdie proses die geleentheid te bied om hom/haarself te aktualiseer. Tabel 2.1 word vir die doel voorgehou as 'n skematiese uiteensetting van hoe hierdie drie komponente met mekaar verband hou en dien as riglyn met die samestelling en aanbieding van die voorgestelde Gestalt-verrykingsprogram.

Die bewuswordingsintervensies soos deur Passons (1972 en 1975) uiteengesit vorm die kern van die Gestalt-verrykingsproses en omvat die wyses waarop bewuswording in die hier-en-nou bereik kan word deur:

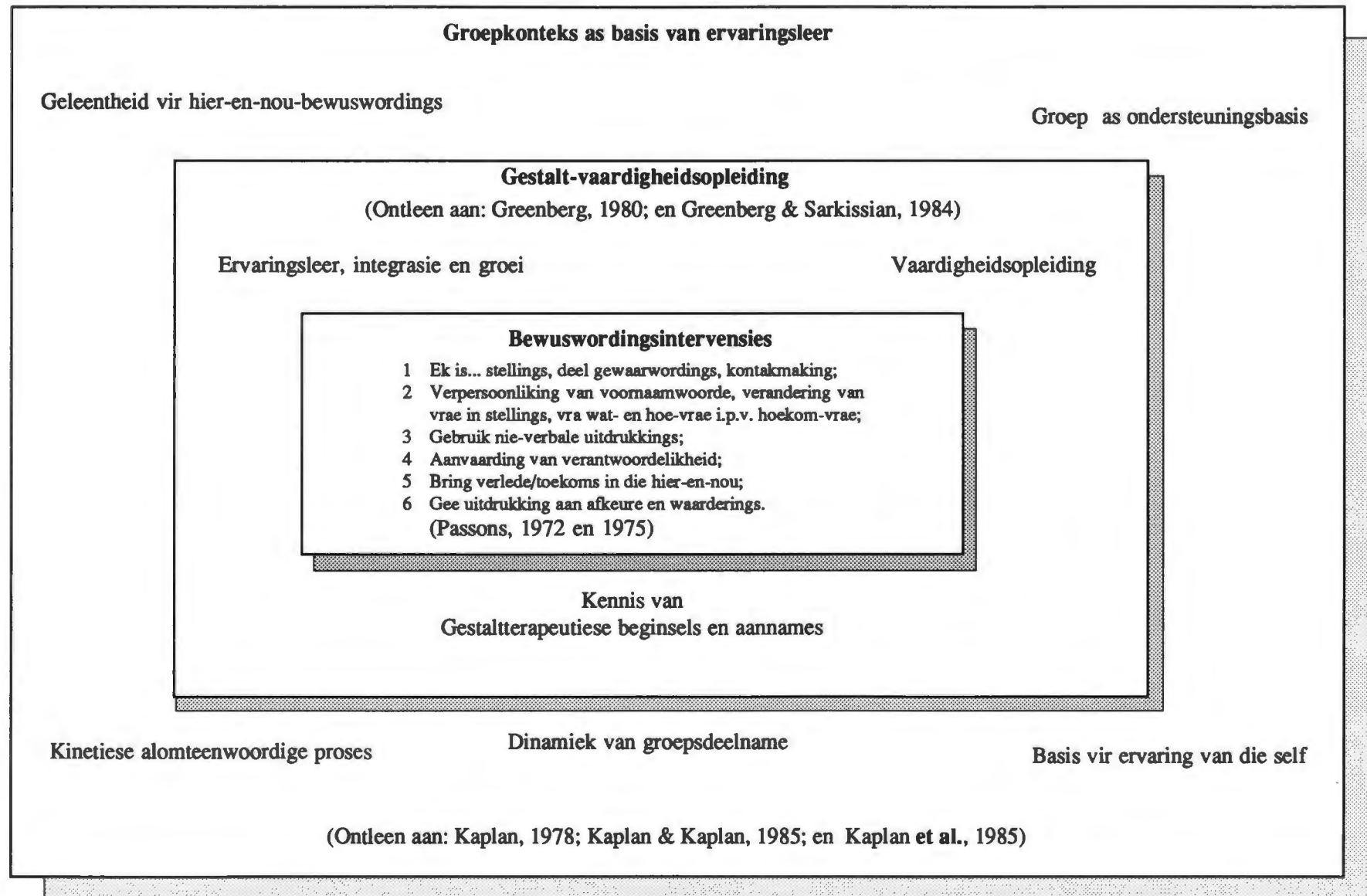
- * hede-georiënteerdheid, kontakmaking en die mededeling van hier-en-nou gewaarwordings;
- * die gebruik van Gestalttaal wat die verpersoonliking en toe-eiening van verbale uitdrukkings ten doel het;
- * nie-verbale uitdrukkings;
- * die gebruik van fantasie om die aanvaarding van verantwoordelikheid te bevorder;
- * die verlede en toekoms in die hier-en-nou te stel; en
- * op positiewe en negatiewe gevoelens te fokus.

Vir die inoefening en die optimale benutting van hierdie bewuswordingsintervensies dien Greenberg (1980) en Greenberg & Sarkissian (1984) se Gestaltvaardigheidsopleiding as 'n raamwerk en bestaan dit uit:

- * kennisoordrag van die Gestaltterapeutiese beginsels en aannames;
- * vaardighedsinoefening; en
- * ervaringsleer, integrasie en groei.

Die basis vir ervaringsleer word deur die spesifieke groepkonteks en -gebeure gevorm en die groep bied (volgens Kaplan, 1978) die geleentheid vir hier-en-nou bewuswordings, groepondersteuning, ervaring van die persoon se self, groepsdinamiek en 'n kinetiese proses wat ervaringsleer en groei selfs buite die groep fasiliteer.

Tabel 2.1: Die Gestalt-verrykingsmodel



2.2.8 Beperkings en sterktes

Perls en sy medewerkers se ingesteldheid op die ontwikkeling van die kliniese aspekte van Gestaltterapie as die formele evaluasie van die terapeutiese effektiwiteit het daartoe gelei dat geen wetenskaplike navorsing tot die begin van die sewentigerjare gedoen is nie (vergelyk Maddi, 1980). Die sterkste kritiek was sekerlik teen hom, Perls as persoon. Fritz Perls se persoonlikheid het, volgens die kritiek, 'n afdruksel van die teorie en tegnieke van Gestaltterapie geword wat klein 'Fritzies' van sy onmiddellike volgelinge gemaak het (Dolliver, 1981:38-44). Dolliver ontleed Perls se persoonlike vermydingstyl en die voortdurende fokus op homself of die *ek* (vergelyk ook Tubbs, 1972) en kom tot die gevolgtrekking dat hierdie fokus op intra- eerder as op interpersoonlike (*ons*) verhoudings, van Perls se eie onvermoë in hierdie verband spreek. Perls slaag dus volgens Dolliver (1981) nie daarin om die komplementariteit en belang van insig in jouself én begrip van andere se gedrag en gevoelens in te sien nie.

Die sentrale polariteit in Perls se Gestaltterapie is dié van afsonderlikheid en verwantskap; tog was die toepassing deur Perls beperkend deurdat hy net op 'n persoon se begrip van homself en sy afsonderlikheid van andere gefokus het. Hierdie besef het die Gestaltterapeute (soos Kaplan & Kaplan, 1985; en Kaplan et al., 1985) die teorie van die groep as kinetiese proses en die verhouding van die terapeut/fasiliteerder met die kliënt verder laat uitbou (vergelyk par. 2.2.7.2, a-e).

Dit kan egter gebeur dat die kliënt met uithandelende gedrag of emosies op die Gestaltintervensies reageer in plaas van om dit deur te werk (vergelyk Kaplan, 1978:89) of so gretig is om te verander dat hierdie houding Gestaltvoltooing paradoksaal teenwerk. Verder waarsku Shepherd (1970) en Simkin (1976) teen die gebruik van Gestaltterapie met uithandelende kliënte, omdat die ekspressiwiteit van die tegnieke hul uithandelende gedrag kan versterk. Tog is die Gestaltintervensies

goed integreerbaar met ander intervensies en terapieë waarvan ironies genoeg die kombinerings van Gestaltterapie en Psigoanalise doeltreffend met die opleiding van 'n groep terapeute bevind is (Kastner & Neumann, 1986) en sukses behaal is met versteurde pasiënte met die gebruik daarvan as deel van 'n Multimodale benadering (Gagnon, 1981).

Die Gestaltbenadering is 'n manier om vinnig by terapie betrokke te raak. Shepherd (1970:234) wys daarop dat die Gestaltintervensie wanfunksionele gedrag mobiliseer en menslike energie positief kanaliseer vir onafhanklike en kreatiewe ontwikkeling. Die Gestaltgroep verkry dus krag vanuit die kollektiewe energie van die groep deur op teenwoordigmaking te fokus sowel as vanuit die onderskeie aksies waarin die lede aangemoedig word om *in te gaan* eerder as om net oor 'n saak te praat (vergelyk Harman, 1988:248-249).

Die gevaar bestaan egter dat die terapie/intervensie se fokus op die bewuswordingsproses 'n kritiese ingesteldheid teenoor die self, of selfs 'n egoïstiese houding kan bewerkstellig. Net so is die opdraggerigte tegnieke geneig om kreatiwiteit en spontaneïteit wat selfaktualisering bevorder te strem of teen te werk (vergelyk Shepherd, 1970).

Die ontbreking van 'n deeglike ontwikkelingsteorie en die teorie rakende die fases van terapie het eers in die tagtigerjare begin aandag geniet, en kan nog veel beter uitgebou en verfyn word. So het Clarke (1981) aangetoon hoe die verskillende vlakke van bewuswording en kontak op die onderskeie lewensfases toegepas kan word, terwyl Greenberg & Sarkissian (1984) die terapeutiese proses verder omskryf het deur die vier basiese mikrovaardighede (naamlik oop vraagstelling, direksie, inhoudsverwoording en gevoelsverwoording) aan spesifieke gedragsvaardighede en aksies te koppel (vergelyk Van Praag, 1987:155-157).

2.2.9 Samevatting

Perls se motivering was om die persoon te help om homself te aktualiseer. Daarom beklemtoon hy volle bewuswording met soveel erns. Gestalt-verryking geskied in die teenwoordige *nou*, want eers in die hier-en-nou kan die student bewus word van die konflikterende polariteite in sy lewe. Hy moet deur middel van die veilige situasie wat deur die verriker geskep word homself ontdek en bewus word van die *gate* in sy persoonlikheid. So bied die verbale spel tussen groeplede in die Gestaltbenadering 'n geleentheid vir die afstuderende student om konflikterende situasies te hanteer, te vergelyk en te verwerk. *Die Gestaltbenadering poneer dat die persoon/groep dus homself deur middel van homself en andere ontdek en die geïntrojekteerde materiaal met behulp van die nuut ontdekte hulpbronne kan verteer en geïntegreer word as deel van die persoonlikheid (en/of groepsproses).* 'n Verandering van omgewingsteun na selfondersteuning lê ten grondslag van volwassewording en dit fasiliteer selfaktualisering.

Die voorgestelde Gestalt-verrykingsmodel met Passons(1972 en 1975), Greenberg (1980) en Kaplan (1978) se benaderings dien as grondslag van bevordering van die bewuswordings in die hier-en-nou en die versterking daarvan deur middel van vaardigheidsopleiding. Die inoefening van die bewuswordingsintervensies en die aanleer van die Gestaltbeginsels en -aannames vergemaklik ervaringsleer, integrasie en groei. Die Gestalt-verrykingsgroep dien dus as 'n ondersteuningsbasis vir hierdie ervarings en bevorder intrapersoonlike prosesse en interpersoonlike groepgebeure wat die dinamika en geleentheid vir groei verhoog. Dit word dus voorgehou dat hierdie tipe Gestaltervaringskonteks die ruimte vir verrying vir die afstuderende student kan bied.

2.3 SAMEVATTENDE BESPREKING

Voordat die afstuderende student by 'n beoogde verrykingsprogram betrek kan word, is dit noodsaaklik om die behoeftes wat verryking vereis, na te gaan. Bepaalde behoeftes of lewenstake is vanuit 'n ontwikkelingspsigologiese oogpunt vir die doel geïdentifiseer (vergelyk par. 2.1.3).

Soos bespreek en uiteengesit in afdeling 2.1 word daar in die literatuur aangaande die vroeë-volwassenheidsfase sterk klem gelê op volwassewording, persoonsintegrasie en verantwoordelikhedaanvaarding (vergelyk Erikson, 1963; Havighurst, 1972; Waterman, 1982; Santrock, 1985; Newman & Newman, 1988; en Gerdes et al., 1988). 'n Hoër graad van differensiasie in die denkprosesse (Keniston, 1982) en die besef van relatiwiteit (Kohlberg, 1964; Perry, 1970; en Kitchener et al., 1984) laat die student opnuut nadink oor sy rol en betekenis in die groter wêreld daar buite. Nie alleen word 'n tydperk van vyftien tot sestien jaar se akademiese opleiding afgesluit nie, maar moet daar nou op 'n verantwoordbare wyse rekenskap gegee word daarvan (Waterman, 1982; en Gerdes et al., 1988). Sodoende raak die afstuderende student intens bewus van sy gebreke en/of vermoëns (Simkin & Yontef, 1984). Verryking wat daarop ingestel is om hierdie fasette in die afstuderende student se bestaanswêreld te hanteer, bied 'n veilige konteks (vergelyk Sawin, 1979) waarbinne die student homself opnuut kan waarneem en toerus en dit wat hy ervaar het, kan uittoets (vergelyk par. 3.1.4).

Omdat die verrykingsproses nie net voorkomend van aard is nie, maar ook dinamies en mensgerig is (Gazda, 1984:7-8; en Mace, 1975:173), kan die aanname gemaak word dat verryking in 'n besondere mate tot die persoon van die afstuderende student spreek. Dit skep hoop en dui op moontlikhede wat andersins onbenut sou verbygaan. Die verrykingsproses (soos deur Passons, 1975; Kaplan, 1978; en Greenberg, 1980 gedefinieer) poog dus om hierdie onbenutte energie te kanaliseer in die bevordering van positiewe geestesgesondheid (Foulds, 1970 en 1971; en Foulds & Hannigan,

1976a en 1976b). So kan die onafhanklikheidsproses gestimuleer word en die interpersoonlike/intrapersoonlike gedragsrepertoire verbreed word (Valdes & McPherson, 1987; Gazda et al., 1987; en Venter, 1988) om die afstuderende student meer effektief te maak in die hantering van sy lewenseise (vergelyk Henning, 1986).

Die belang van die Gestaltperspektief is tweërlei, naamlik dat die benadering op die individu sowel as die groep in sy geheel fokus (Kaplan, 1978). Die groep dien as 'n katalisator waarin elke groeplid sy eie self kan ondersoek, terwyl ondersteuning en aanmoediging vanuit die groep kom (Passons, 1975). Hierdie selfbewuswordingsproses word verder geakkommodeer deur ervaringsleer (Perls, 1969) tydens interpersoonlike kontak en kommunikasie. Sodoende ontwikkel 'n groepsproses wat vertroue, kohesie, begrip, aanvaarding en respek genereer (Passons, 1975:41-43).

Sou die aannames korrek wees dat die Gestaltperspektief die verwagtinge en eise wat in die vroeë-volwassenheidsfase gestel word hanteer, kan afgelei word dat die Gestalt-verrykingsproses 'n konteks vir die afstuderende student skep wat die geleentheid tot groei en persoonlikheidsintegrasie bied wat volwassenheid en outonomie kan verseker. Met die inagneming van die drie primêr geïdentifiseerde lewenstake van vroeë-volwassenheid, te wete identiteitsvestiging, omlýning van lewensdoelwitte en beroepskeuse en -omlýning (vergelyk par. 2.1.3), én die beoogde verryking daarvan is besluit om 'n Gestalt-verrykingsprogram saam te stel met die bevordering van persoonlike outonomie, lewensin en positiewe geestesgesondheid ten doel. Om hierin te slaag, word die benutting van die bewuswordingsintervensies soos deur Passons (1972) gedefinieer (vergelyk par. 2.2.7.1), ervaringsleer in die groepkonteks (vergelyk par. 2.2.7.2) en Gestalt-vaardigheidsopleiding (vergelyk par. 2.2.7.3) as raamwerk van verryking vanuit die literatuur voorgestel (vergelyk ook Tabel 2.1). Die rede vir die keuse van hierdie komponente word gegrond op die ondersteuning van die meer resente nie-lineêre (Kaplan & Kaplan, 1985) en interpersoonlike (Dolliver, 1981) fokus van die Gestaltbenadering vir die toepassing van Gestaltintervensies.

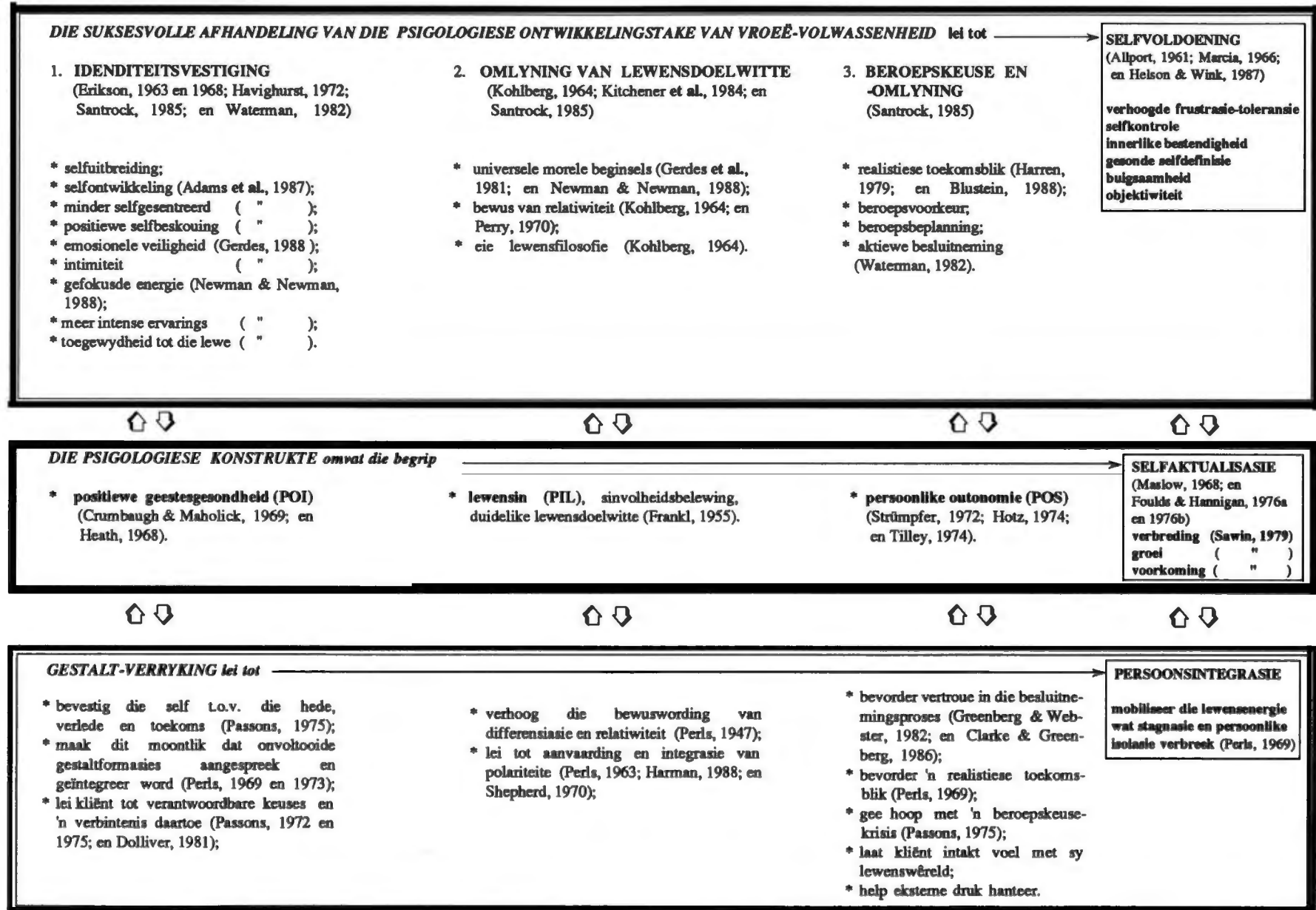
Dit moet uitgewys word dat die oorwig Gestaltterapeutiese navorsingstudies met gevallestudies (Perls, 1969 en 1973; Minnaar, 1976; Aronstam, 1977; en Van Wyk, 1984) en marathon-werkswinkels (Foulds & Hannigan, 1976a en 1976b) geloods is, en dat slegs enkele Gestalttegnieke soos die leë-stoeltegniek (Conoley et al., 1983) en die tweestoeldialoogtegniek (Greenberg & Higgins, 1980; Greenberg & Rice, 1981; Greenberg & Webster, 1982; en Clarke & Greenberg, 1986) suksesvol aan navorsing onderwerp is. Die voorgestelde Gestalt-verrykingsmodel en die benaderings van Passons (1972 en 1975) en Kaplan (1978), met die uitsondering van die suksesvolle evaluering van Greenberg (1980) en Greenberg & Sarkissian (1984) se Gestalt-vaardigheidsopleiding, is tot dusver nog nie empiries ondersoek nie. Hierdie ondersoek bied dus 'n geleentheid om die aannames rakende die Gestalt-verrykingsmodel aan 'n wetenskaplike tegniek te onderwerp.

Met die oog op die samestelling van hierdie Gestalt-verrykingsprogram is besluit om die ses temas (vergelyk Passons, 1972 en 1975), wat volgens die studies hierbo genoem, die kern vorm van die meeste tipe Gestaltintervensies as die sentrale temas van die voorgestelde verrykingsprogram te benut om die Gestalttegnieke, -bewuswordingsprosesse en -vaardighede deur middel van ervaringsleer te stimuleer. Dit is die oogmerk om deur middel van hierdie tipe Gestalt-verryking die ontwikkeling en vestiging van die psigologiese ontwikkelingstake van identiteitsvestiging, omlyning van lewensdoelwitte en die keuse van 'n beroep te bevorder.

Tabel 2.2 bied 'n skematiese uiteensetting waarin die verband tussen (a) die lewenstake van die vroeë-vowassene (naamlik identiteitsvestiging, omlyning van lewensdoelwitte en die beroepskeuse en -omlyning), (b) die gekose psigologiese konstrakte (naamlik positiewe geestesgesondheid, lewensin en persoonlike outonomie) en (c) Gestalt-verryking aangedui word. Sentraal tot hierdie aspekte spreek die suksesvolle afhandeling van die ontwikkelingstake in vroeë-volwassenheid van selfvoldoening (soos deur Allport (1961) gedefinieer), wat deur middel van die mate van psigologiese

gesondheid en selfaktualisasie gemeet kan word en deur die Gestalt-verrykingsproses van persoonsintegrasië verryk en verbreed kan word.

Tabel 2.2: Die verband tussen Gestalt-verryking en die ontwikkelingstake van die afstuderende student



HOOFTUK 3: EMPIRIESE ONDERSOEK

3.1 VOORGESTELDE GESTALT-VERRYKINGSPROGRAM

3.1.1 Oriëntering

Indien die Gestaltbenadering as 'n effektiewe en toepaslike intervensiemetode beskou kan word, kan nou voortgegaan word om 'n spesifieke Gestalt-verrykingsprogram, gegrond op beginsels in die literatuurstudie geïdentifiseer, vir die afstuderende student saam te stel. Met die ontwerp van so 'n program is dit noodsaaklik om die etiese fasette betrokke, die terapeutvereistes, die wyse van tegniekgebruik, die programduur en die fisiese opset waarbinne die program plaasvind, te oorweeg. Die programinhoud bevat geselekteerde temas en tegnieke wat nou by die navorsingsdoelstelling aansluit. Die gebruik van huiswerkopdragte en die evaluering van die programinhoud deur die groeplede dra verder by tot die bereiking van hierdie doelstelling. Die aanbiedingswyse, soos deur die fasiliteerder toegepas, word hierna kortliks uiteengesit.

3.1.2 Programoorweginge

Die volgende aspekte is met die samestelling van die betrokke program van belang geag en oorweeg:

3.1.2.1 Etiese fasette

Met die etiese oorweginge het die skrywer hom laat lei deur die etiese kode van die Suid-Afrikaanse Instituut vir Kliniese Sielkundiges (1987:16) en die etiese kode van die Sielkundevereniging van Suid-Afrika (1986:7). Die volgende aspekte dien as riglyn:

- * Die voorgestelde Gestalt-verrykingsprogram en enige ander intervensie moet te alle tye aanvaarbaar en menslik wees.
- * Geen deelnemer mag op enige stadium in gevaar wees nie, en indien wel moet alle

implikasies so gou moontlik korrek hanteer word.

- * Reeds voor enige deelname moet daar 'n duidelike en billike ooreenkoms met die deelnemers aangegaan word waarin hulle verpligtinge en verantwoordelikhede uiteengesit word.
- * Elke deelnemer het die reg om hom/haar te eniger tyd aan die navorsing te onttrek of deelname te weier.
- * Die deelnemer moet vooraf in kennis gestel word hoe om met die navorser in verbinding te tree indien enige liggaamlike of geestelike ongemak, skade of enige onwenslike gevolge gelei word.
- * Alle persoonlike inligting moet vertroulik hanteer en geberg word.

Hierdie oorweginge het 'n raamwerk gebied waarvandaan die program beplan, toegepas (vergelyk Bylae A3, par. 4) en geëvalueer kan word.

3.1.2.2 Terapeutvereistes

Fagan & Shepherd (1970:81) is van mening dat die wyse waarop die betrokke Gestaltbenadering met die verriker se persoonlikheid geïntegreer is, die effektiwiteit van die verriker sal bepaal. So 'n Gestaltfasiliteerder verkies oor die algemeen aktiwiteit bo passiwiteit, maar benodig dit nie vir persoonlike gratifikasie nie. Hy tree ferm en versekerd op, en geniet dit om eerder kreatief te wees as om 'n rigiede plan te volg. Hy is nie bang vir intense emosionele ontladings nie en kan homself en sy emosionele reaksies sonder vrees vir blootstelling handhaaf (vergelyk ook Rader, 1977:568; en Kaplan et al., 1985:694).

Lieberman et al. (1973) het 'n studie van 17 groei-georiënteerde groepe gedoen waartydens nege verskillende teoretiese benaderings betrek is. Twee van hierdie groepe was Gestaltgroepe. Die positiewe resultate wat deur een van dié groepe behaal is, is aan die terapeutvaardighede toe te skryf. Hierdie persoon was hoogs ondersteunend, maar tog uitdagend en konfronterend, en het beide vriendskap en

beskerming aan die groeplede gebied, terwyl hy spontaan sy eie hier-en-nou-ervarings gedeel het. Ten einde opleidingsbekwaamheid te verseker, is elke sessie deur 'n ervare groepterapeut en kundige van Gestaltterapie gemonitor.

Persone wat dus grootliks ingestel is op kognitiewe prosesse, emosionele afstand verkies, neig om konserwatief te wees, die kliënt se response eerder wil reflekteer of nie bewus is van hulle eie ervarings nie, sal minder effektief wees en Gestalttegnieke as beperkend ervaar (Fagan & Shepherd, 1970:81).

3.1.2.3 Duur van die program

Dit is noodsaaklik dat die beplande verrykingsprogram 'n effektiewe en toepaslike tydsduur het. Daar sal gepoog word om nie net die doelstellings van die navorsingsprojek na te kom nie, maar ook die beste gebruik te maak van die tyd wat beskikbaar is. Die duur van die program moes by die semesterprogram van die PU vir CHO ingepas word en vakansiedae sowel as die eksamenrooster moes in ag geneem word. Omdat die deelnemers almal derdejaarstudente met 'n vol studieprogram was, moes so min as moontlik ekstra pligte opgedra word. Die verrykingsprogram is beplan vir die tweede semester en sou oor tien weke plaasvind. Die program self het oor agt weke gestrek en 'n ekstra twee weke is vir voor- en natoetsing gebruik.

3.1.2.4 Fisiese opset

Met die toestemming van die Departement Psigologie kon gebruik gemaak word van 'n gemeubileerde vertrek wat gemaklik 10 mense kan akkommodeer. Die beskikbaarheid van videofasiliteite het dit moontlik gemaak dat alle sessies met die deelnemers se toestemming vir toesighoudings- en evalueringsdoeleindes opgeneem kon word. Sodoende kon sessies algaande aangepas word om die doelstellings van die projek te bereik.

3.1.3 Programinhoud

3.1.3.1 Doel van die program

Die verrykingsprogram poog om deur middel van die stimulering van die bewuswordingsproses persoonlike verryking te bewerkstellig (vergelyk par. 1.2). Die Gestalt-verrykingsmodel (vergelyk par. 2.2.7), soos in die literatuur omskryf, word met die aanbieding van die program as raamwerk gebruik. Die fokus is eerstens op die gebruik van bewuswording-intervensies en tweedens die aanwending van die groepkonteks en die opleiding in vaardighede (vergelyk Tabel 2.1).

3.1.3.2 Temas in die program

Die ses basiese temas is dié van:

- * bewuswording en hede-georiënteerdheid as ervaringswyse;
- * taal as selfopenbaringswyse;
- * die gebruik van nie-verbale gedrag;
- * die positiewe aanwending van fantasieë;
- * die verband tussen die hede, verlede, en toekoms; en
- * die gevoelsdimensie.

Die bewuswordingsproses word deurgaans in al bogenoemde temas voorgehou deur op ervaringsleer te fokus en die Gestaltbeginsels (vergelyk par. 2.2.4) uit te lig en toe te pas. Die deelnemers sal vir hierdie doel met 'n leesstuk vir elke sessie voorsien word (vergelyk par. 3.1.3.4) wat as voorbereiding dien en inleidend tot elke sessie bespreek kan word. Die sentrale uitgangspunt is om spesifiek gekose bewuswordingsoefeninge aan die groeplede bekend te stel, sonder verpligting te laat inoefen (Greenberg, 1980) en terugvoering van die onderskeie lede, sowel as van die persoon aan hom/haarself, te verkry (Kaplan, 1978). Om kontinuïteit te bewerkstellig

en te behou, sal die toepassing van die reeds aangeleerde Gestaltoefeninge en -ervarings deur die groeppasiliteerder aangemoedig word deur die groeplede se deelname aan die werker- en getuierol onderskeidelik binne die groep te fasiliteer (vergelyk par.2.2.7.2.a). Met die samestelling van die intervensies vir elke sessie is daar swaar geleun op die tegnieke wat deur Passons (1975) voorgehou word vir die onderskeie bewuswordingsintervensies.

3.1.3.3 Tegnieke en oefeninge betrek

Die gebruik van tegnieke in hierdie navorsingsprojek vind plaas binne die konteks van verryking en neig om meer gestruktureerd as oop te wees. Shapiro (1978:87) definieer gestruktureerde oefeninge en tegnieke as "*relatively short-term, voluntary group experiences which are instituted or sanctioned by group leaders for a spesific purpose*". Hierdie ervarings moet op die regte tydstip gefasiliteer word en 'n besliste aanvangs- en stakingsmoment hê. Hierna kan die effek van die oefening in detail deur die groeplede bespreek word. Verder is dit noodsaakliker om eerder op die gedrag en emosies wat deur die oefening gegenereer is te konsentreer, as om die tegniek noodwendig te voltooi.

In die Gestaltbenadering het die gebruik van tegnieke 'n sentrale funksie en word hulle gebruik om bewuswording te stimuleer en Gestaltformasies te bewerkstellig. Levitsky & Perls (1970:140) benadruk dit sterk dat daar geen dogmatiese lys van moets en moenies is nie en dat die tegnieke voorgehou behoort te word as eksperimente wat die kliënt kan kies om uit te voer. Gestaltterapie is meer as net die tegnieke wat daarmee geïdentifiseer word (Passons, 1975:27). Die tegnieke is in 'n sorgvuldig gestruktureerde program aangewend en die spontane verloop van die program het besondere aandag geniet. Die tegnieke wat in hierdie program betrek is, was daarop bestem om die doelstellings in elke sessie te bereik (vergelyk par. 3.1.4). Die tegnieke en oefeninge wat in die Gestalt-verrykingsprogram gebruik is, is hoofsaaklik aan Passons (1975)

ontleen en word in Bylae B bespreek en hier net kortliks genoem:

- * Bekendstellingsoefening (Shapiro, 1978), sessie 1.
- * Towerwinkeltegniek (Stevens, 1971), sessie 1.
- * Ek-is-bewus-van....oefening (Passons, 1975), sessie 2.
- * Sinsherkonstruksie (Stevens, 1971; en Rader, 1977), sessie 3.
- * Wat- en hoe-vrae (Passons, 1975), sessie 3.
- * Bewuswording deur middel van sintuie (Passons, 1975), sessie 4.
- * Nie-verbale ontdekking (beelding) (Stevens, 1971; en Passons, 1975), sessie 4.
- * Boomstomp-houthut-bergstroom-fantasierit (Stevens, 1971), sessie 5.
- * Gestalt-gesprekvoering (Passons, 1975), sessie 6.
- * Verantwoordelikheidstoe-eiening (Passons, 1975; en Hansen et al., 1977), sessie 7.
- * Ek is... oefening (Passons, 1975), sessie 8.
- * Termineringsoefening (Shapiro, 1978), sessie 8.

3.1.3.4 Huiswerkopdragte

Die huiswerkopdragte word met elke sessie gegee om kontinuïteit aan die program te bied. Dit bestaan uit 'n leesstuk wat as inleiding en as voorbereiding tot die volgende sessie dien (vergelyk Bylae C vir 'n uiteensetting van die spesifieke leesstukke).

3.1.3.5 Evaluering deur die deelnemers

Bo en behalwe die voor- en natoetsing van die veranderings in die verrykingsprogram, is die deelnemers met elke sessie die geleentheid gebied om oor die verloop, duidelikheid en effektiwiteit van die sessie terugvoer te gee met behulp van 'n selfrapporterende vraelys (vergelyk Bylae D). Die vraelys bied terugvoer aan die programleier vir die aanpassing van verdere sessies en meet die deelnemers se persepsie van die program se effektiwiteit (Drum & Knott, 1977:40). Die resultate

van hierdie evaluering word in Bylae D2 gerapporteer en in Hoofstuk 4 bespreek.

3.1.4 Aanbiedingswyse

Die essensie van die program is om die afstuderende student voor te berei deur die stimulering van bewuswording van sy innerlike prosesse (gedagtes, gevoelens, liggaamlike sensasies) en gedrag. Ruim geleentheid is gegee vir ervaringsleer deur op die prosesgebeure in die groep te fokus, en sessies is met didaktiese inligting ten opsigte van die Gestaltbenadering toegelig.

Die sessies verloop as volg:

- * Omvang: 8 sessies oor 'n tydperk van 8 weke.
- * Duur: 1 uur per sessie.
- * Elke sessie word afgesluit met (a) die invul van die evalueringsvraelys en (b) die leesstuk, wat weer as aanknopingspunt dien vir die volgende sessie (vergelyk Bylae C1 tot C7).

3.1.4.1 Sessie 1 /Algemene oriëntering en bekendstelling

Doelstellings: Om die groeplede aan mekaar, sowel as aan die prosedure en verloop van die verrykingsprogram bekend te stel. Tweedens is dit nodig om die groeplede se verwagtinge van die program te bepaal.

Prosedure:

- * Laat die groeplede plat op die mat sit en gee 'n algemene oriëntering (vergelyk Bylae A3).
- * Bekendstelling deur middel van 'n ken-mekaar-speletjie (vergelyk Bylae B1).
- * Die groeplede gesels spontaan oor elkeen se verwagtinge.
- * Die groepleier verduidelik die rasionaal van die Gestalt-verrykingsprogram.
- * Die *Towerwinkeltegniek* (vergelyk Bylae B2) word toegepas.

3.1.4.2 Sessie 2 /Bewuswording en hede-georiënteerdheid as ervaringswyse

Doelstellings: Om die aspek van bewuswording by die groeplede bekend te stel, en deur middel van ervaringsleer te stimuleer.

Prosedure:

- * Verduidelik die rasionaal van bewuswording en hede-georiënteerdheid in terme van die Gestaltbeskouing.
- * Doen die *Ek is bewus van ...* -oefeninge in groepverband, sowel as twee-twee (vergelyk Bylae B3).
- * Gee geleentheid vir bespreking in die groep.

3.1.4.3 Sessie 3 /Taal as selfopenbaringswyse

Doelstellings: Om bewuswording van die manier waarop taal gebruik word, en watter uitwerking dit op die self en andere het, te stimuleer. Die taalgebruikswyse van die Gestaltbenadering word bekend gestel en in die groep toegepas.

Prosedure:

- * Die begrip *Gestalttaal* word in groepverband bespreek.
- * Terselfdertyd fasiliteer die groepleier die tipe taalgebruik tydens die bespreking.
- * Oefeninge, waarin afsonderlik *dit-*, *jy-* en *ons-sinne* gebruik word wat met *ek-sinne* vervang word (vergelyk Bylae B4), word twee-twee gedoen.
- * Die groeplede kry geleentheid om *wat-* en *hoe-vrae* in plaas van *hoekom-vrae* te vra (vergelyk Bylae B5).

3.1.4.4 Sessie 4 /Die gebruik van nie-verbale gedrag

Doelstellings: Om die deelnemers 'n geleentheid te gee om van hulle nie-verbale gedrag in die groep bewus te word. Die rasionaal van nie-verbale gedrag word in terme van Gestaltbeginsels verduidelik en met behulp van 'n oefening opgevolg.

Prosedure:

- * Elke lid kies 'n maat en leer hom of haar beter ken deur net van sy sintuie (gevoel, reuk, visie, ensovoorts) gebruik te maak (vergelyk Bylae B6).
- * Die fasiliteerder verduidelik aan die groeplede hoe die mens in die Gestalt benadering as totaliteit funksioneer.
- * Elke groeplid kry 'n beurt om hom nie-verbaal in terme van sy huidige ervaring van homself uit te druk en terugvoer van die ander groeplede te ontvang.
- * Die groeplede posisioneer mekaar beurtelings soos wat hulle mekaar in die groep ervaar tydens 'n beeldingsoefening (vergelyk Bylae B7). Na die oefening volg 'n bespreking en terugvoer word gegee.

3.1.4.5 Sessie 5 /Die positiewe aanwending van fantasieë

Doelstellings: Eerstens om die groeplede bewus te maak van eksterne realiteite teenoor innerlike belewinge, in elke persoon. Tweedens word 'n verduideliking van die kernbegrippe rondom hierdie innerlike belewinge in die Gestaltbenadering gegee.

Prosedure:

- * Laat die groep 'n ontspanne en gemaklike posisie inneem en onderneem 'n fantasierit bekend as die *Boomstomp-houthut-bergstroom-fantasierit* (vergelyk Bylae B8).
- * Verduidelik die rasionaal van die oefening en bespreek in groepverband Gestalt terme soos *self-wees*, *kommunikasie tussen die aspekte van die self*, *vermyding* en *outonomie*.

- * Doen 'n oefening waarin elkeen aan dieselfde potlood sekere eienskappe gee en daarna homself met die eienskappe identifiseer.

3.1.4.6 Sessie 6 /Die verband tussen die hede, verlede en toekoms

Doelstellings: Om die groeplede bewus te maak van die belang daarvan om nie net in die hier-en-nou te leef nie, maar ook gesprek te bewerkstellig tussen die subjektiewe belewing van die verlede, hede en toekoms.

Prosedure:

- * Laat groeplede elkeen bewus word van 'n onopgeloste probleem uit die verlede wat soms hulle aandag opeis. Gestaltgesprekvoering met dié aspek word aangemoedig deur die probleem subjektief te visualiseer en aan te spreek, en toe te laat dat die probleem *terug-kommunikeer* (vergelyk Bylae B9).
- * Dieselfde word gedoen met die hede-toekoms-gesprek. Die toekomstige probleem kan byvoorbeeld die naderende eksamen wees.
- * Die rasionaal van die Gestaltbegrip *teenwoordigmaking* ("*presentizing*") word verduidelik en in die groep bespreek.

3.1.4.7 Sessie 7 /Die gevoelsdimensie

Doelstellings: Eerstens om die groeplede bewus te maak van die voortdurende vloei van emosies in elke persoon. Tweedens word die noodsaaklikheid van die aanvaarding van persoonlike verantwoordelikheid beklemtoon.

Prosedure:

- * Laat die groep spontaan vir 'n paar minute gesels en gee dan 'n opdrag dat elkeen aan sy heersende gevoelens uiting moet gee. Elkeen word gevra om die ander te beskryf.

- * 'n Groepbespreking volg hierna.
- * Na die bespreking vergelyk elkeen sy huidige posisie en gevoelens met die eerste uitbeelding en bespreek dit in die groep. Geleentheid word gegee om verantwoordelikheid daarvoor te aanvaar.
- * Die Gestaltbegrippe, naamlik *verantwoordelikheid*, *bipolariteit* en *aanvaarding van gevoelens*, word verduidelik en bespreek.
- * Elke groeplid sê hoe hy/sy in die betrokke sessie die persoon aan byvoorbeeld sy linkerkant beleef het (vergelyk Bylae B10).

3.1.4.8 Sessie 8 /Afsluiting

Doelstellings: Eerstens om die program oorsigtelik in groepverband te bespreek en om 'n samevatting te gee. Om tweedens die groeplede die geleentheid te gee om afskeid van mekaar te neem.

Prosedure:

- * Die groeplede word opdrag gegee om in tien items neer te skryf wat hulle is, waar hulle begin met *ek is ...* (vergelyk Bylae B11).
- * Laat elkeen die positiewe sowel as die negatiewe bydraes op papier neerskryf en eers twee-twee en dan in groepverband bespreek.
- * Gee 'n samevatting van die program en motiveer die groeplede om dit verder toe te pas.
- * Gee elkeen in die groep 'n geleentheid om vir elke ander persoon 'n afskeidsboodskap te skryf (vergelyk Bylae B12).

3.1.5 Samevatting

Die samestelling en uiteensetting van die Gestalt-verrykingsprogram is daarop gerig om die groepsproses op so 'n wyse te fasiliteer dat die geselekteerde tegnieke spontaan

uit die doelwitte van elke sessie vloeï en ervaringsleer stimuleer. Met die fokus van elke sessie op die eksplorasië van gedrag en terugvoering aan mekaar kan dit verantwoordbaarheid van gedrag en denke en dus die spesifieke doelstelling van die ondersoek (vergelyk par. 1.2) bevorder.

3.2 METODE VAN NAVORSING

3.2.1 Oriëntering

In hierdie afdeling word die navorsingsproses uiteengesit. Die doel met die eksperimentele ondersoek is om die effektiwiteit van die voorgestelde Gestalt-verrykingsprogram te bepaal deur 'n driegroepontwerp te gebruik. Eerstens word 'n beskrywing van die universum en proefpersone aangebied, waarna die navorsingsontwerp verduidelik, en die onafhanklike veranderlike (naamlik die program) en die afhanklike veranderlikes (naamlik die psigologiese meetinstrumente) bespreek word. Vervolgens word die navorsingshipotese geformuleer, die beduidendheidspeil vasgestel en die toepaslike statistiese tegniek kortliks beskryf.

3.2.2 Die universum

Die populasie bestaan uit 299 derdejaarstudente in die Psigologie en Bedryfopsigologie aan die PU vir CHO, en sluit beide binne- en buitemuurse studente in.

3.2.3 Proefpersone

3.2.3.1 Insluitingskriteria

Om te kwalifiseer vir opname in die eksperimentele groep moes die proefpersone aan die volgende vereistes voldoen:

- * almal derdejaarstudente aan die PU vir CHO wees;
- * die studierigting Psigologie en Bedryfopsigologie volg;
- * studente wees wie se studies aan die einde van die jaar *voltooi* sal wees;
- * nie voorheen aan 'n psigologiese verrykingsprogram deelgeneem het nie;
- * bereid wees om aan die voorgedra program deel te neem; en
- * nie aan depressie onderhewig wees nie.

3.2.3.2 Prosedure van steekproefneming

Die verrykingsprogram is in klastyd kortliks aan die studente bekendgestel (vergelyk Bylae A1), waarna 44 persone wat belangstelling getoon het 'n kort biografiese vraelys (vergelyk Bylae A2) en die Verkorte Beck-depressieskaal (vergelyk par. 3.2.5.4) voltooi het. Die doel van die biografiese vraelys was om te verseker dat die respondente wel aan die insluitingskriteria voldoen. 36 persone het aan die kriteria voldoen waarvan 2 persone op grond van die Verkorte Beck-depressieskaal uitgeskakel is (vergelyk die motivering van die afsnypunt in par. 3.2.5.4) wat 'n beskikbaarheidsteekproef van 34 persone tot gevolg gehad het.

Die beskikbaarheidsteekproef is hierna ewekansig in drie groepe van tien lede elk ingedeel. Dit is gedoen deur die steekproef alfabeties te orden en ewekansig in te deel. Die eerste 10 persone is in groep A (eksperimentele groep), die volgende 10 in groep B (besprekingsgroep) en die oorblywende 10 in groep C (kontrolegroep) ingedeel (Freund, 1979:471-472). Groep A sal die Gestalt-verrykingsprogram ondergaan, terwyl groep B as 'n kontakkontrolegroep (vergelyk Ridley et al., 1981) geen spesifieke intervensie sal ondergaan nie, maar temas rakende universiteitsverlating bespreek. Die doel hiermee is om die effek van blote aandag, suggestie en die skep van hoop met die toepassing van die Gestalt-verrykingsprogram te ondervang, omdat ander faktore soos die kontak met entoesiastiese en toegewyde terapeute, en nie noodwendig die spesifieke behandeling nie verantwoordelik vir terapeutiese veranderings mag wees (Rachman & Wilson, 1980). Die besluit om 'n besprekingsintervensie as plasebomeganisme te gebruik, hou die nut in om te bepaal *hoe* 'n behandeling werk eerder as *of* 'n behandeling werk (Parloff, 1986).

Die gemiddelde ouderdom van die steekproef (bestaande uit 10 manstudente en 20 damestudente) is 22 jaar en 6 maande. Vier persone het met die seleksieprosedure uitgeval en is skriftelik daarvan verwittig. Die nodige reëlins vir die bywoning van

'n heraanbieding van die verrykingsprogram vir deelnemers aan die besprekings- en kontrolegroep is hierna getref.

3.2.4 Navorsingsontwerp

Die doel van die driegroep voor- en natoets eksperimentele ontwerp is om die betrokke navorsingsprojek sodanig te beplan en te struktureer dat die uiteindelijke geldigheid van die bevindinge verhoog word (Mouton & Marais, 1988:33). Die essensiële aspekte van so 'n ontwerp is die manipulasie van beide die onafhanklike veranderlike (naamlik die verrykingsprogram) en die afhanklike veranderlikes (naamlik die Sinvolheidskaal, Persoonlike outonomieskaal, Persoonlike oriëntasievraelys) (Smit, 1983:27).

3.2.4.1 Beskrywing

Die binne- en tussengroepontwerp (Robinson, 1981) is vir die doel van die ondersoek gebruik. Die ontwerp bestaan uit 'n voortoetsing, die toepassing van die onafhanklike veranderlike en 'n natoetsing na afloop van die eksperimentele kondisies. Die gemiddelde verskil binne elke groep én tussen die onderskeie groepe sal hieruit verkry word en dien as 'n streng toets om nie alleen te bepaal of vordering in 'n spesifieke groep gemaak is nie, maar ook of die vordering aan die toepassing van die verrykingsprogram toegeskryf kan word. Die ontwerp kan as volg uiteengesit word:

Tabel 3.1: Voorstelling van die navorsingsontwerp.

GROEP	EKSPERIMENTELE KONDISIE	WAARNEMING
Eksperimentele (A)	Toepassing van die verrykingsprogram N = 10	Voor- en natoetsing
Besprekings- (B)	Groepbesprekings N = 10	Voor- en natoetsing
Kontrole- (C)	Geen intervensie nie N = 10	Voor- en natoetsing

3.2.4.2 Die verloop

Die eksperimentele groep is oor die beplande agtweekperiode een keer per week op 'n Maandagaand bymekaar gebring. Met die verloop van die program moes twee lede (met sessie 3) onttrek as gevolg van beserings en 'n derde het haar studies gestaak en die eksperimentele groep (met sessie 5) verlaat ($N=7$). Alhoewel die verlies van die persone die groepkonteks en groepsproses beïnvloed het, het dit die groeplede terselfdertyd die geleentheid gegee om verlies binne die groep te hanteer. Die besprekingsgroep het oor dieselfde agt weke as die eksperimentele groep plaasgevind. Die tydsduur was 60 minute per sessie en die sessies is gewy aan groepbesprekings (vergelyk Avery et al., 1980:23; en Ridly et al., 1981:25). Die groeplede het met die eerste sessie op die betrokke onderwerpe besluit, naamlik:

Sessie 1: Afstudering - die implikasies.

Sessie 2: 'n Realistiese werksverwagting.

Sessie 3: Om onafhanklik te wees - vryheid of bekommernis.

Sessie 4: Finansiële voordeel met beroepstoetrede.

Sessie 5: Die dag voor aftrede.

Sessie 6: Vryetydsbesteding en 'n beroep.

Sessie 7: Vrese ten opsigte van die toekoms.

Sessie 8: Afsluiting - 'n videovertoning.

Met die verloop van die besprekings het een groeplid onttrek en die groep met slegs nege lede gelaat. Die doel van die byeenkomste was om aandag te skenk aan mekaar, sonder om op spesifieke terapeutiese oogmerke te konsentreer. Die besprekings het oor die toekomsverwagtinge van die afstuderende student gehandel, terwyl die verrykingsprogram op die bewuswording en integrasie van *hier-en-nou-ervarings* gefokus het. Die onderzoeker se rol was fasiliterend van aard terwyl minimale leiding gegee is.

Die proefpersone in die kontrolegroep het net aan die voor- en natoetsing deelgeneem en geen verdere intervensie ondergaan nie. Een persoon kon na die agt weke glad nie weer opgespoor word nie en het die kontrolegroep met $N = 9$ gelaat. Elkeen van die persone in die kontrolegroep en besprekingsgroep is die geleentheid gegee om ook na die beplande agt weke die verrykingsprogram mee te maak. Twee persone het van hierdie aanbod gebruik gemaak.

Nadat die proefpersone onderskeidelik in die drie groepe verdeel is, is elkeen skriftelik van sy insluiting in die navorsingsprojek verwittig, en is gereël vir die eerste ontmoeting waartydens die toetsbattery afgeneem is en die eksperimentele groep ingelig is oor die verloop, reëls en rolle in die groep. Alle resultate is na die tyd op 'n oordeelkundige wyse met die betrokke proefpersone bespreek. 'n Rooster is aangebring waarop elkeen 'n individuele afspraak met die onderzoeker (en toetsafnemer) kon maak.

Na die toepassing van die eksperimentele, besprekings- en kontrolegroep is die proefpersone skriftelik van die reëlins in kennis gestel en met dieselfde meetinstrumente hertoets. Geleentheid is aan elke deelnemer gegee om weer eens die resultate met die onderzoeker te bespreek.

3.2.5 Psigologiese meetinstrumente

Vier meetmiddels is gebruik waarvan die POS, PIL en POI deel van die eksperimentele ontwerp gevorm het, terwyl die Beck-depressieskaal as seleksiemiddel aangewend is.

3.2.5.1 Persoonlike outonomieskaal (POS)

Volgens die POS kan 'n outonome persoon beskryf word as iemand wat

(a) onafhanklikheid in sy oordeel toon, (b) onbevange is oor morele aangeleenthede en (c) 'n avontuurlustige benadering tot die lewe het. Die konstruk van persoonlike outonomie omvat beide die graad en die kwaliteit waarin bogenoemde elemente in 'n persoon na vore kom (Tilley, 1974:1), en word in die literatuur beskryf as die behoefte aan outonomie, die behoefte aan onafhanklikheid en anti-outeoritêre houdings (Strümpfer, 1972:7-8).

Die vraelys bestaan uit 44 vrae waaraan met behulp van 'n sewepuntskaal (van -3 tot +3) 'n punt toegeken word. Hoë tellings op die skaal van:

- * *onafhanklikheid van oordeel* dui op 'n persoon wat onkonvensioneel, individualisties en ambisieus is en besluite op beide innerlike en eksterne faktore grond;
- * *morele onbevangenheid* dui op 'n persoon wat konvensioneel-morele houdinge en fundamentalisme bevraagteken;
- * *avontuurlustigheid* spreek van selfvertroue, innovasie en betrokkenheid by spesifiek die lewe en die natuur; en
- * *die totale telling* toon die mate van spontane buigsaamheid, oorspronklikheid en beskikbaarheid van alternatiewe hulpbronne.

Betroubaarheidstudies toon interne konstantheidskoëffisiënte van 0.84 (Engelse proefpersone) en 0.83 (Afrikaanse proefpersone) vir onafhanklikheid van oordeel, 0.78 (Engels) en 0.70 (Afrikaans) vir morele onbevangenheid en 0.72 (Engels) en 0.71 (Afrikaans) vir avontuurlustigheid (Strümpfer, 1972), asook 0.74 , 0.72 , 0.77 vir elke respektiewelike dimensie (Tilley, 1974:57). Die validering van die POS deur Hotz (1974:65-67) en Tilley (1974:82-83) toon goeie geldigheidstellings en identifiseer die POS as 'n maatstaf van gesonde persoonlikheidsfunksionering (Tilley, 1974:85). Die resultate is egter beperk omdat al die proefpersone wat by die validering betrokke was mans was. Die unieke aard van die konstruk van persoonlike outonomie, die bruikbaarheid vir Suid-Afrikaanse studente en die wete dat die POS die enigste in sy

soort is, dien as motivering vir die insluiting daarvan as psigometriese meetmiddel.

3.2.5.2 Sinvolheidskaal (PIL)

Die Sinvolheidskaal ("*Purpose-in-Life Scale*") is 'n houdingsvraelys wat deur Crumbaugh & Maholick (1969) ontwerp is en Frankl (1955) se konseptualisering van sinvolheids- versus sinloosheidsbeleving meet. Die vraelys ontlok kommentaar met betrekking tot die lewensvraag na sinvolheid wat lig werp op die beleweniswêreld van die student (Du Plessis, 1982:175)(vergelyk Côtè & Levine, 1983:46; Paloutzian, 1981:1155; Phillips, 1980:663; Reker & Cousins, 1979:86; Soderstrom & Wright, 1977:65; Crandall & Rasmussen, 1975:483; Sharpe & Viney, 1973:490; en Doerries, 1970:50).

Die vraelys bestaan uit 20 vrae wat op 'n sewepuntskaal (van 1 tot 7) gemerk word. Routellings van 113 of meer dui op die teenwoordigheid van 'n besliste beleving van sin in die lewe. 'n Telling van 92-112 dui op 'n mate van onsekerheid, terwyl 'n routelling van kleiner as 92 op 'n gebrek aan duidelike lewensdoelwitte en sinvolheidsbelewinge dui.

Die standaardisering van die PIL volgens Amerikaanse norme laat egter die vraag na die bruikbaarheid van die skaal vir nie-Amerikaanse proefpersone ontstaan. Du Plessis (1982:177) se vertaling en toepassing van die vraelys (vergelyk ook Henning, 1986:99) op studente van die PU vir CHO bevestig egter die toepasbaarheid van die skaal onder Suid-Afrikaanse omstandighede.

Geldigheidstudies van die PIL lewer bevredigende resultate op. Crumbaugh voorspel met sukses die volgorde van die PIL-tellings van vier normale groepe, naamlik: (a) suksesvolle sakelui en professionele persone ($\bar{X} = 118.90$), (b) aktiewe Protestantse gemeentelede ($\bar{X} = 114.27$), (c) voorgraadse studente ($\bar{X} = 108.45$) en (d) nie-

psigiatryse hospitaalstudente ($\bar{X} = 106.40$) (Crumbaugh & Maholick, 1969). Die konstruk geldigheid word onder andere deur twee studies bevestig wat beide 61 % van die variansie verklaar:

- * Sharpe & Viney (1973:491) lewer bewys dat 61 % van die variansie in terme van die tipe wêreldbeeld, sinvolheidsbelewing en selftransenderende doelwitte verklaar word.
- * Ses jaar later bevind Reker & Cousins (1979:85) dat 61.6% van die variansie in terme van sinvolheid, lewenstevredenheid, doelwitbereiking, selfvervulling, tipe lokus van beheer en lewensbeskouing verklaar word.

Die volgende oorweginge dien as motivering vir die insluiting van die PIL in die toetsbattery (vergelyk Du Plessis, 1982:174-175; en Henning, 1986:100):

- * Aangesien die voorgestelde Gestalt-verrykingsprogram 'n eksistensieel-humanistiese impak maak en onder andere afgestem is op die innerlike belewenisse van die afstuderende student, en die PIL vanuit die eksistensieel-logoterapeutiese sinvolheidspostulaat ontleen is, is dit as 'n gepaste keuse geïdentifiseer ten einde die programimpak empiries te evalueer.
- * Die PIL is 'n betekenisvolle navorsingsinstrument wat die voordeel inhou dat dit as 'n kort, bondige vraelys binne vyf minute voltooi kan word (Phillips, 1980:661).

3.2.5.3 Persoonlike Oriëntasievraelys (POI)

Die POI ("*Personality Orientation Inventory*") is in 1962 deur Shostrom in samewerking met Maslow ontwikkel (Shostrom, 1964; Shostrom et al., 1977:32). Die vraelys is saamgestel uit eksistensieel-humanistiese konstrakte van teoretici soos Maslow, Rodgers, Perls, May en Ellis wat verband hou met die begrip selfaktualisasie (Shostrom & Knapp, 1966:193). Die POI gaan van die veronderstelling uit dat 'n positief geestesgesonde persoon selfaktualisasie deur middel van sy waardesisteme uitdruk (Fox et al., 1968:565). As maatstaf van positiewe geestesgesondheid

(Oakland et al., 1978:79) bied die POI 'n kriterium waarvolgens die effektiwiteit van die verrykingsprogram nagegaan kan word. Alhoewel die POI nie Suid-Afrikaanse norme het nie, toon ondersoeke (Du Plessis, 1982:319; en Henning, 1986:134) dat die Afrikaans-vertaalde vorm (Du Plessis, 1982:188) met plaaslike studentepopulasies, en die Engelse vorm met swart studentegroepe (Harper & Hawkins, 1977) bruikbaar is.

Die vraelys bestaan uit 150 vrae wat deur middel van 'n A- of B-keuse beantwoord kan word. Die vraelys meet die volgende twaalf skale:

- * *Tydsbevoegdheid*: die mate van hede-georiënteerdheid.
- * *Innerlike ondersteuning*: die mate van innerlike reaksie of innerlike lokus van beheer.
- * *Selfaktualiserende waarde*: die bevestiging van die primêre waardes.
- * *Eksistensialiteit*: die vermoë om in ooreenstemming met die eise van 'n situasie en met die buigsame handhawing van beginsels op te tree.
- * *Gevoelsreaksie*: die mate van responsiwiteit ten opsigte van jou eie gevoelens en behoeftes.
- * *Spontaneïteit*: die vryheid om spontaan op te tree en jouself te wees.
- * *Selfagting*: die bevestiging van die self op grond van jou waardes en sterktes.
- * *Selfaanvaarding*: die realistiese bevestiging/aanvaarding van die self ten spyte van swakhede.
- * *Mensbeskouing*: die mate waarin 'n konstruktiewe beskouing aangaande menswees gehuldig word.
- * *Sinergie*: die vermoë om teenoorgesteldes te transendeer en in sinryke verband te sien.
- * *Aanvaarding van aggressie*: die vermoë om eie natuurlike aggressie te aanvaar in teenstelling met die ontkenning of verdringing daarvan.
- * *Kapasiteit tot intieme kontak*: die vermoë om sinryke en intieme verhoudings te ontwikkel.

Geldigheidstudies dui daarop dat die POI suksesvol onderskei tussen 'n groep relatief *selfaktualiserende* persone en 'n groep relatief *niet-selfaktualiserende* persone (Shostrom et al., 1977:36), en op die 0.01-beduidendheidspeil tussen 'n groep kliënte wat pas met terapie begin het en 'n groep wat gemiddeld 26.6 maande in terapie was (Shostrom, 1974:23). 'n Studie deur Karle et al. (1981:118) bevestig bogenoemde bevindinge deur 211 proefpersone aan 'n terapeutiese intervensie van respektiewelik 1 tot 12 maande, 13 tot 36 maande en 37 tot 60 maande te onderwerp. Die resultaat toon dat 10 van die 12 skale beduidende verskille uitgewys het (vergelyk ook Johnson & Johnson, 1979).

Shostrom (1974:33) rapporteer ondersoekte wat betroubaarheidskoëffisiënte van 0.71 vir Tydsbevoegdheid, 0.77 vir Innerlike Ondersteuning en 0.52 tot 0.82 vir die subskale lewer. Knapp (1976:76-77) bevestig hierdie resultate deur melding te maak van interne konstantheidskoëffisiënte van 0.80 vir die Innerlike Ondersteuningskaal en 0.65 vir die Tydsbevoegdheidskaal, en beskou die POI as 'n voldoende meetmiddel van selfaktualisasie.

Die POI word op grond van die volgende redes as 'n toepaslike meetinstrument vir hierdie ondersoek beskou:

- * Die voorgestelde Gestalt-verrykingsprogram stel die bevordering van selfaktualisasie, persoonsintegrasie en positiewe geestesgesondheid ten doel. Volgens Shostrom (1964) weerspieël die vraelys die persoon se huidige vlak van selfaktualisasie of positiewe geestesgesondheid. So ook word die Gestaltbeginsels van hede-georiënteerdheid en innerlike selfsteun respektiewelik deur die Tydsbevoegdheidskaal en die Innerlike ondersteuningskaal van die POI ondervang. Die POI is dus 'n gepaste instrument om die effek van die program op positiewe geestesgesondheid/selfaktualisasie te evalueer.
- * Die instrument is met groot sukses by verskeie studies aangaande selfaktualisasie (vergelyk Phillips et al., 1974; Welch et al., 1987:66-92; en Foulds & Hannigan,

1976b:60) betrek en het selfs die later *verbeterde* Persoonlike Oriëntasiedimensies (POD) oorleef (Hattie, et al., 1984:17-25). Dit word verwag dat die POI meer lig sal kan werp op die afstuderende student se mate van selfaktualisasie en die effek wat verryking daarop sal hê.

3.2.5.4 Verkorte Beck-depressieskaal (BDS)

Die BDS is deur Beck & Beamesderfer (1974:164) saamgestel en gaan van die veronderstelling uit dat die aantal en intensiteit van simptome sal toeneem met die toename van depressiwiteit. Die skaal bied volgens die skrywers 'n akkurate en vinnige siftingstoets met betrekking tot depressie. Alhoewel net Amerikaanse norme beskikbaar is, is die BDS met sukses deur Du Plessis (1982:169) en Henning (1986:105-106) op studentepopulasies toegepas. Die verkorte vorm van die skaal bestaan uit 13 van die 21-item-vorm. Die routellings word as volg geïnterpreteer:

0 tot 3: geen of minimale depressie;

4 tot 7: 'n ligte graad van depressie;

8 tot 15: matige depressie; en

16 en meer: ernstige depressie.

Die telling van 8 of meer is as afsnypunt vir die preseleksie met steekproefneming gekies (vergelyk Bylaag E1 vir resultate), omdat die risiko vir uitvalle met verloop van die program hierdeur beperk kan word, en die persone die vloei van die verrykingsprogram mag strem. Die twee persone wat op grond van die BDS uitgeval het, is die geleentheid tot individuele Gestaltterapie gebied.

Geldigheids- en betroubaarheidsondersoeke na die BDS lewer geskikte resultate op. Beduidende korrelasies van 0.57 en 0.58 is tussen die standaard- en verkorte vorm van die Beckskaal en die Zung-depressieskaal verkry (Reynolds & Gould, 1981:306). Die korrelering van die standaardskaal met die verkorte weergawe gee

geldigheidskoëffisiënte van 0.96 (Beck & Beamesderfer, 1974:164) en 0.93 (Reynolds & Gould, 1981:306). 'n Faktorontleding van die verkorte skaal identifiseer drie faktore wat 52% van die variansie verklaar, naamlik:

- * negatiewe affek met betrekking tot die self;
- * prestasieprobleme; en
- * algemene ongelukkigheid (Reynolds & Gould, 1981:307).

Die eerste en enigste ondersoek na die interne konstantheid van die BDS is deur Reynolds & Gould (1981:306) uitgevoer en toon 'n betroubaarheidskoëffisiënt van 0.83 vir die verkorte weergawe, wat die skaal volgens Du Plessis (1982:169) 'n besonder geskikte instrument vir navorsingsdoeleindes maak.

3.2.6 Statistiese prosedures

Die kernvraag met die empiriese ondersoek is of die eksperimentele, besprekings- en kontrolegroep statisties-beduidend ten opsigte van die afhanklike veranderlikes na die inwerking van die onafhanklike veranderlikes verskil.

3.2.6.1 Hipoteseformulering

Na aanleiding van die navorsingsvraag wat ondersoek word, word die volgende hipoteses met betrekking tot die *natoetsgegevens* gestel.

Nul-hipotese (H_0): Diegene wat Gestalt-verryking ondergaan het en aan die besprekings deelgeneem het sowel as diegene wat aan geen intervensie blootgestel is nie, toon geen verskille in die gemiddeldes van (a) die voor- en natoetse binne die groepe nie en (b) tussen die groepe in terme van die afhanklike veranderlikes nie.

Alternatiewe hipotese 1: Die Gestalt-verrykingsgroep (*eksperimentele groep*) sal na die toepassing van die intervensie statisties-beduidend meer *onafhanklikheid* van

oordeel (POS) toon, sowel as meer *onafhanklikheid van oordeel* as die besprekings- en kontrolegroep toon.

Alternatiewe hipotese 2: Die Gestalt-verrykingsgroep sal na die toepassing van die intervensie statisties-beduidend meer *morele onbevangenheid (POS)* toon, sowel as meer *moreel onbevange* as die besprekings- en kontrolegroep wees.

Alternatiewe hipotese 3: Die Gestalt-verrykingsgroep sal na die toepassing van die intervensie statisties-beduidend meer *avontuurlus (POS)* toon, sowel as meer *avontuurlus* as die besprekings- en kontrolegroep openbaar.

Alternatiewe hipotese 4: Die Gestalt-verrykingsgroep sal na die toepassing van die intervensie statisties-beduidend hoër *POS-totaaltellings* toon, sowel as hoër *POS-totaaltellings* as die besprekings- en kontrolegroep behaal.

Alternatiewe hipotese 5: Die Gestalt-verrykingsgroep sal na die toepassing van die intervensie statisties-beduidend hoër *PIL-tellings* toon, sowel as hoër *PIL-tellings* as die besprekings- en kontrolegroep behaal.

Alternatiewe hipotese 6: Die Gestalt-verrykingsgroep sal na die toepassing van die intervensie statisties-beduidend meer *hede-georiënteerdheid (POI)* toon, sowel as meer *hede-georiënteerd* as die besprekings- en kontrolegroep wees.

Alternatiewe hipotese 7: Die Gestalt-verrykingsgroep sal na die toepassing van die intervensie statisties-beduidend meer *innerlik gerigtheid in reaksie-oriëntasie (POI)* toon, sowel as meer *innerlik gerig in reaksie-oriëntasie* as die besprekings- en kontrolegroep wees.

Alternatiewe hipotese 8: Die Gestalt-verrykingsgroep sal na die toepassing van die

intervensie statisties-beduidend meer *selfaktualiserende waardes (POI)* toon, sowel as meer *selfaktualiserende waardes* as die besprekings- en kontrolegroep bevestig.

Alternatiewe hipotese 9: Die Gestalt-verrykingsgroep sal na die toepassing van die intervensie 'n statisties-beduidend meer *eksistensiële georiënteerdheid (POI)* toon, sowel as meer *eksistensiël georiënteerd* as die besprekings- en kontrolegroep wees.

Alternatiewe hipotese 10: Die Gestalt-verrykingsgroep sal na die toepassing van die intervensie statisties-beduidend meer *emosionele sensitiwiteit (POI)* toon, sowel as meer *emosioneel sensitief* as die besprekings- en kontrolegroep wees.

Alternatiewe hipotese 11: Die Gestalt-verrykingsgroep sal na die toepassing van die intervensie statisties-beduidend meer *spontaneïteit (POI)* toon, sowel as meer *spontaneïteit* as die besprekings- en kontrolegroep openbaar.

Alternatiewe hipotese 12: Die Gestalt-verrykingsgroep sal na die toepassing van die intervensie statisties-beduidend meer *selfagting (POI)* toon, sowel as meer *selfagting* as die besprekings- en kontrolegroep openbaar.

Alternatiewe hipotese 13: Die Gestalt-verrykingsgroep sal na die toepassing van die intervensie statisties-beduidend meer *selfaanvaarding (POI)* toon, sowel as meer *selfaanvaardend* as die besprekings- en kontrolegroep wees.

Alternatiewe hipotese 14: Die Gestalt-verrykingsgroep sal na die toepassing van die intervensie 'n statisties-beduidend meer *konstruktiewe mensbeskouing (POI)* toon, sowel as 'n meer *konstruktiewe mensbeskouing* as die besprekings- en kontrolegroep hê.

Alternatiewe hipotese 15: Die Gestalt-verrykingsgroep sal na die toepassing van die

intervensie statisties-beduidend meer sinergie (*POI*) toon, sowel as meer *sinergie* as die besprekings- en kontrolegroep openbaar.

Alternatiewe hipotese 16: Die Gestalt-verrykingsgroep sal na die toepassing van die intervensie statisties-beduidend meer *eie aggressie (POI)* aanvaar, sowel as meer *eie aggressie* as die besprekings- en kontrolegroep aanvaar.

Alternatiewe hipotese 17: Die Gestalt-verrykingsgroep sal na die toepassing van die intervensie statisties-beduidend meer *kapasiteit vir intieme verhoudings (POI)* toon, sowel as meer *kapasiteit vir intieme verhoudings* as die besprekings- en kontrolegroep openbaar.

Alternatiewe hipotese 18: Die Gestalt-verrykingsgroep sal na die toepassing van die intervensie statisties-beduidend hoër *POI-totaaltellings* toon, sowel as hoër *POI-totaaltellings* as die besprekings- en kontrolegroep behaal.

3.2.6.2 Statistiese tegnieke

Nadat die rou data ingewin is, is dit deur die Statistiese Konsultasiediens van die PU vir CHO verwerk. Daar is gebruik gemaak van die SAS-rekenaarprogrampakket SAS USER'S GUIDE BASICS (SAS Institute, 1982-uitgawe). Omdat 'n relatief klein steekproef vir die doel van die ondersoek gebruik is, is op die nie-parametriese metode as tegniek besluit (Smit, 1983:206-208). Nie-parametriese tegnieke hou die voordeel in dat hulle distribusievry is en voorveronderstel nie aannames ten opsigte van die populasie-parameters nie (Siegel, 1956:126). Met bogenoemde in gedagte is die Wilcoxon-rangtoets vir binne- en tussengroepverskille gebruik. Die Wilcoxon-rangtoets is al suksesvol aangewend as tegniek ten einde beduidendheid van verskille te bepaal vir die evaluering van terapeutiese programme (vergelyk onder andere Du Plessis, 1982).

Die prosedure met die berekening van die Wilcoxon-waardes word verkry deur die gegewens vir elke groep paarsgewys te lys. Hierna word die verskil tussen elke tellingpaar bereken en die absolute waardes aan die verskiltellings toegeken. Die range wat hiermee verkry word, word in groepe verdeel sodat die met positiewe verskille en die met negatiewe verskille bymekaar is. Die som van die verskille word daarna bereken. Die T-waarde is gelyk aan die kleiner som en word vergelyk met die waarde in die gegewe tabel met inagneming van die grootte van die groep en die beduidendheidspeil. Indien die berekende T-waarde kleiner of gelyk is aan die getabuleerde waarde beteken dit dat die waargenome verskille in die range betekenisol verskil. Indien die T-waarde egter groter is, is die waargenome verskille in die range nie statisties-beduidend nie (Du Plessis, 1982:204; vergelyk ook Siegel, 1956:75-83; en Du Toit, 1975:349-350). Vir die doel van die rapportering van die voor- en natoetsgegewens word die T-waarde in terme van die mate van beduidendheid (p -waarde) weergegee.

3.2.6.3 Beduidendheidspeil

Die beduidendheid van verskille word op die 0.05- of 0.01-peil getoets. Die kriterium vir die bepaling van die suksesvolste intervensie word verkry indien die nulhipotese deur nie meer as 50% van die afhanklike veranderlikes verwerp word nie. Indien p kleiner of gelyk aan 0.05 is, sal daar dus 'n beduidende verskil tussen die onderskeie afhanklike en onafhanklike veranderlikes wees. Indien p kleiner of gelyk aan 0.01 is, sal daar dus 'n hoogsbeduidende verskil tussen die onderskeie afhanklike en onafhanklike veranderlikes wees.

Toetsing vir praktiese betekenisvolheid (Cohen, 1977) sal bereken word indien die binne- en tussengroepverskille beduidend is op ten minste die 5%-peil. Daar word van die veronderstelling af uitgegaan dat indien die drie groepe met die voortoetsing ekwivalent is en daar na inwerking van die verrykingsintervensie 'n beduidende

verskil gevind word binne en tussen die groepe, daar 'n verband bestaan tussen die intervensie en die resultate. Soos wat die beduidendheidspeil die sekerheid van die bestaan van die verskil aantoon, dui die praktiese betekenisvolheid hoe sterk hierdie verband is (Du Toit, 1975:141-146).

3.2.7 Samevatting

In hierdie afdeling is die metode van navorsing uiteengesit. 'n Populasie van 299 derdejaarstudente met Psigologie as hoofvak aan die PU vir CHO is volgens spesifieke insluitingskriteria aan 'n eksperimentele groep, 'n besprekingsgroep en 'n kontrolegroep toegedeel en aan 'n voor- en natoetsing (bestaande uit die PIL, POS en POI) onderwerp. Die Wilcoxon-rangtoets is vir die bepaling van die gemiddelde binne- en tussengroepverskille aangewend en die beduidendheidspeil is op 0.05 en 0.01 getoets.

HOOFTUK 4: RESULTATE, BESPREEKING EN GEVOLGTREKKING

4.1 ORIËNTERING

Die resultate wat verkry is, word aan die hand van 'n nie-parametriese statistiese tegniek (vergelyk 3.2.6.2) bespreek en uiteengesit. Die resultate word gerapporteer in terme van 'n rekenkundige gemiddelde ($\bar{X}$) en 'n standaardafwyking (s) van die voor- en natoetsresultate, en die beduidendheid (p -waarde) van binne- en tussengroepverskille (vergelyk die Wilcoxon-rangtoets). Beduidendheid van verskille op die 5%-peil word met een asterisk (*) en beduidendheid groter as die 5%-peil met twee asteriske (**) aangedui. In die bespreking van die resultate word aangedui tot watter mate Gestalt-verryking (in die eksperimentele groep) in vergelyking met die besprekings- en kontrolegroep effektief vir 'n spesifieke afhanklike veranderlike was.

Die resultate word in tabelle 4.1 tot 4.18 gerapporteer. In die horisontale rye van die tabelle verskyn die rekenkundige gemiddeldes, standaardafwykings en die gemiddelde verskil van die onderskeie groepe se voor- en natoetsresultate. In die vertikale kolomme word die binne- en tussengroepverskille in terme van p -waardes gerapporteer. Hieruit (die p -waardes) kan die omvang van die binne- en tussengroepverskille vir beide die voortoetsresultate en die verskil tussen die voor- en natoetsresultate afgelei word. Ten einde die nulhipotese (H_0) te verwerp en die alternatiewe hipoteses te aanvaar, moet 'n p -waarde kleiner as of gelyk aan 0.05 wees. Alle rapportering word gedoen met die eksperimentele groep se $N=7$, die besprekingsgroep se $N=9$ en die kontrolegroep se $N=9$.

4.2 STATISTIESE RAPPORTERING EN BESPREKING VAN DIE DATA

4.2.1 Vergelykbaarheid van die groepe

Beduidendheid van verskille is op die voortoetsdata uitgevoer, aangesien daar ongeag

die ewekansige groeptoewysing, nie sonder meer vanweë die beperkte steekproefgroottes aanvaar kan word dat die drie groepe homogeen is nie.

Die resultate (vergelyk Tabel 4.1. tot 4.18) toon dat geen beduidende tussengroepverskille met die voortoetsing voorkom nie. Daar is wel 'n neiging op die POI se Innerlike Ondersteuningsubskaal te bespeur tussen die besprekings- en kontrolegroep waar $p = 0.07$ is. Nieteenstaande hierdie neiging, en met die nie-beduidende aard daarvan, kan tot die gevolgtrekking gekom word dat die voortoetsing in geheel geen beduidende verskille opgelewer het nie en dat die ewekansige toewysing van die proefpersone vergelykbare groepe daarstel.

'n Verkenning van die gemiddeldes van die steekproef se voortoetsresultate lewer:

- (a) 'n gemiddelde telling vir al drie die groepe van -0.19 op die *totale persoonlike outonomieskaal* (Tabel 4.4) wat dui op 'n persoon wat gemiddeld ontwikkel het ten opsigte van sy/haar spontane buigsaamheid, oorspronklikheid en die vermoë om alternatiewe hulpbronne beskikbaar te stel;
- (b) 'n gemiddelde *PIL*-telling van 115.34 (vir al drie groepe, Tabel 4.5) wat spreek van 'n besliste belewenis van lewensin; en
- (c) 'n gemiddelde telling van 145.92 vir al drie groepe op die *totale persoonlike oriëntasieskaal* (Tabel 4.18) weerspieël dat die proefpersone 'n hoë mate van hede-georiënteerdheid openbaar en dat hulle reaksie-oriëntasie baie meer innerlik as na ander mense gerig is.

Die voortoetsresultate toon dus dat 'n algemeen goed-funksionerende groep afstuderende studente vir die ondersoek toegewys is wat 'n hoë eis aan die Gestalt-verrykingsprogram stel om verryking en groei te bevorder.

4.2.2 Die Persoonlike outonomieskaal (POS)

4.2.2.1 Onafhanklikheid van oordeel (POS)

Tabel 4.1: *Tellings ten opsigte van onafhanklikheid van oordeel (POS) soos deur die eksperimentele, besprekings- en kontrolegroep behaal.*

GROEP	VOORTOETSING		NATOETSING		VERSKIL	p-waarde (binne-groep)
	$\bar{X}$	s	$\bar{X}$	s		
Eksperimentele	-0.32	0.08	-0.31	0.23	0.01	<u>1.00</u>
Besprekings-	-0.30	0.18	-0.33	0.22	-0.03	
p-waarde (tussen groepe)	<u>0.87</u>		<u>0.87</u>			
Eksperimentele	-0.32	0.08	-0.31	0.23	0.01	
Kontrole-	-0.32	0.13	-0.22	0.26	0.10	<u>0.08</u>
p-waarde (tussen groepe)	<u>0.72</u>		<u>0.50</u>			
Besprekings-	-0.30	0.18	-0.33	0.22	-0.03	<u>0.62</u>
Kontrole-	-0.32	0.13	-0.22	0.26	0.10	
p-waarde (tussen groepe)	<u>0.83</u>		<u>0.37</u>			

Verkenning van Tabel 4.1 toon dat die vergelyking van die verskil van die gemiddeldes van die voor- en natoetsresultate 'n p-waarde van 1.00 vir die eksperimentele groep, 0.08 vir die kontrolegroep en 0.62 vir die besprekingsgroep opgelewer het. Hieruit kan afgelei word dat die eksperimentele groep na die inwerking van die verrykingsprogram geen beduidende vordering gemaak het ten opsigte van onafhanklikheid van oordeel soos deur die POS gemeet nie, omdat die p-waardes buite die afsnypunt van 0.05 val. Die rekenkundige gemiddeldes toon aan dat die natoetstellings vir beide die eksperimentele (-0.31) en kontrolegroep (-0.22) hoër was as die voortoetstellings (verskiltellings van 0.01 en 0.10 respektiewelik). Die kontrolegroep het die grootste wins (0.10, alhoewel nie-beduidend) gemaak, terwyl die besprekingsintervensie (met 'n verskiltelling van -0.03) vordering op onafhanklikheid van oordeel in 'n mate gestrem het.

Die p-waarde van 0.87 tussen die eksperimentele en besprekingsgroep, 0.50 tussen die kontrole- en eksperimentele groep en 0.37 tussen die kontrole- en besprekingsgroep het nie die 5%-peil behaal nie en toon dus geen beduidende tussengroepverskille aan nie. Die Gestalt-verrykingsgroep was dus na die intervensie nie-beduidend meer onkonvensioneel, individualisties en ambisieus (onafhanklik in oordeel) nie en is die gevolgtrekking dat die *alternatiewe hipotese 1* verwerp word en die *nulhipotese* aanvaar word.

4.2.2.2 Morele onbevangeheid (POS)

Tabel 4.2: Tellings ten opsigte van morele onbevangeheid (POS) soos deur die eksperimentele, besprekings- en kontrolegroep behaal.

GROEP	VOORTOETSING		NATOETSING		VERSKIL	p-waarde (binne-groep)
	X	s	X	s		
Eksperimentele	-0.47	0.19	-0.53	0.15	-0.06	<u>0.29</u>
Besprekings-	-0.32	0.16	-0.31	0.25	0.01	
p-waarde (tussen groepe)	<u>0.52</u>		<u>0.05*</u>			
Eksperimentele	-0.47	0.19	-0.53	0.15	-0.06	
Kontrole-	-0.39	0.26	-0.31	0.20	0.08	<u>0.81</u>
p-waarde (tussen groepe)	<u>0.13</u>		<u>0.02**</u>			
Besprekings-	-0.32	0.16	-0.31	0.25	0.01	<u>0.44</u>
Kontrole-	-0.39	0.26	-0.31	0.20	0.08	
p-waarde (tussen groepe)	<u>0.50</u>		<u>0.96</u>			

Tabel 4.2 toon dat die vergelyking van die verskil tussen die gemiddeldes van voor- en natoetsresultate 'n p-waarde van 0.29 vir die eksperimentele groep, 0.81 vir die kontrolegroep en 0.44 vir die besprekingsgroep lewer. Die resultate toon aan dat die eksperimentele groep na die verrykingsprogram konvensioneel-morele houdinge minder bevraagteken het (verskiltelling van -0.06) as voor die verrykingsprogram (vergelyk par. 3.2.5.1). Die besprekingsgroep het feitlik geen verandering getoon nie, maar die kontrolegroep wat geen intervensie ondergaan het nie, het inderwaarheid na verloop van 'n periode van tien weke 'n neiging tot 'n sterker bevraagtekening van konvensioneel-morele houdinge (met 'n verskiltelling van 0.08) getoon. Die beduidende verskille tussen die besprekings- en eksperimentele groep (0.05) en tussen die kontrole- en eksperimentele groep (0.02) se natoetstellings kan primêr aan die negatiewe houdingsverandering (-0.06) van die eksperimentele groep toegeskryf word. Omdat die natoetstellings van die Gestalt-verrykingsgroep op minder morele onbevangeheid dui word die *alternatiewe hipotese 2* verwerp en die *nulhipotese* aanvaar.

4.2.2.3 Avontuurlustigheid (POS)

Tabel 4.3: *Tellings ten opsigte van avontuurlustigheid (POS) soos deur die eksperimentele, besprekings- en kontrolegroep behaal.*

GROEP	VOORTOETSING		NATOETSING		VERSKIL	p-waarde (binne-groep)
	$\bar{X}$	s	$\bar{X}$	s		
Eksperimentele	0.21	0.34	0.37	0.24	0.16	<u>0.20</u>
Besprekings-	0.23	0.36	0.29	0.42	0.06	
p-waarde (tussen groepe)	<u>0.85</u>		<u>0.67</u>			
Eksperimentele	0.21	0.34	0.37	0.24	0.16	
Kontrole-	0.25	0.46	0.30	0.38	0.05	<u>0.08</u>
p-waarde (tussen groepe)	<u>0.92</u>		<u>0.67</u>			
Besprekings-	0.23	0.36	0.29	0.42	0.06	<u>0.51</u>
Kontrole-	0.25	0.46	0.30	0.38	0.05	
p-waarde (tussen groepe)	<u>0.92</u>		<u>0.97</u>			

Die vergelyking van die verskil van die gemiddeldes van die voor- en natoetsresultate in Tabel 4.3 toon 'n p-waarde van 0.20 vir die eksperimentele groep, 0.08 vir die kontrolegroep en 0.51 vir die besprekingsgroep. Omdat hierdie waardes nie voldoen aan die 0.05 afsnypunt nie, kan die afleiding nie gemaak word dat die verrykingsprogram beduidende vordering ten opsigte van die veranderlike avontuurlustigheid, soos deur die POS gemeet, gemaak het nie. 'n Verkenning van die rekenkundige gemiddeldes toon aan dat die natoetstellings vir al drie groepe hoër was as die voortoetstellings, maar dat die eksperimentele groep na inwerking van die Gestalt-verrykingsprogram meer selfvertroue, innovasie en betrokkenheid tot die lewe getoon het (vergelyk par. 3.2.5.1). Die vordering was egter nie statisties-beduidend nie.

Die statisties nie-beduidende verskille tussen die eksperimentele en besprekingsgroep (0.67), die eksperimentele en kontrolegroep (0.67) en die besprekings- en kontrolegroep (0.97) se natoetstellings lei verder daartoe dat geen voldoende afleidings

gemaak kan word dat die verrykingsprogram moontlik verantwoordelik was vir die gerapporteerde vordering van die eksperimentele groep (0.16) nie. Die uiters geringe vordering wat deur die rekenkundige gemiddeldes van die besprekings- en kontrolegroep weerspieël word, kan hoogstens 'n vermoede versterk dat die verrykingsprogram die grootste bydrae gelewer het. In geheel beoordeel, moet die *alternatiewe hipotese 3* egter verwerp word en die *nulhipotese* aanvaar word.

4.2.2.4 Totale persoonlike outonomie (POS)

Tabel 4.4: *Tellings ten opsigte van die totale persoonlike outonomie (POS) soos deur die eksperimentele, besprekings- en kontrolegroep behaal.*

GROEP	VOORTOETSING		NATOETSING		VERSKIL	p-waarde (binne-groep)
	$\bar{X}$	s	$\bar{X}$	s		
Eksperimentele	-0.21	0.16	-0.19	0.13	0.02	<u>0.83</u>
Besprekings-	-0.17	0.10	-0.15	0.24	0.02	
p-waarde (tussen groepe)	<u>0.80</u>		<u>0.72</u>			
Eksperimentele	-0.21	0.16	-0.19	0.13	0.02	
Kontrole-	-0.18	0.20	-0.11	0.11	0.07	<u>0.07</u>
p-waarde (tussen groepe)	<u>0.66</u>		<u>0.21</u>			
Besprekings-	-0.17	0.10	-0.15	0.24	0.02	<u>0.64</u>
Kontrole-	-0.18	0.20	-0.11	0.11	0.07	
p-waarde (tussen groepe)	<u>0.92</u>		<u>0.60</u>			

Verkenning van Tabel 4.4 toon 'n p-waarde van 0.83 vir die eksperimentele groep, 0.07 vir die kontrolegroep en 0.64 vir die besprekingsgroep en voldoen nie aan die verwagte 5%-peil nie. Die rekenkundige gemiddeldes toon verder dat die natoetstellings vir al drie groepe hoër was as die voortoetstellings. Alhoewel die kontrolegroep die meeste vordering getoon het (0.07) ten opsigte van spontane buigsaamheid, oorspronklikheid en die beskikbaarheid van alternatiewe bronne is die vordering uiters gering in vergelyking met die eksperimentele (0.02) en besprekingsgroep (0.02). Net so lewer die tussengroepverskille nie-beduidende p-waardes van 0.72 vir die eksperimentele en besprekingsgroep, 0.21 vir die kontrole- en eksperimentele groep en 0.60 vir die kontrole- en besprekingsgroep op. Die afleiding kan dus gemaak word dat die verrykingsprogram nie soos wat verwag is, beduidende vordering op die totale persoonlike outonomieskaal behaal het nie en al drie groepe 'n lae tot gemiddelde behoefte aan outonomie en onafhanklikheid toon (vergelyk par. 3.2.5.1). Die *alternatiewe hipotese 4* word dus verwerp en die *nulhipotese* gehandhaaf.

4.2.3 Sinvolheidskaal (PIL)

Tabel 4.5: Tellings ten opsigte van die sinvolheidskaal (PIL) soos deur die eksperimentele, besprekings- en kontrolegroep behaal.

GROEP	VOORTOETSING		NATOETSING		VERSKIL	p-waarde (binne-groep)
	$\bar{X}$	s	$\bar{X}$	s		
Eksperimentele	119.14	8.15	124.86	8.01	5.72	<u>0.08</u>
Besprekings-	115.44	9.75	116.22	9.22	0.78	
p-waarde (tussen groepe)	<u>1.00</u>		<u>0.07</u>			
Eksperimentele	119.14	8.15	124.86	8.01	5.72	
Kontrole-	111.44	9.46	116.56	10.28	5.12	<u>0.72</u>
p-waarde (tussen groepe)	<u>0.42</u>		<u>0.09</u>			
Besprekings-	115.44	9.75	116.22	9.22	0.78	<u>0.15</u>
Kontrole-	111.44	9.46	116.56	10.28	5.12	
p-waarde (tussen groepe)	<u>0.39</u>		<u>0.94</u>			

Tabel 4.5. toon dat die verskil van die gemiddeldes van die voor- en natoetsresultate 'n p-waarde van 0.08 vir die eksperimentele groep, 0.72 vir die kontrolegroep en 0.15 vir die besprekingsgroep oplewer. Omdat hierdie waardes buite die afsnypunt 0.05 val, moet hieruit afgelei word dat die eksperimentele groep na die inwerking van die verrykingsprogram teen die verwagting in geen beduidende vordering gemaak het wat die veranderlike sinvolheidsbelewing betref nie, soos gemeet deur die PIL. Die rekenkundige gemiddeldes toon aan dat die natoetstellings vir al drie groepe hoër was as die voortoetstellings, en dat die eksperimentele groep (verskiltelling van 5.72) net-net meer vordering (alhoewel nie-beduidend) as die kontrolegroep (verskiltelling van 5.12) na die inwerking van die verrykingsprogram ten opsigte van sinvolheid, lewenstevredenheid, doelwitbereiking, selfvervulling en 'n positiewe lewensbeskouing gemaak het.

Die resultate lewer verder tussengroepverskille van 0.07 tussen die eksperimentele en besprekingsgroep, 0.09 tussen die eksperimentele en die kontrolegroep en 0.94

tussen die kontrole- en besprekingsgroep op waaruit afgelei kan word dat die verrykingsprogram geen of min vordering (van 'n nie-beduidende aard) toon in verhouding met die kontrole- en besprekingsgroep. Die verskiltellings van die eksperimentele en kontrolegroep (respektiewelik 5.72 en 5.12) toon dieselfde mate van verbetering ten opsigte van sinvolheidsbelewing. Met laasgenoemde in gedagte moet daar dus tot die gevolgtrekking gekom word dat beide die verrykings- en die kontrolegroep na verloop van die tien weke periode tussen voor- en natoetsing 'n positiewe, maar nie 'n beduidende verandering in lewensin ervaar het nie. Die vordering wat ook deur die kontrolegroep getoon is, suggereer dat die vordering van die eksperimentele groep nie noodwendig die effek van die verrykingsprogram weerspieël nie. Die *alternatiewe hipotese 5* word dus verwerp en die *nulhipotese* word aanvaar.

4.2.4 Die Persoonlike Oriëntasievraelys (POI)

4.2.4.1 Tydsbevoegdheid (POI)

Tabel 4.6: *Tellings ten opsigte van tydsbevoegdheid (POI) soos deur die eksperimentele, besprekings- en kontrolegroep behaal.*

GROEP	VOORTOETSING		NATOETSING		VERSKIL	p-waarde (binne-groep)
	$\bar{X}$	s	$\bar{X}$	s		
Eksperimentele	21.29	4.54	23.00	0.00	1.71	<u>1.00</u>
Besprekings-	23.00	0.00	23.00	0.00	0.00	
p-waarde (tussen groepe)	<u>0.36</u>		<u>1.00</u>			
Eksperimentele	21.29	4.54	23.00	0.00	1.71	
Kontrole-	23.00	0.00	23.00	0.00	0.00	<u>1.00</u>
p-waarde (tussen groepe)	<u>0.36</u>		<u>1.00</u>			
Besprekings-	23.00	0.00	23.00	0.00	0.00	<u>1.00</u>
Kontrole-	23.00	0.00	23.00	0.00	0.00	
p-waarde (tussen groepe)	<u>1.00</u>		<u>1.00</u>			

Uit 'n vergelyking van die gemiddelde waardes van die voor- en natoetsing in Tabel 4.6 is dit opvallend dat slegs die eksperimentele groep ten opsigte van die subtoets Tydsbevoegdheid hoër natoetstellings toon. Daar was egter geen beduidende verskille nie. Die besprekings- en kontrolegroep het identiese voor- en natoetstellings behaal (23.00). Die *alternatiewe hipotese 6* word dus verwerp en die *nulhipotese* aanvaar.

4.2.4.2 Innerlike ondersteuning (POI)

Tabel 4.7: *Tellings ten opsigte van innerlike ondersteuning (POI) soos deur die eksperimentele, besprekings- en kontrolegroep behaal.*

GROEP	VOORTOETSING		NATOETSING		VERSKIL	p-waarde (binne-groep)
	$\bar{X}$	s	$\bar{X}$	s		
Eksperimentele	119.57	17.46	126.29	0.76	6.72	<u>0.58</u>
Besprekings-	126.11	0.93	126.44	0.53	0.33	
p-waarde (tussen groepe)	<u>0.44</u>		<u>0.65</u>			
Eksperimentele	119.57	17.46	126.29	0.76	6.72	<u>0.05*</u>
Kontrole-	125.00	1.41	126.78	0.44	1.78	
p-waarde (tussen groepe)	<u>0.36</u>		<u>0.16</u>			
Besprekings-	126.11	0.93	126.44	0.53	0.33	<u>0.05*</u>
Kontrole-	125.00	1.41	126.78	0.44	1.78	
p-waarde (tussen groepe)	<u>0.07</u>		<u>0.17</u>			

Verkenning van Tabel 4.7 toon 'n p-waarde van 0.58 vir die eksperimentele groep, 0.05 (beduidend) vir die kontrolegroep en 0.05 (beduidend) vir die besprekingsgroep. Alhoewel die binnegroepverskille van die besprekings- en kontrolegroep aan die 5 %-peil-norm voldoen, toon die natoetsresultate 'n vordering vir die eksperimentele groep (6.72) wat heelwat groter is as dié van die besprekings- (0.33) en die kontrolegroep (1.78). 'n Moontlike verklaring hiervoor is die groot verandering in die standaardafwyking van die eksperimentele groep tussen die voor-en natoetsing (van 17.46 na 0.76 met $N=7$) te vind. 'n Analise van die individuele tellings van die eksperimentele groep toon dat een groeplid se voortoetstelling 40 punte swakker was as die gemiddelde van die res van die groep, terwyl dieselfde groeplid se natoetstelling gelyk was aan die gemiddelde van die res van die groep se natoestellings. 'n Drastiese verandering (van 80 na 127 op die innerlike ondersteuningsubskaal) het dus by hierdie persoon plaasgevind wat ook deur waarneming van die persoon se gedrag ten opsigte van innerlike beheer met verloop van die verrykingsgroep bevestig is.

Die gebrek aan beduidende verskille tussen die eksperimentele en kontrolegroep (0.16) en tussen die kontrole- en besprekingsgroep (0.17), sowel as tussen die eksperimentele en besprekingsgroep (0.65) bevestig die vermoede dat die nie-beduidende binnegroepverskil vir die eksperimentele groep nie noodwendig aan die verrykingsintervensie toe te skryf is nie, maar deur ander faktore soos die standaardafwyking negatief beïnvloed is. Dit is opvallend dat die gemiddelde natoetstellings van die drie groepe almal bo 126 is wat 'n hoë vlak van innerlike lokus van beheer by die deelnemers aan die ondersoek weerspieël. Alhoewel die kontrole- en besprekingsgroep beduidend vordering getoon het met die natoetsing dui die eksperimentele groep op 'n groter gemiddelde vordering (6.72), maar is die verbetering nie-beduidend nie en moet die *alternatiewe hipotese 7* verwerp en die *nulhipotese* dus aanvaar word.

4.2.4.3 Selfaktualiserende waarde (POI)

Tabel 4.8: *Tellings ten opsigte van selfaktualiserende waarde (POI) soos deur die eksperimentele, besprekings- en kontrolegroep behaal.*

GROEP	VOORTOETSING		NATOETSING		VERSKIL	p-waarde (binne-groep)
	$\bar{X}$	s	$\bar{X}$	s		
Eksperimentele	19.14	2.79	21.14	1.46	2.00	<u>0.30</u>
Besprekings-	19.44	2.30	19.44	2.07	0.00	
p-waarde (tussen groepe)	<u>0.38</u>		<u>0.08</u>			
Eksperimentele	19.14	2.79	21.14	1.46	2.00	<u>0.93</u>
Kontrole-	17.78	3.19	19.44	2.79	1.66	
p-waarde (tussen groepe)	<u>0.82</u>		<u>0.14</u>			
Besprekings-	19.44	2.30	19.44	2.07	0.00	<u>0.17</u>
Kontrole-	17.78	3.19	19.44	2.79	1.66	
p-waarde (tussen groepe)	<u>0.22</u>		<u>1.00</u>			

Tabel 4.8 toon 'n p-waarde van 0.30 vir die eksperimentele groep, 0.93 vir die kontrolegroep en 0.17 vir die besprekingsgroep. Omdat hierdie waardes nie aan die vereiste 0.05 afsnypunt voldoen nie, moet hieruit afgelei word dat die eksperimentele groep na die inwerking van die verrykingsprogram geen beduidende vordering gemaak het ten opsigte van selfaktualiserende waarde, soos deur die POI gemeet, nie. Die rekenkundige gemiddeldes toon dat die natoetstelling van die eksperimentele (verskiltelling van 2.00) en kontrolegroep (verskiltelling van 1.66) in 'n mate hoër is (nie-beduidend) as die voortoetstellings. Dié verskil is egter so gering dat geen afleidings ten opsigte van die bevestiging van die groepe se primêre waardes (vergelyk p.70) gemaak kan word nie. Die resultate lewer verder p-waardes van 0.08 tussen die eksperimentele en besprekingsgroep, 0.14 tussen die eksperimentele en kontrolegroep en 1.00 tussen die kontrole- en besprekingsgroep wat ook nie-beduidend is en word die *alternatiewe hipotese* 8 dus verwerp en die *nulhipotese* aanvaar.

4.2.4.4 Eksistensialiteit (POI)

Tabel 4.9: Tellings ten opsigte van eksistensialiteit (POI) soos deur die eksperimentele, besprekings- en kontrolegroep behaal.

GROEP	VOORTOETSING		NATOETSING		VERSKIL	p-waarde (binne-groep)
	$\bar{X}$	s	$\bar{X}$	s		
Eksperimentele	15.71	3.99	18.71	2.98	3.00	<u>0.14</u>
Besprekings-	18.22	2.17	18.22	2.28	0.00	
p-waarde (tussen groepe)	<u>0.93</u>		<u>0.72</u>			
Eksperimentele	15.71	3.99	18.71	2.98	3.00	
Kontrole-	15.89	3.37	20.22	3.60	4.33	<u>0.09</u>
p-waarde (tussen groepe)	<u>0.17</u>		<u>0.38</u>			
Besprekings-	18.22	2.17	18.22	2.28	0.00	<u>0.12</u>
Kontrole-	15.89	3.37	20.22	3.60	4.33	
p-waarde (tussen groepe)	<u>0.10</u>		<u>0.18</u>			

Tabel 4.9 toon 'n p-waarde van 0.14 vir die eksperimentele, 0.09 vir die kontrolegroep en 0.12 vir die besprekingsgroep. Geeneen van die waardes voldoen aan die vereiste 0.05 afsnypunt nie. Die rekenkundige gemiddeldes toon aan dat die natoetstellings van die eksperimentele groep (verskiltelling van 3.00) en kontrolegroep (verskiltelling van 4.33) hoër is as die voortoetstellings. Die besprekingsgroep se voor- en natoetstellings (18.22) is dieselfde. Die kontrolegroep toon dus na'n verloop van tien weke en sonder enige spesifieke ingreep die grootste vordering ten opsigte van hulle vermoë om in ooreenstemming met die eise van 'n situasie en met die buigsame handhawing van beginsels op te tree (vergelyk p.70). 'n Verdere verkenning van die resultate lewer geen bewys van beduidende tussengroepverskille nie (0.72 vir die eksperimentele en besprekingsgroep, 0.38 vir die kontrole- en eksperimentele groep en 0.18 vir die kontrole- en besprekingsgroep). Die *alternatiewe hipotese 9* word dus verwerp en die *nulhipotese* word aanvaar.

4.2.4.5 Gevoelsreaksie (POI)

Tabel 4.10: Tellings ten opsigte van gevoelsreaksie (POI) soos deur die eksperimentele, besprekings- en kontrolegroep behaal.

GROEP	VOORTOETSING		NATOETSING		VERSKIL	p-waarde (binne-groep)
	$\bar{X}$	s	$\bar{X}$	s		
Eksperimentele	15.57	3.31	17.43	2.07	1.86	<u>0.21</u>
Besprekings-	15.67	2.45	14.00	2.83	-1.67	
p-waarde (tussen groepe)	<u>0.25</u>		<u>0.01</u> **			
Eksperimentele	15.57	3.31	17.43	2.07	1.86	<u>1.00</u>
Kontrole-	15.56	3.32	16.00	1.73	0.44	
p-waarde (tussen groepe)	<u>0.95</u>		<u>0.17</u>			
Besprekings-	15.67	2.45	14.00	2.83	-1.67	<u>0.67</u>
Kontrole-	15.56	3.32	16.00	1.73	0.44	
p-waarde (tussen groepe)	<u>0.15</u>		<u>0.09</u>			

Die vergelyking van die verskil van die gemiddeldes van die voor- en natoetsresultate het in Tabel 4.10 'n p-waarde van 0.21 vir die eksperimentele groep, 1.00 vir die kontrolegroep en 0.67 vir die besprekingsgroep opgelewer. Die nie-beduidendheid van hierdie p-waardes beteken dat daar geen beduidende effek binne die eksperimentele groep waarneembaar is na die toepassing van die verrykingsintervensie ten opsigte van die subskaal Gevoelsreaksie soos deur die POI gemeet nie. Die rekenkundige gemiddeldes toon 'n laer gemiddelde natoetstelling vir die besprekingsgroep (verskiltelling van -1.67). Die kontrolegroep se natoetstelling (verskiltelling van 0.44) het in 'n mate verbeter, terwyl die standaardafwyking (van 3.32 na 1.73) verklein het wat beteken dat persone in die kontrolegroep nader na mekaar beweeg het wat die gemiddelde gevoelsreaksietelling betref. Die resultate van die eksperimentele groep toon die meeste vordering (verskiltelling van 1.86) ten opsigte van die aanvaarding en uitdrukking van gevoelens wat verwag is, omdat die bewuswording en ervaring van gevoelens 'n sentrale komponent van die verrykingsprogram was.

Die **p**-waarde van **0.01** (beduidend) tussen die eksperimentele en besprekingsgroep, **0.17** tussen die eksperimentele en kontrolegroep en **0.09** tussen die kontrole- en besprekingsgroep toon dat die verrykingsprogram beduidend beter as die besprekingsgroep op die 1 % peil gevaar het. Hierdie resultaat moet egter met begrip van die volgende twee aspekte geïnterpreteer word:

- * Eerstens is daar geen beduidende verskille tussen die voor- en natoetstellings ten opsigte van die veranderlike gevoelsreaksie vir al drie groepe aangetoon nie wat die vraag laat ontstaan of daar nie-programspesifieke faktore is wat vir die tussengroepverskil tussen die eksperimentele en besprekingsgroep verantwoordelik is nie.
- * Tweedens wys 'n nadere verkenning van die resultate daarop dat die eksperimentele groep en die besprekingsgroep in teenoorgestelde rigtings (respektiewelik met verskiltellings van 1.86 en -1.67) beweeg het wat beteken dat die eksperimentele groep neig om hulle gevoelens makliker te eien, terwyl die besprekingsgroep neig om hulle gevoelens meer te internaliseer.

Ten spyte van hierdie tendense is die spesifieke effek wat nie-eksperimentele faktore op die kontrolegroep uitgeoefen het nie verantwoord deur bogenoemde resultate nie (en was daar ook 'n gering mate van vordering ten opsigte van gevoelsreaksie binne die kontrolegroep). Omdat die verrykingsprogram nie 'n beduidende effek op die eksperimentele groep uitgeoefen het nie, word die *alternatiewe hipotese 10* verwerp en die *nulhipotese* dus aanvaar.

4.2.4.6 Spontaneïteit (POI)

Tabel 4.11: Tellings ten opsigte van spontaneïteit (POI) soos deur die eksperimentele, besprekings- en kontrolegroep behaal.

GROEP	VOORTOETSING		NATOETSING		VERSKIL	p-waarde (binne-groep)
	X	s	X	s		
Eksperimentele	12.00	1.15	13.71	1.25	1.71	<u>0.03**</u>
Besprekings-	12.11	2.71	12.44	2.96	0.33	
p-waarde (tussen groepe)	<u>0.20</u>		<u>0.27</u>			
Eksperimentele	12.00	1.15	13.71	1.25	1.71	<u>0.33</u>
Kontrole-	10.44	3.13	12.67	1.94	2.23	
p-waarde (tussen groepe)	<u>0.91</u>		<u>0.21</u>			
Besprekings-	12.11	2.71	12.44	2.96	0.33	<u>0.37</u>
Kontrole-	10.44	3.13	12.67	1.94	2.23	
p-waarde (tussen groepe)	<u>0.25</u>		<u>0.85</u>			

Tabel 4.11 toon 'n p-waarde van **0.03** (beduidend) vir die eksperimentele groep, 0.33 vir die kontrolegroep en 0.37 vir die besprekingsgroep. Die binnegroepverskil van die eksperimentele groep voldoen aan die verwagte 0.05 afsnypunt en daar kan dus afgelei word dat die verrykingsprogram beduidende vordering ten opsigte van die subskaal Spontaneïteit, soos deur die POI gemeet, gemaak het. Die rekenkundige gemiddeldes toon dat die natoetstellings van al drie groepe hoër was as die voortoetstellings van die eksperimentele groep met 'n verskiltelling van 1.71, die kontrolegroep met 'n verskiltelling van 2.23 en die besprekingsgroep met 'n verskiltelling van 0.33. Ten spyte van die nie-beduidende natoetstelling vir die kontrolegroep het daar ook vordering plaasgevind en kan die groeplede net soos die verrykingsgroep beskryf word met 'n neiging tot groter vryheid om spontaan op te tree en hulself te wees.

Die p-waardes van 0.27 vir die eksperimentele en besprekingsgroep, 0.21 vir die

kontrole- en eksperimentele groep en 0.85 vir die kontrole- en besprekingsgroep toon geen tussengroepverskille nie wat dit dus nie moontlik maak dat die vordering in die eksperimentele groep primêr aan die verrykingsintervensie toegeskryf kan word nie. Die *alternatiewe hipotese 11* word dus verwerp en die *nulhipotese* word aanvaar.

4.2.4.7 Selfagting (POI)

Tabel 4.12: Tellings ten opsigte van selfagting (POI) soos deur die eksperimentele, besprekings- en kontrolegroep behaal.

GROEP	VOORTOETSING		NATOETSING		VERSKIL	p-waarde (binne-groep)
	$\bar{X}$	s	$\bar{X}$	s		
Eksperimentele	12.57	1.51	13.43	0.98	0.86	<u>0.28</u>
Besprekings-	12.22	2.22	12.78	1.79	0.56	
p-waarde (tussen groepe)	<u>0.46</u>		<u>0.37</u>			
Eksperimentele	12.57	1.51	13.43	0.98	0.86	
Kontrole-	11.89	2.09	12.78	1.20	0.89	<u>0.24</u>
p-waarde (tussen groepe)	<u>0.71</u>		<u>0.25</u>			
Besprekings-	12.22	2.22	12.78	1.79	0.56	<u>0.20</u>
Kontrole-	11.89	2.09	12.78	1.20	0.89	
p-waarde (tussen groepe)	<u>0.75</u>		<u>1.00</u>			

Tabel 4.12 toon dat die verskil van die voor- en natoetsresultate 'n p-waarde van 0.28 vir die eksperimentele groep, 0.24 vir die kontrolegroep en 0.20 vir die besprekingsgroep oplewer. Die rekenkundige gemiddeldes toon 'n geringe en gelykmatige vordering met die natoetstelling van die eksperimentele, kontrole- en besprekingsgroep (0.86, 0.89 en 0.56 respektiewelik). Hierdie positiewe neiging beteken dat die persone hulself in 'n mate herposisioneer het ten opsigte van hul waardes en sterktes.

Die tussengroepverskille toon p-waardes van 0.37 tussen die eksperimentele en besprekingsgroep, 0.25 tussen die kontrole- en eksperimentele groep en 1.00 tussen die kontrole- en besprekingsgroep. Weens 'n gebrek aan 'n beduidende verskil in die natoetsresultate van die eksperimentele groep, word die *alternatiewe hipotese 12* verwerp en die *nulhipotese* dus aanvaar.

4.2.4.8 Selfaanvaarding (POI)

Tabel 4.13: *Tellings ten opsigte van selfaanvaarding (POI) soos deur die eksperimentele, besprekings- en kontrolegroep behaal.*

GROEP	VOORTOETSING		NATOETSING		VERSKIL	p-waarde (binne-groep)
	$\bar{X}$	s	$\bar{X}$	s		
Eksperimentele	11.57	2.44	12.86	1.86	1.29	<u>0.29</u>
Besprekings-	13.56	2.65	15.89	1.54	2.33	
p-waarde (tussen groepe)	<u>0.20</u>		<u>0.01</u> **			
Eksperimentele	11.57	2.44	12.86	1.86	1.29	
Kontrole-	13.33	2.83	14.44	2.79	1.11	<u>0.40</u>
p-waarde (tussen groepe)	<u>0.14</u>		<u>0.20</u>			
Besprekings-	13.56	2.65	15.89	1.54	2.33	<u>0.08</u>
Kontrole-	13.33	2.83	14.44	2.79	1.11	
p-waarde (tussen groepe)	<u>0.87</u>		<u>0.20</u>			

Verkenning van Tabel 4.13 toon dat die vergelyking van die verskil van die gemiddeldes van die voor- en natoetsresultate 'n p-waarde van 0.29 vir die eksperimentele groep, 0.40 vir die kontrolegroep en 0.08 vir die besprekingsgroep vertoon. Die rekenkundige gemiddeldes toon dat die natoetstellings vir al drie groepe hoër is as die voortoetstellings (verskiltellings van 1.29, 1.11 en 2.33 respektiewelik), en dat die besprekingsgroep die grootste vordering (2.33) gemaak het. 'n Realistiese aanvaarding van die deelnemers se self ten spyte van hulle swakhede het in 'n mate plaasgevind.

'n Verskil van 0.01 (beduidend) vir die besprekings- en eksperimentele groep, 0.20 vir die eksperimentele en kontrolegroep en 0.20 vir die besprekings- en kontrolegroep lewer 'n tussengroepverskil op die 1%-peil vir die besprekingsgroep, wat beteken dat die besprekingsgroep na die verloop van tien weke, waartydens agt besprekingsessies bygewoon is, beduidend verskil van die Gestalt-verrykingsgroep.

Die besprekingsgroep se spontane aanspreek van universiteitsverlating en die realiteite daaraan verbonde kon bygedra het tot hierdie vordering in selfaanvaarding. Daarteenoor was die Gestalt-verrykingsgroep veel meer met bewuswording van hulself, sterktes en swakhede gekonfronteer en wil dit voorkom of hulle hulself nie tot op dieselfde vlak as die besprekingsgroep aanvaar het nie. In die geheel beskou, moet *alternatiewe hipotese 13* verwerp word en die *nulhipotese* dus aanvaar word.

4.2.4.9 Mensbeskouing (POI)

Tabel 4.14: Tellings ten opsigte van mensbeskouing (POI) soos deur die eksperimentele, besprekings- en kontrolegroep behaal.

GROEP	VOORTOETSING		NATOETSING		VERSKIL	p-waarde (binne-groep)
	$\bar{X}$	s	$\bar{X}$	s		
Eksperimentele	21.29	4.54	23.00	0.00	1.71	<u>1.00</u>
Besprekings-	23.00	0.00	23.00	0.00	0.00	
p-waarde (tussen groepe)	<u>0.36</u>		<u>1.00</u>			
Eksperimentele	21.29	4.54	23.00	0.00	1.71	
Kontrole-	23.00	0.00	23.00	0.00	0.00	<u>1.00</u>
p-waarde (tussen groepe)	<u>0.36</u>		<u>1.00</u>			
Besprekings-	23.00	0.00	23.00	0.00	0.00	<u>1.00</u>
Kontrole-	23.00	0.00	23.00	0.00	0.00	
p-waarde (tussen groepe)	<u>1.00</u>		<u>1.00</u>			

Tabel 4.14 toon dat die vergelyking van die verskil van die gemiddeldes van die voor- en natoetsresultate 'n p-waarde van 1.00 binne en tussen al drie groepe oplewer. Hierdie waardes dui op geen beduidende verskiltellings binne sowel as tussen die groepe nie. Die rekenkundige gemiddeldes is vir beide die besprekings- en kontrolegroep dieselfde en dit is net die eksperimentele groep wat 'n vordering (verskiltelling van 1.71) in terme van 'n konstruktiewe beskouing aangaande menswees getoon het na die inwerking van die verrykingsprogram. Die gemiddelde voortoetstelling van 23.00 vir die drie groepe word as 'n gesonde vlak van "mensbeskouing" soos deur die POI gemeet, gesien. Die persone in die ondersoek het dus reeds voor die aanvang van die verrykingsprogram oor 'n hoë vlak van mensbeskouing beskik. Omdat daar geen beduidende verskille aangetoon is nie, moet *alternatiewe hipotese 14* verwerp en die *nulhipotese* aanvaar word.

4.2.4.10 Sinergie (POI)

Tabel 4.15: Tellings ten opsigte van sinergie (POI) soos deur die eksperimentele, besprekings- en kontrolegroep behaal.

GROEP	VOORTOETSING		NATOETSING		VERSKIL	p-waarde (binne-groep)
	$\bar{X}$	s	$\bar{X}$	s		
Eksperimentele	6.71	1.25	7.14	0.90	0.43	<u>0.58</u>
Besprekings-	6.89	0.78	6.67	0.70	-0.22	
p-waarde (tussen groepe)	<u>0.26</u>		<u>0.27</u>			
Eksperimentele	6.71	1.25	7.14	0.90	0.43	
Kontrole-	5.89	1.54	7.33	1.00	1.44	<u>0.34</u>
p-waarde (tussen groepe)	<u>0.75</u>		<u>0.70</u>			
Besprekings-	6.89	0.78	6.67	0.70	-0.22	<u>0.17</u>
Kontrole-	5.89	1.54	7.33	1.00	1.44	
p-waarde (tussen groepe)	<u>0.11</u>		<u>0.12</u>			

Uit verkenning van Tabel 4.15 blyk dit dat die vergelyking van die verskil van die gemiddeldes van die voor- en natoetsresultate 'n p-waarde van 0.58 vir die eksperimentele groep, 0.34 vir die kontrole groep en 0.17 vir die besprekingsgroep oplewer. Hieruit kan afgelei word dat die eksperimentele groep na die inwerking van die verrykingsprogram geen beduidende vordering gemaak het ten opsigte van sinergie soos deur die POS gemeet nie, omdat hierdie waardes buite die afsnypunt van 0.05 val. Die rekenkundige gemiddeldes toon aan dat die natoetstellings vir die eksperimentele groep (verskiltelling van 0.43) en kontrolegroep (verskiltelling van 1.44) hoër is as die voortoetstellings. Die nie-beduidendheid van die resultate is nie verwag nie, omdat die Gestalt-verrykingsintervensies en die Gestaltbenadering juis sinergie ten doel stel om outonomieit te bevorder. Dit laat die vraag ontstaan of sinergie wel tot sy reg in die programsamestelling en/of -aanbieding na vore gekom het.

'n Verskil van 0.27 tussen die eksperimentele en besprekingsgroep, 0.70 tussen die kontrole- en eksperimentele groep en 0.12 tussen die kontrole- en besprekingsgroep lewer verder geen beduidende verskille tussen die groepe op nie en daar moet dus tot die gevolgtrekking gekom word dat die *alternatiewe hipotese 15* verwerp word en die *nulhipotese* aanvaar word.

4.2.4.11 Aanvaarding van aggressie (POI)

Tabel 4.16: Tellings ten opsigte van die aanvaarding van aggressie (POI) soos deur die eksperimentele, besprekings- en kontrolegroep behaal.

GROEP	VOORTOETSING		NATOETSING		VERSKIL	p-waarde (binne-groep)
	$\bar{X}$	s	$\bar{X}$	s		
Eksperimentele	15.14	3.58	16.29	2.21	1.15	<u>0.53</u>
Besprekings-	15.11	2.52	16.11	2.62	1.00	
p-waarde (tussen groepe)	<u>0.97</u>		<u>0.89</u>			
Eksperimentele	15.14	3.58	16.29	2.21	1.15	<u>0.12</u>
Kontrole-	15.22	3.73	16.44	1.51	1.22	
p-waarde (tussen groepe)	<u>0.99</u>		<u>0.87</u>			
Besprekings-	15.11	2.52	16.11	2.62	1.00	<u>0.94</u>
Kontrole-	15.22	3.73	16.44	1.51	1.22	
p-waarde (tussen groepe)	<u>0.94</u>		<u>0.75</u>			

Tabel 4.16 toon 'n p-waarde van 0.53 vir die eksperimentele groep, 0.12 vir die kontrolegroep en 0.94 vir die besprekingsgroep. Hierdie p-waardes val buite die afsnypunt van 0.05 en kan daar dus afgelei word dat die verrykingsprogram nie soos wat verwag is beduidende vordering op die veranderlike aanvaarding van aggressie, soos deur die POI gemeet, gemaak het nie. Die rekenkundige gemiddeldes toon ook dat die natoetstellings vir die eksperimentele, kontrole- en besprekingsgroep hoër is as die voortoetstellings (verskiltellings van 1.15, 1.22 en 1.00 respektiewelik). Die gemiddelde natoetstellings van die eksperimentele, kontrole- en besprekingsgroep is na aanmekaar (16.29, 16.44 en 16.11 respektiewelik) en spreek van die deelnemers se vermoë om eie natuurlike aggressie te aanvaar, in teenstelling met die verdringing daarvan. Die tussengroepverskille toon p-waardes van 0.89 vir die eksperimentele en besprekingsgroep, 0.87 vir die kontrole- en eksperimentele groep en 0.75 vir die kontrole- en besprekingsgroep en dui daarop dat daar ook geen beduidende verskille tussen die groepe is wat aanvaarding van aggressie betref nie. Die *alternatiewe hipotese 16* word verwerp en die *nulhipotese* word dus gehandhaaf.

4.2.4.12 Intieme kontak (POI)

Tabel 4.17: Tellings ten opsigte van intieme kontak (POI) soos deur die eksperimentele, besprekings- en kontrolegroep behaal.

GROEP	VOORTOETSING		NATOETSING		VERSKIL	p-waarde (binne-groep)
	$\bar{X}$	s	$\bar{X}$	s		
Eksperimentele	19.57	2.51	19.43	1.27	-0.14	<u>1.00</u>
Besprekings-	17.33	2.65	17.56	4.17	0.23	
p-waarde (tussen groepe)	<u>1.00</u>		<u>0.23</u>			
Eksperimentele	19.57	2.51	19.43	1.27	-0.14	
Kontrole-	16.11	5.13	19.44	2.19	3.33	<u>0.11</u>
p-waarde (tussen groepe)	<u>0.11</u>		<u>0.99</u>			
Besprekings-	17.33	2.65	17.56	4.17	0.23	<u>0.57</u>
Kontrole-	16.11	5.13	19.44	2.19	3.33	
p-waarde (tussen groepe)	<u>0.54</u>		<u>0.25</u>			

Uit 'n vergelyking van die gemiddelde waardes van die voor- en natoetsing in Tabel 4.17 is die p-waarde 1.00 vir die eksperimentele groep, 0.11 vir die kontrolegroep en 0.57 vir die besprekingsgroep. Omdat hierdie p-waardes buite die afsnypunt van 0.05 val, kan die afleiding gemaak word dat die eksperimentele groep geen beduidende vordering gemaak het na inwerking van die verrykingsprogram wat die veranderlike intimiteit, soos deur die POI gemeet, betref nie. Die rekenkundige gemiddeldes toon dat die eksperimentele groep in 'n mate slegter presteer het (verskiltelling van -0.14), terwyl die kontrolegroep die meeste gebaat het (verskiltelling van 3.33) waaruit afgelei kan word dat die stimulasie wat die universiteitslewe bied die vermoë van die afstuderende student om sinryke en intieme verhoudings te ontwikkel, moontlik ook bevorder het.

'n Verskil van 0.23 tussen die besprekings- en eksperimentele groep, 0.99 tussen die kontrole- en eksperimentele groep en 0.25 tussen die kontrole- en besprekingsgroep

toon nie-beduidende verskille tussen die drie groepe. In die geheel beoordeel moet daar dus tot die gevolgtrekking gekom word dat *alternatiewe hipotese 17* verwerp word en die *nulhipotese* aanvaar word.

4.2.4.13 Totale persoonlike oriëntasie (POI)

Tabel 4.18: *Tellings ten opsigte van die totale persoonlike oriëntasie (POI) soos deur die eksperimentele, besprekings- en kontrolegroep behaal.*

GROEP	VOORTOETSING		NATOETSING		VERSKIL	p-waarde (binne-groep)
	$\bar{X}$	s	$\bar{X}$	s		
Eksperimentele	140.43	21.84	149.29	0.76	8.86	<u>0.28</u>
Besprekings-	149.11	0.93	149.44	0.53	0.33	
p-waarde	<u>0.38</u>		<u>0.65</u>			
Eksperimentele	140.43	21.84	149.29	0.76	8.86	<u>0.07</u>
Kontrole-	148.22	1.56	149.56	0.53	1.34	
p-waarde	<u>0.33</u>		<u>0.44</u>			
Besprekings-	149.11	0.93	149.44	0.53	0.33	<u>0.57</u>
Kontrole-	148.22	1.56	149.56	0.53	1.34	
p-waarde (tussen groepe)	<u>0.17</u>		<u>0.66</u>			

Verkenning van Tabel 4.18 toon 'n p-waarde van 0.28 vir die eksperimentele groep, 0.57 vir die besprekingsgroep en 0.07 vir die kontrolegroep. Omdat hierdie waardes nie aan die vereiste 0.05 afsnypunt voldoen nie, moet hieruit afgelei word dat die eksperimentele groep na die inwerking van die verrykingsprogram geen beduidende vordering gemaak het ten opsigte van die totale persoonlike oriëntasie, soos deur die POI gemeet nie. Die rekenkundige gemiddeldes toon dat die natoetstelling van die eksperimentele groep (verskiltelling van 8.86), kontrolegroep (verskiltelling van 1.34) en die besprekingsgroep (verskiltelling van 0.33) hoër is as die voortoetstellings, maar dat die eksperimentele groep (met inagnome van die inkrimping van die standaardafwyking van 21.84 na 0.76) die meeste gebaat het (alhoewel nie-beduidend) ten opsigte van die konstruk geestesgesondheid. Omdat daar egter geen beduidende verskil tussen die eksperimentele en die kontrole- of besprekingsgroep ten opsigte van die natoetstellings bereik kan word nie, kan geen voldoende afleidings gemaak word dat die verrykingsprogram primêr vir die grootste verskil soos deur die

gemiddeldes uitgedruk verantwoordelik is nie. Omdat geen statisties-beduidende verskille aangetoon kan word nie, moet tot die gevolgtrekking gekom word dat die *alternatiewe hipotese 18* verwerp en die *nulhipotese* aanvaar word.

4.2.5 Programverloop

Die evalueringsvraelys (vergelyk Bylae D1) wat na elke sessie deur die deelnemers voltooi is, bied inligting wat nie noodwendig deur middel van die meetinstrumente gerapporteer is nie, en tog waardevol is met die evaluering van die program in die geheel. Die evaluering is gegrond op die deelnemers se opinie van die mate van fokus (soos beskryf deur die mate van duidelikheid, aanvaarbaarheid, gemeenskaplikheid, werkbaarheid en doelgerigtheid) tydens die sessie, die belewenis van die groeпоefeninge (in terme van die aanvaarbaarheid, doelgerigtheid, aangenaamheid en leersaamheid daarvan), die groeplede se houdings (hoe aktief, betrokke, ontspanne en aangenaam dit is) en hulle tevredenheid so ver as die persoonlike nut vir elkeen. Die resultate is almal hoër as 'n 4 op die 5-puntskaal met 1 as 'n lae, 5 'n hoë en 3 as die neutrale opinie (vergelyk Bylae D2).

Die **fokus** is gemiddeld 4.6 aangeslaan wat spreek van die groeplede se ervaring van die sessies as duidelik, aanvaarbaar, gemeenskaplik, werkbaar en doelgerig. Tydens die tweede sessie met bewuswording en hede-georiënteerdheid is die fokus die laagste met 'n gemiddelde telling van 4.3 aangeslaan. Dit is tydens die sessie dat die *ek-is-bewus-van ...* oefening gedoen is, en dit waargeneem is dat die groeplede teen die einde van die sessie erken het dat die oefening baie vreemd was en hulle in 'n mate kwesbaar laat voel het. Hierdie gevoelens is op 'n toepaslike wyse geakkommodeer en die genoemde kwesbaarhede sensitief tot voordeel van die groepsproses en doelstelling

van die sessie, naamlik om bewuswording deur middel van ervaringsleer te stimuleer, hanteer. Hierteenoor is sessie vyf wat ten doel gehad het om die groeplede bewus te maak van hulle innerlike reaksie op eksterne realiteite met 'n gemiddelde telling van 4.9 aangeslaan. Die hele sessie het in 'n ontspanne atmosfeer geskied met die meemaak van 'n fantasierit en die groeplede het na verloop van die uur die sessie onwillig verlaat en wou nog voortgaan met die bespreking van dit wat hulle ervaar het. Dit was veral dié sessie wat die vrese en uitdagings verbonde aan universiteitsverlating spontaan in die groep na vore laat kom het, dit onderling bespreek is en as rede mag dien waarom die sessie as die mees doelgerigte en werkbare sessie ervaar is.

Die **groepoefeninge** is as aanvaarbaar, doelgerig, aangenaam en leersaam beoordeel en het 'n gemiddelde telling van 4.7 verwerf. Soos met die evaluering van die begrip fokus was dit die tweede sessie wat die swakste gevaar het met 'n telling van 4.4 en word dit hoofsaaklik toegeskryf aan die onaangenaamheid van die *ek-is-bewus-van...* oefening. Sessie drie met taal as selfopenbaringswyse as doel en sessie vyf se innerlike belewenis van eksterne realiteite het elk 'n telling van 4.9 behaal wat respektiewelik wys op die sinsherkonstruksie-oefeninge wat op 'n baie spontane en aangename wyse verloop het en die fantasierit en identifikasie-oefening wat op grond van die terugvoering wat gegee is as leersaam van die *self* was.

Die groeplede beskryf mekaar se **houding** as aktiefbetrokke, ontspanne en aangenaam en ken gemiddeld 'n punt van 4.6 toe. Sessie een wat die algemene oriëntering en bekendstelling behels het, is hiervolgens die swakste op 'n 4.4 aangeslaan en hoofsaaklik na aanleiding van die groeplede se versigtigheid om betrokke te raak en hulle eers ten opsigte van die groeplede en aard van die aktiwiteite te oriënteer. Net so is sessie twee beoordeel met die klem op 'n meer gespanne houding in die groep as gevolg van die gevoel van blootstelling na aanleiding van die bewusmakingsoefeninge. Hierteenoor het sessie vyf, sewe (die ondersoek na

eie gevoelens en die toe-eiening daarvan) en agt (die afsluiting) punte van 4.9 behaal. Die groeplede het in die drie sessies afwisselend 'n "werker-" en "getuierol" (Kaplan, 1978) ingeneem. Nieteenstaande die hantering van persoonlike aspekte, toon die beoordeling dat die groepinteraksie as spontaan en binne 'n aangename atmosfeer beleef is.

Die algemene **tevredenheid** van die groeplede is op 'n 4.7 aangeslaan en weerspieël die gemiddelde telling van elke sessie in terme van die fokus, groepoefeninge en houding. Sessie twee (bewuswording en hede-georiënteerdheid) is as van die minste nut (4.3) beoordeel, terwyl sessie vyf (fantasieë) en agt (afsluiting) as hoogtepunte beleef is.

4.2.6 Samevatting

Die natoetsresultate kan as volg per veranderlike saamgevat word:

Persoonlike outonomie (POS)

- * Onafhanklikheid van oordeel- geen beduidende verskille nie;
- * Morele onbevangenheid - die *eksperimentele groep* het na die intervensie beduidend swakker presteer as die kontrole- en besprekingsgroep;
- * Avontuurlustigheid - geen beduidende verskille nie;
- * Totale persoonlike outonomie- geen beduidende verskille nie;

Sinvolheid (PIL)

- * Sinvolheid - geen beduidende verskille nie, alhoewel die verrykingsprogram 'n neiging tot 'n positiewe invloed suggereer;

Positiewe geestesgesondheid (POI)

- * Tydsbevoegdheid - geen beduidende verskille nie;
- * Innerlike ondersteuning - geen beduidende verandering by die eksperimentele groep nie, terwyl beide die *besprekings-* en *kontrolegroep* beduidend hoër tellings behaal het;
- * Selfaktualiserende waarde - geen beduidende verskille nie;
- * Eksistensialiteit - geen beduidende verskille nie;
- * Gevoelsreaksie - ten spyte van die *eksperimentele groep* se beduidende verskil van die besprekingsgroep, kon geen beduidende binnegroepverskille verkry word nie en dus geen definitiewe afleidings gemaak word nie;
- * Spontaneïteit - slegs die *eksperimentele groep* behaal beduidend hoër tellings na die intervensie, maar weens geen tussengroepverskille kan die wins nie spesifiek aan die verrykingsprogram toegeskryf word nie;
- * Selfagting - geen beduidende verskille nie;
- * Selfaanvaarding - geen beduidende binnegroepverskille nie, maar die *besprekingsgroep* behaal beduidend hoër eindtellings as die eksperimentele groep;
- * Mensbeskouing - geen beduidende verskille nie;
- * Sinergie - geen beduidende verskille nie;
- * Aanvaarding van aggressie - geen beduidende verskille nie;
- * Intieme kontak - geen beduidende verskille nie;
- * Totale persoonlike oriëntasie- geen beduidende verskille nie;

Uit die waarneming van die verloop van die sessies en die groeplede se evaluasie daarvan is dit duidelik dat die groeplede die programfokus en -oefeninge as duidelik, aanvaarbaar, werkbaar, doelgerig, leersaam en aangenaam gevind het en die

groeplede hulle onderlinge verhouding as aktief, betrokke en positief ervaar het. In geheel is die Gestalt-verrykingsprogram deur die groeplede as nuttig beskryf. Desnieteenstaande het die natoetsresultate beide binne en tussen die groepe geen beduidende groei in die gemete konstrunkte getoon nie en moet die nulhipotese van geen verskille vir al die veranderlikes aanvaar word. Ander aspekte was verantwoordelik vir die gebrek aan die gehipotetiseerde veranderinge. Hierdie aspekte verdien vervolgens aandag.

4.3 BEVINDINGE

4.3.1 Oriëntering

Soos aangetoon het die toepassing van die Gestalt-verrykingsprogram nie die gehipotetiseerde resultate gelewer nie. Die bevindinge noodsaak besinning oor die ondersoek. Vir dié doel word die resultate in die lig van die programsamestelling, programaanbieding, spesifieke psigologiese konstrunkte en navorsingsontwerp geëvalueer om die resultate te verklaar.

4.3.2 Programsamestelling en -aanbieding

Die samestelling van die voorgestelde Gestalt-verrykingsprogram is gegrond op die beskikbare Gestalt-verrykingsmodelle (vergelyk par. 2.2.7). Perls (1947, 1951, 1969, 1970, en 1973) se basiese aannames en teorie van Gestaltterapie is as grondslag gebruik. Met die fokus van die program op die bewuswordingsintervensies (soos deur Passons (1975) uiteengesit) is Perls (1947 en 1951) se uitgangspunte bevestig en verder uitgebou met Gestalt-vaardigheidsopleiding (Greenberg, 1980; en Greenberg & Sarkissian, 1984) en is die fokus daarmee op die groepskonteks en -ervarings (Kaplan, 1978; Kaplan & Kaplan, 1985; en Kaplan et al., 1985) geplaas.

Kritiek en waarskuwing teen die hoë mate van tegniekgebruik ten koste van die psigologiese implikasies is met die samestelling en aanbieding van die program in ag geneem (vergelyk par. 3.1.3.3). Die doelstelling met die gebruik van die tegnieke was om op gedrag en emosies te konsentreer eerder as om noodwendig 'n tegniek te voltooi. Die verloop van elke sessie is per video opgeneem en die evaluering van die sessies deur 'n ervare groepsterapeut en kundige van Gestaltterapie het daarop gedui dat die tegnieke met die nodige sensitiwiteit toegepas is en die vereiste standaard gehandhaaf is.

Desnieteenstaande ontstaan die vraag of die tegnieke soos die towerwinkeltegniek (Stevens, 1971), sinsherkonstruksies, (Stevens, 1971; en Hansen et al., 1977), bewuswording deur middel van sintuie (Passons, 1975), boomstomp-houthutbergstroom-fantasierit (Stevens, 1971) en Gestaltgesprekvoering (Passons, 1975) soos reeds beskryf, en wat nog nie voorheen empiries geëvalueer is nie, kragtig genoeg was om 'n beduidende effek op 'n groep reeds goed-selfgeaktualiseerde, afstuderende studente uit te oefen. Hierdie vraag sou moontlik wel beantwoord kon word indien die eksperimentele ontwerp vir 'n vergelykende uitkomsstudie (vergelyk Kazdin, 1986:95-105) voorsiening gemaak het. In plaas van die aandagplasebo-besprekingsprogram kon so 'n studie eerder 'n alternatiewe program wat ander tegnieke gebruik het, soos die tweestoeldialoogtegniek vir vergelykingsdoeleindes voorsien het. Met hierdie studie kon daar slegs die gevolgtrekking gemaak word dat die Gestalt-verrykingsprogram wat met behulp van bewuswordingstegnieke soos hier beskryf, uitgevoer is, nie tot beduidende resultate gelei het nie.

Die verloop van die program is as positief deur die deelnemers (vergelyk par. 4.2.5) en die groeppasiteerder beleef. Dit blyk uit die evalueringsvraelys wat deur die deelnemers na elke sessie voltooi is dat die deelnemers sessie 5 as die mees positiewe beleef het. Hierdie sessie het ten doel gehad om die groeplede van hulle eksterne realiteite (vrese en uitdagings) en die invloed van hierdie realiteite op hulle innerlike belewinge bewus te maak en aanvaarding daarvan te stimuleer. Hiertydens het verskeie van die deelnemers hulself direk met die kwessie van universiteitsverlating gekonfronteer wat 'n sinvolle groepsproses tot gevolg gehad het. Dit is juis hierdie waargenome positiewe effek wat die vraag laat ontstaan of die spesifieke ingreep nie 'n groter rol in die samestelling van die program moes verkry het nie, en behoort in toekomstige studies op die terrein van die afstuderende student verder nagevors te word.

Die negatiewe resultate mag vervolgens die effek van 'n onervare pasiteerder

weerspieël wat nog nie oor die nodige sensitiwiteit en bekwaamhede beskik om toepaslike leiding te bied nie. Die moontlikheid van hierdie kontaminerende effek is egter ondervang deurdat, soos reeds genoem, 'n ervare groepsterapeut en 'n kundige op die gebied van die gebruik van Gestaltterapeutiese tegnieke elke sessie gemonitor het. Daardeur is opleidingsbekwaamheid so ver as moontlik verseker.

4.3.3 Psigologiese konstrunkte

4.3.3.1 Persoonlike outonomie

Die resultate van die POS (vergelyk par. 4.2.2) toon geen beduidende resultate na die inwerking van die Gestalt-verrykingsprogram ten opsigte van die konstrunkte onafhanklikheid van oordeel, morele onbevangenheid, avontuurlustigheid en persoonlike outonomie soos deur Strümpfer (1972) gedefinieer nie. Die gemiddelde POS-tellings wat deur die eksperimentele groep op die totale persoonlike outonomieskaal voor die toepassing van die intervensie behaal is, toon dat die deelnemers se onafhanklikheid in oordeel en onbevangenheid oor morele aangeleenthede nog verder verryk kon word. Die verrykingsprogram het egter nie daarin geslaag nie. Die feit dat die steekproef van hierdie ondersoek uit 60% dames bestaan het en die POS net op mans gestandaardiseer is, mag bogenoemde bevinding kontamineer en bemoeilik 'n veralgemening daarvan na alle afstuderende studente aan die PU vir CHO.

Die afleiding wat hieruit gemaak kan word, is dat die voorgestelde Gestalt-verrykingsprogram nie effektief genoeg was om die afstuderende studente wat aan die program deelgeneem het se morele houdinge en fundamentalistiese idees doeltreffend deur 'n proses van bewuswording, aanvaarding en integrasie gedurende die verrykingsprogram te bevraagteken nie. Die verrykingsintervensie slaag dus nie daarin om intra- en interpersoonlike differensiasie en relatiwiteit ten opsigte van morele oorweginge en die verbintenis daartoe te bevorder nie. Hierdie resultate is dus

teenstrydig met die bevindinge van Greenberg & Webster (1982) en Clarke & Greenberg (1986) wat aantoon dat Gestaltterapie beslistheid (wat deel uitmaak van persoonlike outonomie) effektief bevorder. In beide studies is daar spesifiek van die tweestoeldialoogtegniek gebruik gemaak. Die deelnemers aan hierdie studies het egter vrywillig aangemeld vir verryking/berading, wat nie die geval met hierdie ondersoek was nie (vergelyk par. 3.2.3.2). Beide aspekte, naamlik tegnieke gebruik, sowel as die gebruik van 'n beskikbaarheidsteekproef mag bydra tot die nie-beduidende uitkoms van die natoetsresultate. In 'n oorsig van 14 studies wat gewerfde kliënte en kliënte wat vrywillig aangemeld het vergelyk, het Krupnick *et al.* (1986:68) die nadele van gewerfde deelnemers bespreek en gewaarsku dat dit metodologies wyser is om tradisioneel verwysde kliënte of kliënte wat vrywillig aanmeld, te gebruik. Om praktiese redes kon daar egter in hierdie ondersoek nie van vrywillig aangemelde deelnemers gebruik gemaak word nie.

4.3.3.2 Sinvolheidsbeleving

Die tellings op die PIL-skaal dui geen beduidende verskille aan nie. Hierdie bevinding is teen die verwagting in, omdat gehipotetiseer is dat die Gestaltbenadering en die voorgestelde Gestalt-verrykingsprogram se fokus op die integrasie van die persoon se *self* ten opsigte van universiteitsverlating en beroepstoetrede, lewensin sou bevorder. 'n Ondersoek deur Yarnell (1970:79) het dan ook bevestig dat lewensin en beheer oor eksterne magte met mekaar verband hou en lyk dit dus nie of die verrykingsprogram die persone beter toegerus hiertoe gelaat het nie. Dit is wel belangrik om daarop te let dat die gemiddelde voor- en natoetstellings van die PIL respektiewelik 119.14 en 124.86 is wat volgens die norms (vergelyk par. 3.2.5.2) van 'n besliste beleving van lewensin spreek.

Die afleiding kan gemaak word dat hierdie studente hulself reeds in die identiteitsverwerwingsfase, soos deur Marcia (1966) gedefinieer, bevind en dat daar 'n verbintenis (vergelyk par. 2.1.3.1) tot lewensdoelwitte by hulle teenwoordig is.

Hierdie bevinding word egter nie in dieselfde mate deur die resultate op die totale POS bevestig nie. Verder meer het die hoë voortoeuings op die PIL 'n te hoë eis aan die voorgestelde Gestalt-verrykingsprogram gestel en mag dit as 'n verklaring dien vir die nie statisties-beduidende resultate wat verkry is.

4.3.3.3 Positiewe geestesgesondheid

Die *totale persoonlike oriëntasieskaalresultate* (POI) toon 'n nie-beduidende verskil na die inwerking van die onafhanklike veranderlike. Tog suggereer die gemiddelde natoetstelling van die eksperimentele groep die grootste vordering. In teenstelling hiermee het 'n ondersoek van Foulds & Hannigan (1976b) beduidende verskille op die totale POI-telling na inwerking van 'n Gestaltintervensie op die kort- en langtermyn by 'n groep studente verkry (vergelyk par. 1.1).

Die verrykingsprogram se bydrae is wel waarneembaar in die beduidende verandering ten opsigte van *spontaneïteit* binne die eksperimentele groep. Die stimulering van vrywillige deelname aan die groepsprosesse en -tegnieke, sowel as die duidelike stel van die groeppreëls (vergelyk Bylae A3) het bygedra tot die groter mate van vryheid om spontaan op te tree en die groeplede se gevoel dat hulle hulself kon wees. Die gebrek aan beduidende tussengroepverskille maak dit egter nie moontlik om dié verandering in spontaneïteit primêr aan die intervensieprogram toe te skryf nie.

Verder blyk die fokus op die bewuswordingsintervensies in die aanbieding van die program 'n invloed uit te oefen op die mate van *gevoelsreaksie*. Die verbale en nie-verbale eksplorاسie en uitdrukking van gevoelens en die integrasie daarvan met die persoon se self het volgens die skaal *gevoelsreaksie* tot die aanvaarding van gevoelens van die verrykingsgroep gelei. Hierdie tendens is veral opvallend in die lig daarvan dat die besprekings van die besprekingsgroep die teenoorgestelde effek gehad het deur 'n negatiewe verskiltelling op te lewer. Die rasionele wyse waarop die besprekingsessies

deur die besprekingsgroep hanteer is, mag as 'n verklaring hiervoor dien.

Aansluitend hierby vorder die besprekingsessies teen die verwagting in beduidend beter as die verrykingsprogram ten opsigte van die belewing van *selfaanvaarding* deur die deelnemers. Die besprekingsgroep se handelinge met die realiteite van universiteitsverlating teenoor die eksperimentele groep se groter bewuswording en konfrontering van innerlike belewenisse kon moontlik daartoe bygedra het dat 'n groter mate van selfaanvaarding bereik is.

Die *innerlike ondersteuningskaal* toon beduidend hoër tellings vir die besprekings- en kontrolegroep. Die gebrek aan beduidendheid vir die eksperimentele groep word aan die drastiese verandering tussen die voor- en natoetstelling van 'n enkele deelnemer aan die verrykingsprogram toegeskryf. Verder toon die kontrolegroep teen die verwagting in beter vordering as die eksperimentele groep met die bereiking van *sinergie*. Hierdie bevinding word (soos ook met selfaanvaarding) nie deur die samestelling en aanbieding van die verrykingsprogram gesteun nie, omdat die verrykingsintervensie daarop afgestem was om teenstrydighede te versoen en integrasie te bewerk.

Weer eens is dit belangrik om te noem dat die gemiddelde van die totale voor- én natoetstellings van die POI vir al drie groepe van die steekproef respektiewelik 145.92 en 149.43 is wat spreek van persone wat selfaktualiserend is en sodoende 'n hoë eis aan die Gestalt-verrykingsprogram stel om beduidend te verbeter.

4.3.5 Navorsingsontwerp

Die toegepaste driegroepontwerp het as 'n streng maatreeël gedien vir evaluering van die Gestalt-verrykingsprogram, omdat beide die statisties-beduidende binne- en tussengroepverskille as 'n voorwaarde vir die verwerping van die nulhipotese gestel

is (vergelyk par. 3.2.6.1). Die navorsingsontwerp het ook voorsiening gemaak vir die berekening van praktiese betekenisvolheid waar statisties-beduidende verskille gevind sou word. Omdat geen positiewe statisties-beduidende verskille aangetoon is nie, is hierdie bykomende voorsorgmaatreël nie geïmplementeer nie.

Die keuse en gebruik van 'n besprekingsgroep as 'n aandagplasebogroep is gemotiveer op grond van die ondervanging van die effek van blote aandag en suggestie en hou die nut in om te bepaal of spesifiek die verrykingsintervensie vir die verkreeë effek verantwoordelik gehou kan word. Die besprekingstemas is self deur die groeplede as aktuele temas op die tydstip geïdentifiseer en die belangstelling en groepinteraksie was bevredigend. Daar kan gespekuleer word dat die aktuele aard van die temas wat meer prakties gerig en meer direk oor tydsgebonde en gerigte lewensvrae gehandel het beter resultate as die van die verrykingsprogram in sommige velde (morele onbevangenheid, innerlike ondersteuning en selfaanvaarding) soos deur die toetse gemeet, gelewer het. In die opsig was die insluiting van die besprekingsgroep sinvol. Andersyds, soos reeds gesuggereer, kan in die eksperimentele ontwerp van die studie 'n leemte geïdentifiseer word. Kazdin (1986) het die voordele van 'n vergelykende uitkomsstudie, waar in plaas van 'n aandagplasebogroep eerder van 'n alternatiewe erkende verrykingsmetode gebruik gemaak word, duidelik gestel. Enersyds sou 'n vergelykende uitkomsstudie meer lig gewerp het op die leemte wat deur die nie-beduidende aard van die resultate gelaat is, en andersyds sou die effek van alternatiewe tegnieke daarmee ook ondersoek kon word. Aansluitend hierby is die gebrek aan 'n opvolgstudie om die langtermyneffekte te bepaal wat weens praktiese redes nie kon plaasvind nie 'n verdere leemte en kon dit die huidige resultate in 'n beter perspektief geplaas het.

4.4 GEVOLGTREKKING

'n Selfaktualiserende persoon word gedefinieer as iemand wat sy talente en vermoëns voluit benut, sy tyd meer effektief gebruik, relatief outonoom funksioneer, neig om in die hede te leef en 'n groter welwillendheidsuitkyk op die lewe en die menslike natuur het (vergelyk Fox et al., 1968:565). As eksperimentele hipotese is gestel dat 'n saamgestelde Gestalt-verrykingsprogram met persoonsintegrasie as oogmerk persoonlike outonomie, lewensin en positiewe geestesgesondheid by afstuderende studente kan bewerkstellig. Alhoewel 'n evaluering van die deelnemers se beleving van die verrykingsprogram op alle komponente positief beoordeel is, kon geen statisties-beduidende vordering na inwerking van die program waargeneem word nie.

Die toepassing van die Gestalt-verrykingsprogram het geen beduidende positiewe veranderings ten opsigte van die studente se persoonlike outonomie, lewensin en positiewe geestesgesondheid bewerkstellig nie. Die fokus op die hier-en-nou en die stimulasie van die ontdekkingsproses (Perls, 1969) soos in die Gestalt-verrykingsprogram uiteengesit, het dus nie die afstuderende student gehelp om interne teenstrydighede ten opsigte van universiteitsverlating en beroepstoetrede meer doeltreffend en effektief waar te neem, te oorweeg en te ontmoet nie (Du Toit, 1986).

Die volgende verklarings word vir die bevindinge aangebied:

- * Die beskikbaarheidsteekproef en die ewekansige toewysing van die proefpersone aan die onderskeie groepe het *proefpersone* opgelewer wat reeds met die voortoetsing oor 'n gemiddelde vlak van persoonlike outonomie (soos gemeet deur die POS), 'n hoë vlak van sinvolheidsbeleving (PIL) en 'n hoë vlak van positiewe geestesgesondheid (POI) beskik het wat sodoende 'n hoë eis aan die Gestalt-verrykingsprogram gestel het om dié konstrakte te verryk. Met die preseleksie van die steekproef kon beter resultate dus verwag word indien net persone wat as beroepsonseker en/of met lae lewensin en selfaktualisasie ingesluit

word. Dit kan selfs beteken dat verryking vir die afstuderende student in sy/haar tweede of selfs eerste jaar kan begin en oor 'n langer tydperk kan geskied.

- * Die *steekproefgrootte* is negatief beïnvloed deurdat net sewe van die tien deelnemers aan die eksperimentele groep die verrykingsprogram voltooi het en die kanse op die verkryging van beduidende verskille verskraal het, deurdat die standaardfout vergroot en die statistiese tegniek se krag afneem om die nulhipotese te verwerp.
- * Die *aard van die steekproef* is deur praktiese oorwegings bepaal. In plaas van vrywillig aangemelde deelnemers aan die verrykingsprogram, wat 'n behoefte aan verryking gehad het, moes deelnemers gewerf word. In die literatuur word daar aanbeveel dat daar eerder van vrywillig aangemelde of tradisioneel verwysde kliënte gebruik gemaak moet word (vergelyk Krupnick et al., 1986).
- * Die *eksperimentele ontwerp* het 'n leemte getoon wat nie voorsien is nie. 'n Vergelykende uitkomsstudie bestaande uit twee eksperimentele groepe en 'n kontrolegroep sou meer bruikbare inligting verskaf as 'n studie bestaande uit 'n eksperimentele, aandagplasebo- en kontrolegroep.
- * Die *aard van die veranderlikes* het soos reeds genoem die steekproef met die voorttoetstellings as selfaktualiserend getipeer wat die ruimte vir verandering beperk het. Die vraag ontstaan egter wel of die Gestalt-verrykingsprogram se samestelling en aanbieding hierdie veranderlikes doeltreffend genoeg geïnkorporeer het, en of die meetinstrumente kragtig genoeg was om die mate van vordering te meet. Die verband tussen die psigologiese konstrakte, die Gestalt-verrykingsmodel en die *meetinstrumente* het as motivering en riglyne vir die samestelling van die program gedien, terwyl die aanbieding deur 'n kundige gemonitor is. Daarmee saam het die PIL en POI op verskeie navorsingsterreine al akkuraat voorspel en word dit as betroubare meetinstrumente beskou.
- * Met die *inhoud van die program* is die tegnieke van Passons (1975) betrek en geëvalueer. Die tegnieke word voorgehou vir die opvoedkundige terrein in die breë, maar kon nie beduidende vordering by die betrokke afstuderende studente

met 'n hoë vlak van selfaktualisasie bewerk nie.

- * Die stimulerende *effek van die universiteitslewe* soos weerspieël in die vordering wat die kontrolegroep gemaak het, getuig daarvan dat ander nie-eksperimentele veranderlikes 'n invloed op die afstuderende student se innerlike lokus van beheer gehad het wat nie in hierdie studie verreken is nie.

Die *bydrae* van hierdie ondersoek word gesien in die lig daarvan dat :

- * Die Gestalt-verrykingsmodel van Passons (1971 en 1975), Kaplan (1978) en Greenberg (1980) wat nog nie voorheen geëvalueer is nie, aan 'n streng toets van beduidendheid onderwerp is en die effektiwiteit daarvan beoordeel kon word.
- * Die samestelling en evaluering van 'n Gestalt-verrykingsprogram 'n raamwerk vir verdere ontwikkeling en navorsing van verrykingsprogramme bied.

Die volgende *leemtes* wat in toekomstige navorsing geëlimineer kan word, is geïdentifiseer:

- * 'n Onvermoë om die longitudinale effek van beide die Gestalt-verrykingsprogram en die groepbesprekings as gevolg van die nie-beskikbaarheid van die proefpersone na te gaan.
- * Die insluiting van 'n alternatiewe tegniek/verrykingsmetode eerder as 'n aandagplasebogroep behoort voorkeur te kry met die ondersoek na die effektiwiteit van 'n spesifieke program. 'n Meer analities-interpreterende benadering soos RET (Rasionele-emotiewe terapie) kan vir hierdie doel ondersoek word, omdat hierdie tipe kognitiewe benadering die afstuderende student moontlik kan help met die keuse van en voorbereiding vir 'n beroep. Conoley et al. (1983) se vergelykende studie met RET en die Gestalt-tweestoeldialoogtegniek dui op moontlikhede in die verband.
- * Die gestruktureerdheid en die gebruik van 'n verskeidenheid tegnieke mag die sukses van die Gestalt-verrykingsprogram gestrem het. Die samestelling van opdraggerigte programtegnieke is volgens Shepherd (1970) beperkend op

kreatiwiteit, spontaneïteit en selfaktualisering (vergelyk par. 2.2.8). Daar word voorgestel dat toekomstige programme eerder op 'n spesifieke Gestalttegniek soos die tweestoeldialoogtegniek fokus wat al met sukses in groepe gebruik is en die Gestaltterapeutiese beginsels en aannames daar rondom uitbou.

- * Die keuse van die psigologiese meetinstrumente in hierdie ondersoek veronderstel merendeels die meting van intrapersoonlike prosesse. Die insluiting van instrumente wat interpersoonlike vaardighede, nie-verbale uitdrukkings en vaardighede soos oopvraagstelling, rigtinggewende gedrag en toepaslike uiting van gevoelens asook die meting van beroepskeuse-sekerheid kan bepaal, mag moontlik verdere lig werp op veranderinge wat tans nie deur die POS, PIL en POI ondervang is nie.
- * Daar sou ook meer gegewens van die gebruikte meetinstrumente self verkry kon word indien die betroubaarheid van die toetsresultate deur middel van die Kuder-Richardsonmetode verwerk is. In die lig daarvan dat ander Suid-Afrikaanse studies die instrumente as bruikbaar gevind het, is die verrekening van die formula nie as noodsaaklik bestempel nie.

Die doelstellings met die ondersoek, naamlik die evaluering van 'n Gestaltverrykingsprogram vir 'n groep afstuderende studente in die algemeen en meer spesifiek die bepaling van die invloed van die konstrakte persoonlike outonomie, sinvolheidsbelewing en positiewe geestesgesondheid deur die Gestaltverrykingsprogram is dus hiermee bereik.

Die bevindinge van hierdie navorsingsprojek dui op die verdere ontginning van moontlikhede en die volgende aanbevelings word gedoen:

- * Die empiriese evaluering van die effektiwiteit van gestruktureerde Gestaltterapeutiese verrykingsprogramme deur middel van 'n meer uitgebreide navorsingsontwerp wat voorsiening maak vir 'n longitudinale waarnemingsfase, 'n alternatiewe verrykingsprogram of -tegniek en die insluiting van 'n

ondersoekgroep wat nog nie ten volle selfaktualiserend is nie.

- * Die evaluering van die programinvloed op ander afhanklike veranderlikes soos sekere dimensies van die 16-Factorpersoonlikheidsvraelys (16PF), die negentien-veldbelangstellingsvraelys (19-VBV), die Ervaringskaal (ES) van Klein et al. (1969), die Strukturele ontleding van sosiale gedrag (SASB) van Benjamin (1979), die Kliënt-stemkwaliteitstelsel (CVQ) van Rice et al. (1979), die Beroepsbesluiteloosheidskaal (SVI) van Osipow et al. (1976) en die Taksering van loopbaanbesluitneming (ACDM) van Harren (1979). Die bruikbaarheid van laasgenoemde vyf meetinstrumente sal egter vooraf vir die Suid-Afrikaanse situasie geëvalueer moet word.
- * Die verdere ontginning van die tweestoeldialoogtegniek met spesifieke fokus op probleem- en konflikresolusie en besluitneming van die afstuderende student.

OPSOMMING

Die doel van die ondersoek was die samestelling en evaluering van 'n Gestalt-verrykingsprogram vir afstuderende studente. Ter bereiking van hierdie doelstelling is 'n literatuurstudie onderneem om die primêre ontwikkelingstake van die afstuderende student en die konsep verryking te omskryf en spesifiek die effektiwiteit van Gestalt-verryking te ondersoek. Die hipotese is gemaak dat die suksesvolle toepassing van die Gestalt-verrykingsprogram vereenselwig sal word met statisties-beduidende veranderinge in persoonlike outonomie, sinvolheidsbelewing en positiewe geestesgesondheid. Vir dié doel is die Persoonlike Outonomieskaal (POS), Sinvolheidskaal (PIL) en Persoonlike Oriëntasievraelys (POI) respektiewelik geïdentifiseer as geskikte meetinstrumente.

Na die ewekansige indeling van die steekproef van derdejaar-psigologiestudente in 'n eksperimentele, besprekings- en kontrolegroep is die vergelykbaarheid van die groepe deur middel van voortoetsing bepaal. Die voortoetsing is opgevolg deur die toepassing van die onderskeie intervensies (naamlik die verrykingsprogram en die groepbesprekings), waarna die steekproef in sy geheel hertoets is en die binne- en tussengroepverskille met behulp van die Wilcoxon-rangtoets statisties bereken is.

Die algemene bevindinge ten opsigte van die verrykingsprogram kan as volg saamgevat word:

- * Die voltooiing van die Gestalt-verrykingsprogram word met geen beduidende veranderinge ten opsigte van die afstuderende student se persoonlike outonomie, positiewe geestesgesondheid en sinvolheidsbelewing geassosieer nie.
- * Die voortoetsresultate suggereer dat die hoë mate van sinvolheidsbelewing (PIL) en positiewe geestesgesondheid (POI) waaroor die afstuderende studente reeds voor aanvang van die program beskik het, min ruimte gelaat het vir verdere statisties-beduidende vordering.

Die volgende aanbevelings word gedoen:

- * Die effektiwiteit van verrykingsprogramme behoort geëvalueer te word deur middel van 'n meer uitgebreide navorsingsontwerp wat voorsiening maak vir 'n longitudinale waarnemingsfase, 'n alternatiewe verrykingsprogram/-tegniek en die insluiting van 'n ondersoekgroep met geïdentifiseerde problematiek in die vroeë-volwassenheidsfase.
- * Die programimpak op ander afhanklike veranderlikes behoort geëvalueer te word.
- * Die Gestalt-tweestoeldialoogtegniek met spesifieke fokus op probleem- en konflikresolusie en besluitnemingsprosesse behoort verder ontgin te word.

SUMMARY

THE EFFECTIVENESS OF A GESTALT ENRICHMENT PROGRAMME FOR FINAL-YEAR STUDENTS

The aim of the study was the compilation and evaluation of a Gestalt enrichment programme for final-year students. In order to reach this objective, a literature study has been undertaken to define the primary developmental tasks of the final-year student and the concept enrichment and to investigate the effectiveness of Gestalt enrichment specifically. The hypothesis has been framed that the successful implementation of the Gestalt enrichment programme will be associated with statistically significant changes in personal autonomy, purpose-in-life and positive mental health. The Personal Autonomy Scale (PAS), Purpose-in-Life Test (PIL) and Personal Orientation Inventory (POI) were respectively identified as appropriate measuring instruments for this purpose.

After the random grouping of the sample of third-year psychology students into the experimental, discussion and control groups, the comparability of the groups has been determined by means of preliminary testing. This was followed up by the application of the respective interventions (namely the enrichment programme and the group discussions), after which the entire sample was retested and the intra- and intergroup differences statistically calculated by the Wilcoxon-ranks test.

The general findings concerning the enrichment programme can be summarised as follows:

- * The completion of the Gestalt enrichment programme is associated with no significant changes in respect of the final-year student's personal autonomy, purpose-in-life and positive mental health.
- * The pretest results suggest that the the final-year student's high level of purpose-

in-life (PIL) and positive mental health (POI) even before the commencement of the programme has limited further statistically significant improvement.

The following recommendations are made:

- * The evaluation of the effectiveness of enrichment programmes by extending the research design to provide for a longitudinal observation phase, an alternative enrichment programme/technique and the inclusion of a research group with identified problems in the early adulthood stage.
- * The evaluation of the programme impact for other dependent variables.
- * The further development of the Gestalt two-chair dialogue technique with a specific focus on problem and conflict resolution and decision-making processes.

BYLAES

BYLAE A: KORRESPONDENSIE MET DIE PROEFPERSONE

A1: Bekendstelling van die program

Ek is Carel Olivier en tans besig met my MA in Kliniese Psigologie. Ek beplan om vir my Skripsienavorsingsprojek 'n self-verrykingsprogram met finalejaarstudente aan te bied.

Die navorsingsprojek geskied oor 'n 10-week periode en sal in oorleg met u toetsdatums gereël word.

Met hierdie geleentheid moet u net vir my op die uitgedeelde vorms aandui of u belangstel. Indien wel, moet u asseblief die aangehegte selfevalueringsvraelys invul.

Alle verdere reëlins en korrespondensie sal met my direk plaasvind.

By voorbaat baie dankie vir u samewerking.

CAREL OLIVIER

A2: Vraelys vir deelname

Geagte Meneer/Mejuffrou

Baie dankie dat u bereid is om 'n tydjie aan my af te staan. Die identifiserende besonderhede en vraelys wat u nou gaan invul, maak deel uit van 'n navorsingsprojek vir afstuderende studente. Alle inligting word as vertroulik beskou en sal as sodanig hanteer word.

Dui asseblief u naam, adres en telefoonnommer te Potchefstroom, in die betrokke ruimtes daarvoor gelaat, aan en dui met 'n kruisie u antwoord op die volgende vrae aan.

CAREL OLIVIER

NAAM & VAN: _____

ADRES: _____

TEL: _____

MERK DIE TOEPASLIKE BLOKKIE MET 'N KRUISIE

1. Is u 'n derdejaar-Psigologiestudent?

JA	NEE
----	-----

2.

2.1 Voltooi u u studies teen die einde van die jaar?

JA	NEE
----	-----

2.2 Indien wel, wat beoog u vir volgende jaar, en daarna?

ONSEKER

3.

3.1 Het u al voorheen aan 'n verrykingsprogram deelgeneem?

JA	NEE
----	-----

3.2 Indien wel, watter tipe?

4. Is u bereid om aan hierdie projek deel te neem?

JA	NEE
----	-----

(Soos reeds genoem, strek die program oor 10 weke, en sal u toets- en eksamentye in ag geneem word.)

5. Indien u op vraag vier JA geantwoord het, voltooi asseblief die vraelys wat hierna volg.

(Die Verkorte Beck-depressieskaal (BDS) het hierop gevolg.)

A3: Bekendstelling van die program aan die eksperimentele groep

Dit is belangrik dat u op vrywillige basis by die groep inskakel. U is op geen manier verplig om deel te neem nie. Die groep sal sekerlik vir u 'n ryk ervaring wees en ek hoop dat dit iets sal word waarna u uitsien.

1. Tipe groep

Hierdie is 'n Gestalt-verrykingsgroep. Dit is vir jong volwassenes (van beide geslagte) wat teen die einde van die jaar afstudeer en volgende jaar 'n beroep betree. Die groep is ingestel op verryking, 'n proses wat kan lei tot die progressiewe ontwikkeling van uself en andere. Die groep ontmoet een maal per week vir agt sessies op tye wat vooraf gereël word. Die ontmoetings sal 60 minute duur.

2. Doel van die groep

Die groep moet beskou word as 'n proses waartydens gevoelens, persepsies, gedagtes, fisiese bewegings en sensasies geïntegreer word tot 'n geheel. Lede besluit self watter, hoe en wanneer hulle aan 'n sekere aspek van hulself wil *werk*. Die spesifieke doelstellings in die groep is:

- * om net uself te wees;
- * om sensitief vir u en andere se behoeftes te wees;
- * om respek te ontwikkel; en
- * om verantwoordelikheid vir u eie self te aanvaar.

3. Groepfasiliteerder

Die groepfasiliteerder het ondervinding van groepwerk, Gestaltterapie en alle tegnieke wat in hierdie groep gebruik sal word. Hy was verder self 'n lid en

fasiliteerder van so 'n groep en skakel tans ook by ander tipes groepe in.

4. Basiese reëls vir die groep

- * Groeplede moet na elke sessie kom en mag nie die groepe verlaat voor die afsluiting van die groep nie en daar word geen subgroepe gevorm, behalwe as 'n spesifieke tegniek gebruik word nie.
- * Alle vorms van fisiese geweld of dreigemente is verbode.
- * Hier-en-nou-gevoelens en gedagtes word gedeel. Gevoelens of dade uit die verlede word slegs genoem, indien dit direk van toepassing is op 'n spesifieke situasie. Openlikheid en eerlikheid is te alle tye van die grootste belang.
- * Inligting wat in die groep na vore kom, word as persoonlik beskou en is vertroulik. Niks word uit die groep gedra of aan enigiemand buite die groep vertel nie.

BYLAE B: TEGNIEKE EN OEFENINGE TOEGEPAS

B1: Bekendstellingsoefening

Die betrokke bekendstellingsoefening was daarop gerig om die groeplede bekend te stel aan die werkswyse in die groep, naamlik die groep in interaksie met mekaar. Verder verminder dit die gevoel van angs, afwagting en vreemdheid van die situasie.

Elke persoon stel homself bekend deur sy eie naam en 'n persoonlike beskrywende byvoeglike naamwoord of bywoord te gee, wat met dieselfde letter begin as sy eie naam; soos *Moeilike Marie* of *Rustige Robert*. Elkeen kry dan 'n beurt om die ander persone op hul *naam* te noem. Die bekendstelling eindig indien die eerste persoon al die name van die ander lede kan weergee (vergelyk Shapiro, 1978:196).

B2: Towerwinkeltegniek

Die towerwinkeltegniek is daarop gerig om deur middel van fantasie die persoon van sy innerlike polariteite bewus te maak en die geleentheid te gee om dit te verken. Dit bied verder aan die groeplede die geleentheid om aan die deelnemende lid terugvoer te gee oor sy verbale en nie-verbale gedrag en gevoelens.

Die groepleier sê aan die groep om hulle voor te stel dat daar in 'n sekere deel van die vertrek 'n *towerwinkel* is wat alles in die wêreld beskikbaar het. Enige lid in die groep wat 'n behoefte het om iets (behalwe geld) te wil koop, kan na vore tree. Die groepleier en die deelnemer staan dan by die winkel terwyl die ander groeplede toekyk en waarneem. Die manier waarop gekoop word, is dat die deelnemer bereid moet wees om 'n karaktereienskap of -kwaliteit, waarvan hy meer as genoeg besit, in te ruil vir dit wat hy wil koop. Die persoon kan byvoorbeeld *kalmte* koop en *frustrasie* inruil. Elkeen van die fasette word dan afsonderlik ondersoek, terwyl die groeppasiliteerder die persoon lei om by die betrokke gevoelens en sensasies van elke aspek te bly en daarvan bewus te wees (vergelyk Stevens, 1971:157).

B3: Ek-is-bewus-van...

Die doel van die oefening is om op die hier-en-nou-ervarings te fokus wat tot bewuswording en ervaringsleer lei. Die persoon rapporteer elke keer oomblik-tot-oomblik dit wat op die voorgrond van sy bewuswordingsproses tree. So kan die sinskonstruksie, *nou is ek bewus van ...* aaneenlopend gebruik word om dit wat op die agtergrond is, geleentheid te gee om na vore te tree. Die tegniek kan veral in groepverband nuttig aangewend word om die aandag van een persoon na die groep terug te lei (Passons, 1972:184).

B4: Sinsherkonstruksie

Die persoon word aangemoedig om eerder die voornaamwoord *ek* in plaas van *dit* of *ons* te gebruik. Sodoende word kommunikasie meer verpersoonlik en kan 'n persoon 'n groter verantwoordelikeheidsbesef vir sy daade en gevoelens verkry. Net so word daar ook 'n onderskeid gemaak tussen *kan nie* en *wil nie*. Die fasiliteerder wys die gebruik van byvoorbeeld *ek kan nie iets doen nie* aan die groeplede uit en vra hulle om die sin te herhaal as *ek wil nie ...* (vergelyk Rader, 1977:565; en Stevens, 1971:75). Hierdeur identifiseer die persoon met sy eie ervarings eerder as om dit te depersonaliseer deur middel van 'n projeksie (Passons, 1972:184), en spreek dit van aanvaarding van verantwoordelikheid wat dui op interne sterkte eerder as 'n afhanklikheid van eksterne beheer (Hansen et al., 1977:156).

'n Verdere opklaring is dié van kommunikasie wat gekamoeifleer is in die vorm van 'n vraagstelling. Deur die persoon die geleentheid te gee om sy vrae te verander na stellings, verklaar en raak hy bewus van sy eie oortuigings (Hansen et al., 1977:156). So kan die vraag: *Glo jy dit regtig?* verander word na die stelling: *Ek dink nie dat jy dit glo nie.*

B5: Wat- en hoe-vrae

In die Gestaltbenadering word *hoekom-* en *waarom -*vrae vervang deur *wat-* en *hoe-*vrae. Sodoende word 'n persoon die geleentheid gegee om die ervaring van sy gedrag te beleef, en word 'n soeke na die primêre oorsake geïgnoreer. Die persoon beweeg weg van 'n kognitiewe uitsortering van sy ervarings en begin sy emosies ervaar en begryp. Hierdie tipe benadering vorm dan ook 'n integrale deel van die fasiliteerder se styl.

B6: Bewuswording deur middel van sintuie

Die gebruik van die reuk-, visie-, tas- en gehoorsintuie help 'n persoon om die omgewing waar te neem en beter te leer ken. Met die betrokke oefening kies die groeplede elkeen 'n maat en neem hulle mekaar waar deur van bogenoemde sintuie gebruik te maak en geensins verbaal te kommunikeer nie. Sodoende kom die groeplede nader aan mekaar en ontdek hulle dinge waarvan hulle voorheen nie bewus was nie.

Na die voltooiing van die oefening word binne groepverband terugvoering gegee oor die ontdekkings, die daarmeegepaardgaande ervarings en die identifisering van die sintuie wat die minste ingespan is (vergelyk Passons, 1975:129-130).

B7: Nie-verbale ontdekking (beelding)

'n Persoon funksioneer as 'n geheel. Wat deur die verstand verberg word, mag heel moontlik deur die liggaamstand sigbaar gemaak word. So mag liggaamsbewegings en die rapportering van liggaamsensasies 'n teken wees van dit wat die persoon vermy (Passons, 1975:129-130). As 'n persoon bewus word van hierdie liggaamsdiskrepanse kan hy sy innerlike belewenisse begin hanteer.

Met die beeldingstegniek kry die groeplid so 'n geleentheid. Die groeplede word die opdrag gegee om hulleself in 'n posisie te plaas wat hulle betrokke emosionele en beleweniswêreld sal uitbeeld. Die persone word aangemoedig om dit te word wat hulle uitbeeld en dit vir vyf minute te wees. Daarna word elkeen se ervarings deur middel van terugvoering met mekaar gedeel (Stevens, 1971:143).

B8: Boomstomp-houthut-bergstroom-fantasierit

Die voordeel van die gebruik van fantasieë is dat dit geleentheid vir projeksie bied. Projeksie bied die moontlikheid om versluierde dimensies te openbaar en reflekteer 'n wye verskeidenheid behoeftes, selfwaarnemings en gevoelens. Gestaltgesprekvoering tussen hierdie aspekte maak die ervaring van gestaltvoltooing 'n groter werklikheid (Passons, 1975:141).

Die boomstomp-houthut-bergstroom fantasierittegniek word as volg deur Stevens (1971:139) beskryf:

Ek wil nou hê jy moet jou voorstel dat jy 'n boomstomp in die berge is. Word hierdie boomstomp. Visualiseer jouself as 'n boomstomp en jou omgewing ... Gebruik jou tyd om die gevoel van 'n boomstomp te wees, te kry ... Dit mag dalk help as jy jouself nou beskryf: watter tipe stomp jy is ..., wat jou vorm is ..., watter tipe bas en wortels jy het ... Probeer om binne-in die ervaring van 'n stomp te wees, in te kom ... Hoe bestaan jy as 'n stomp? ... Watter dinge gebeur met jou as 'n stomp? Baie naby aan die stomp is daar 'n houthut ... Ek wil nou hê dat jy die houthut moet word ... En, weer wil ek hê jy moet die gevoel van 'n houthut te wees, beleef Hoe is jy? Wat is jou eienskappe? ... Eksploreer jou bestaan as 'n houthut ... Wat het jy binnekant jou? ... Wat gebeur met jou? Neem tyd om in voeling te kom met die houthut ... Naby die houthut is daar 'n bergstroom ... Ek wil hê dat jy nou die bergstroom moet word ... As 'n bergstroom, watter tipe bestaan het jy? ... Watter soort bergstroom is jy? ... Hoe voel jy as 'n stroom? ... Hoe lyk jou omgewing? ... As die bergstroom, wil

ek hê jy moet met die houthut praat ... Wat sê jy vir die houthut? ... Praat met die houthut en stel jou voor dat die houthut jou terugantwoord en dat julle 'n gesprek voer ... As die bergstroom, wat sê jy vir die houthut en wat antwoord die houthut terug? ... Word nou weer die houthut en voltooi jou gesprek ... Wat wil jy vir die stroom sê? ... Gaan vir 'n rukkie met die gesprek aan ... Sê nou totsiens aan die berge ... die houthut ... die bergstroom ... die boomstomp ... en kom terug na hierdie vertrek en jou bestaan hier ... Maak jou oë oop wanneer jy so voel ...

Die groeplede word 'n rukkie gegee om hulle te oriënteer en indien hulle nie spontaan terugvoer gee oor hulle ervarings nie, word dit deur die groepleier gefasiliteer.

B9: Gestaltgesprekvoering

Die essensie van die Gestaltbenadering is om in die hier-en-nou te leef. Die *nou* omsluit dit wat bestaan en beteken om hier te wees en is ervarend, betrokke, waarneembaar en bewustelik (Perls, 1969:41). Met Gestaltgesprekvoering konsentreer die persoon daarop om met die aspekte binne-in hom wat op die voorgrond tree en aandag vereis te kommunikeer, of selfs 'n gesprek tussen twee aspekte in hom aan te knoop. 'n Voorbeeld van die uitvoer van die tegniek lui as volg:

Elkeen van ons beleef die lewe op 'n manier eie aan onself ... Soms is daar dinge uit die verlede wat nou op die voorgrond is ... en klop aan die venster van jou menswees ... dit wil aandag hê ... vereis aandag van jou ... Dink nou aan so 'n aspek in jou lewe ... gee aandag daaraan ... raak bewus daarvan ... Gaan loer nou by die venster uit en kyk daarna ... Vra jouself: Hoe lyk hierdie aspek van my lewe? ... Voer 'n gesprek daarmee ... Wat sê jy aan hierdie aspek? ... Wat antwoord dit terug? ... Moenie nou stop nie; voltooi die gesprek ... As jy klaar is, kan jy opkyk.

B10: Verantwoordelikheidstoe-eiening

Die aanvaarding van verantwoordelikheid is 'n primêre doelstelling van die Gestaltbenadering. Met hierdie tegniek word die persoon gevra om na elke ekspressie van 'n gevoel of 'n oortuiging te sê: *Ek neem verantwoordelikheid daarvoor*. Sodoende kan verantwoordelikheid ten opsigte van spesifieke aspekte van die persoon, wat voorheen aan eksterne magte toegeskryf is, toegeëien word (Hansen et al., 1977:15)

B11: *Ek is ...*

Die groeplede word opdrag gegee om tien items neer te skryf wat hulle is. Daarna moet elkeen sy items in 'n rangorde van mees tot mins belangrik numeer. Die groeplede kry geleentheid om hulle stellings met die groep te deel en terugvoer te ontvang. Deur middel van die oefening bevestig elke groeplid wie en wat hy is en kan dit gekontroleer word met die verskillende groeplede.

B12: Termineringsoefening

Terminasie het 'n oordragfunksie in terme van die program en bied 'n veralgemening van die groepgrense. Dit is 'n natuurlike manier om 'n groep af te sluit en lui as volg: *Dit is vanaand ons laaste sessie. Ek wil hê dat elkeen van ons 'n rukkie op hierdie ervaring moet fokus ... Voordat ons dit doen, het enigeen dalk iets wat hy/sy wil meld in dié stadium ... enige onafgehandelde gevoelens ... terugvoer ... of vrae? ... Dit sal 'n goeie oomblik wees om dit nou na vore te bring.*

Daarna sê die groeppasiliteerder verder: *Laat ons een keer die rondte doen, en een vir een ons gevoelens aangaande die groepervaring van die afgelope tyd en die beëindiging van die groep met mekaar deel. Wie sal eerste begin?* (vergelyk Shapiro, 1978:223-224). 'n Verdere manier van terugvoer aan die groep deur die groeplede kan

gedoen word deurdat elke groeplid 'n kort afskeidsboodskap skryf, naamlik: *Ek is ... as jy ...* Byvoorbeeld: *Ek is bly om jou in die groep te kon gehad het, veral as jy bereid is om openlik en eerlik te wees.*

BYLAE C: LEESSTUKKE VIR SESSIES

C1: Bewuswording en hede-georiënteerdheid

Elke persoon se lewe omvat 'n verlede, hede en toekoms wat bepalend is vir sy huidige bestaan. Die Gestaltbenadering fokus op die hede. Dit beteken dat:

- * dit onmoontlik is om enige iets te *ERVAAR*, behalwe in die hede;
- * die ervaring van die hede *KONTAK* met die omgewing bevorder;
- * *VERANDERING* alleen kan plaasvind in die hede; en
- * selfbewustheid verhoog word indien in die *HIER-EN-NOU* geleef word.

Bewuswording is 'n waardevolle metode om van oomblik tot oomblik in kontak met myself, my medemens en die omgewing te wees. Die afwesigheid van bewuswording gaan hand aan hand met vermydingsgedrag. Elke persoon is 'n self-in-die-omgewing. Om effektief in my omgewing te leef, moet daar voldoende vlakke van bewuswording wees. Bewuswording as sodanig kan in drie vlakke verdeel word:

- * bewuswording van die wêreld buite my (die mense, dinge en sake);
- * bewuswording van die wêreld binne-in my (gevoelens en ervarings); en
- * bewuswording van fantasie-aktiwiteite soos wensdenkery, verduidelikings, raaisels, vergelykings, beplanning en die onthou van die verlede sowel as die vooruitskouing van die toekoms.

C2: Taal as selfopenbaringswyse

Die woorde wat ek kies om aan myself uiting te gee, is 'n weerspieëling van:

- * my persoonlikheid;
- * my selfbewuswording; en
- * die mate waarin ek verantwoordelikheid vir myself aanvaar.

In die Gestaltbenadering word onpersoonlike stellings na *ek*-stellings verander. So

word *dit*-, *jy*-, *ons*- stellings verander na *ek*-stellings, byvoorbeeld : *Dit is goed* kan verander word na *Ek hou baie daarvan*. Ander veranderinge is dié van 'n vraagstelling na 'n stelstelling: *Hoekom dink jy so?* versus *Jy dink met ander woorde dat ...* Hierdie veranderinge lei tot openlikheid en direkte interpersoonlike kontak.

C3: Die bewuswording van nie-verbale gedrag

Nie-verbale gedrag of liggaamstaal is 'n integrale deel van menswees. In die Gestaltbenadering word die mens as 'n holistiese wese beskou wat in terme van sy gedrag, emosies, gedagtes en liggaam as 'n geheel funksioneer. Die belang van nie-verbale uitdrukking is die volgende:

- * Elke gedragsvorm is 'n uitdrukking van myself op 'n bepaalde moment.
- * In die meeste gevalle is ek meer bewus van my verbale as van my nie-verbale gedrag.
- * Nie-verbale gedrag is baie meer spontaan en 'n geldiger aanwyser van my huidige ervaring van die situasie.
- * As ek as 'n geïntegreerde geheel funksioneer, sal ek (verbale en nie-verbale) uitinge toon wat ooreenkom.
- * Die ontdekking van my nie-verbale gedrag verhoog my algehele bewustheid.

C4: Die positiewe aanwending van fantasie in Gestaltterapie

Fantasie word dikwels met wanbegrip sowel as agterdog beskou. In 'n wêreld wat 'n hoë premie op objektiwiteit en realiteit plaas, is daar min ruimte vir spontane fantasering. Hierdie beperkings is onnodig, omdat fantasie een van die mens se rykste ervaringswyses is. Die redes hiervoor is dat:

- * fantasie tydelike verligting bied deur middel van onttrekking, byvoorbeeld in situasies waarin sekere ervarings vervelig, vermoeiend of vreesaanjaend is;
- * 'n persoon deur middel van fantasie plaasvervangende ervarings en situasies

kan beleef wat nie in die realiteit beleef word nie (byvoorbeeld om 'n held, of selfs net op 'n ander aangename plek, te wees);

- * fantasie persone help om by die realiteit aan te pas deur onder andere die verlede te herbekyk en die toekoms in oënskou te neem en hulle daarop voor te berei;
- * fantasieë, drome en gedagtes 'n aanduiding kan wees van 'n persoon se huidige behoeftes en bekommernisse - dit wat onafgehandel is of nog aandag vereis;
- * aktiewe fantasie 'n primêre determinant in kreatiewe gedrag is; en
- * fantasie selfs baie genotvol kan wees.

Bogenoemde gebruike van fantasie laat dit aan die persoon oor of hy op die situasie gaan reageer en of hy net daaroor gaan gesels.

C5: Die verband tussen die hede, verlede en toekoms

"I have one aim only: to impart a fraction of the meaning of the word now. To me, nothing exists except the now. Now = experience = awareness = reality. The past is no more and the future not yet. Only the now exists." (Perls, 1970:14.)

"Although I have tried to deprecate futuristic and historical thinking, I do not wish to give a wrong impression. We must not entirely neglect the future (e.g. planning) or the past (unfinished business), but we must realize the past has gone, leaving us with a number of unfinished situations and that planning must be a guide to and not a sublimation of or a substitute for action.." (Perls, 1947:97.)

Ons is dikwels besig met die verlede en die toekoms. Die aspekte rondom die verlede sluit onder andere in: 'n magdom van moontlike oorsake, die onvermoë om dinge te verklaar en 'n latere oortuiging dat dinge net nie kan verander nie. Verder gebruik ons die verlede as 'n sondebok en vermy ons die hede deur op die verlede te fokus.

Aspekte rakende die toekoms sluit in die onbetroubaarheid van voorspellings, die neiging van mense om hulle in die vorm van die toekoms te giet, die gemak om te lewe in 'n staat van beplanning ("*intending*"), en angs wat in die toekoms geprojekteer word. Die Gestaltbenadering handel met die verlede sowel as die toekoms op so 'n wyse dat daar met beide in die hier-en-nou gehandel word.

C6: Die gevoelsdimensie

"It is all important that you become aware of the continuity of your emotional experience. Once emotion is understood to be not a threat to rational control of your life, but a guide which furnishes the only basis on which human existence can be ordered rationally, then the way is open to the cultivation of continuous awareness of its wise promptings." (Perls et al., 1951:100.)

'n Persoon het elke oomblik 'n emosionele ervaring wat as 'n gevoel erken word. Hierdie gevoelens mobiliseer die persoon en voorsien 'n oriëntasie waaruit 'n persoon sy gedrag selektief kan rig in die verkryging van bevrediging uit die omgewing. Dit is dus belangrik om voortdurend die vloei van gevoelens waar te neem sonder om noodwendig die inhoud of intensiteit daarvan in ag te neem. Die verantwoordelikheid vir 'n gevoel word dikwels op die skouers van omgewingskragte of ander persone geplaas. In die Gestaltbenadering is elke persoon verantwoordelik vir sy eie gevoelens.

C7: Die Gestaltideaal

*"I do my thing, and you do your thing.
I am not in this world to live up to your expectations.
And you are not in this world to live up to mine.
You are you and I am I;
And if by chance we find each other, it's beautiful.
If not, it can't be helped."
(Perls, 1969:4.)*

Positiewe en negatiewe funksionering kan as volg voorgestel word:

POSITIEWE FUNKSIONERING

- * Integrasie, heelheid, volledigheid;
- * Leef voluit, vars en spontaan;
- * Aktualisering van potensiaal;
- * Voorsien selfondersteuning;
- * Wees outonoom, ten volle dit wat jy is;
- * Aanvaar verantwoordelikheid vir jou gedrag, gevoelens en gedagtes;
- * Leef in die hier-en-nou;
- * Waag om te groei;
- * Wees ten volle bewus.

(Vergelyk Rader, 1977:558.)

NEGATIEWE FUNKSIONERING

- Ontkenning van sekere aspekte van die self, tekort aan integrasie;
- Tekort aan spontaneïteit, voel angstig, verdofte waarneming;
- Faal in aktualisering van potensiaal;
- Soek ondersteuning van andere;
- Is skynheilig, probeer om dit te wees wat ander verwag;
- Ontkenning van gedrag, gevoelens en gedagtes;
- Klou aan die verlede of dit wat afwesig is en is oor betrokke by die toekoms;
- Vermy uitdagings en die moontlikheid van ongemak;
- Beperk/vermy bewustheid.

BYLAE D: EVALUERINGSVRAELYS

D1: Evalueringsvraelys vir eksperimentele groep

Sessie No _____

Die vraelys is 'n geleentheid om eerlike terugvoering oor jou ervarings van die sessie op 'n vyf-puntskaal, met 3 as verteenwoordigend van 'n neutrale opinie, te gee.

1. Die fokuspunt van die sessie is:

Vaag	1	2	3	4	5	Duidelik
Onaanvaarbaar	1	2	3	4	5	Aanvaarbaar
Uiteenlopend	1	2	3	4	5	Gemeenskaplik
Te abstrak	1	2	3	4	5	Werkbaar
Onvanpas	1	2	3	4	5	Doelgerig

2. Die groepoefeninge in vanaand se sessie was:

Onaanvaarbaar	1	2	3	4	5	Aanvaarbaar
Onvanpas	1	2	3	4	5	Doelgerig
Onaangenaam	1	2	3	4	5	Aangenaam
Sonder effek	1	2	3	4	5	Leersaam

3. Groeplede se houding ten opsigte van die sessie was:

Passief	1	2	3	4	5	Aktief
Onbetrokke	1	2	3	4	5	Betrokke
Gespanne	1	2	3	4	5	Ontspanne
Onaangenaam	1	2	3	4	5	Aangenaam

4. Hoe tevrede was jy persoonlik met die sessie? Kon jy dus vir jouself iets daaruit put en ryker word?

Ontevrede	1	2	3	4	5	Tevrede
-----------	---	---	---	---	---	---------

5. Is daar enigiets wat jy graag sou wou sê of doen, maar nie kon nie? Wat het jou weerhou om dit te sê of doen?

6. Dit waarvan ek die meeste gehou het, is:

(Vergelyk Henning, 1986:143.)

D2: Resultate van die vraelys

<i>Sessie</i>	<i>1</i>	<i>2</i>	<i>3</i>	<i>4</i>	<i>5</i>	<i>6</i>	<i>7</i>	<i>8</i>	$\bar{X}$
Fokuspunt	4.7	4.3	4.6	4.5	<u>4.9</u>	4.5	4.6	4.8	4.6
Groepoefening	4.8	4.4	<u>4.9</u>	4.5	<u>4.9</u>	4.6	4.8	4.8	4.7
Houding	4.4	4.4	4.6	4.5	<u>4.9</u>	4.5	<u>4.9</u>	<u>4.9</u>	4.6
Tevredenheid	4.8	4.3	4.7	4.7	<u>4.9</u>	4.6	4.7	<u>4.9</u>	4.7
$\bar{X}$	4.6	4.3	4.7	4.5	<u>4.9</u>	4.5	4.7	<u>4.9</u>	4.6

BYLAE E: RESULTATE VAN DIE BECK-DEPRESSIESKAAL

E1: Resultate van die Beck-depressieskaal

BDS-tellings	Aantal proefpersone in beskikbaarheidsteekproef	
0	10	
1	3	geen/minimale depressie
2	6	
3	6	
4	3	
5	2	'n ligte graad van depressie
6	3	
7	1	
8	-	
9	-	
10	1	
11	-	matige depressie
12	1	
13	-	
14	-	
15	-	
16+	-	ernstige depressie

Die gemiddelde telling van beskikbaarheidsteekproef = 2.35 punte wat binne die geen/ligte graad van depressiekategorie val.

BIBLIOGRAFIE

- ADAMS, G.R., ABRAHAM, K.G. & MARKSTROM, C.A. 1987. The relations among identity development, self-consciousness, and self-focusing during middle and late adolescence. **Developmental psychology**, 23(2):292-297.
- ALLPORT, G.W. 1961. Pattern and growth in personality. New York : Holt, Rinehart & Winston.
- ARONSTAM, M. 1977. Gestalt therapy: a dynamic-holistic approach to psychotherapy. **Psychotherapeia**, 3(4):3-7, Oct.
- ARONSTAM, M. 1986. Die selfregulerende mens. (In Du Toit, S.I., red. Perspektiewe op menswees. Pretoria : Academica.)
- AVERY, A.W., RIDLEY, C.A., LESLEY, A.C. & MILHOLLAND, T. 1980. Relationship enhancement with pre-marital dyads: a 6 month follow-up. **American journal of family therapy**, 8:23-31.
- BECK, A.T. & BEAMESDERFER, A. 1974. Assessment of depression: the depression inventory. **Modern problem pharmacopsychiatry**, 7(0):151-169.
- BENJAMIN, L.S. 1979. Use of structural analysis of social behavior (SASB) and Markov Chains to study dyadic interactions. **Journal of abnormal psychology**, 88:303-319.
- BLUSTEIN, D.L. 1988. A canonical analysis of career choice crystallization and vocational maturity. **Journal of counseling psychology**, 35(3):294-297.

BOCKNEK, G. 1977. A developmental approach to counseling adults. (In Schlossberg, N.G. & Entine, A.D., eds. Counseling adults. Monterey, Calif. : Brooks & Cole.)

BOCKNEK, G. 1989. The young adult. Monterey, Calif. : Brooks & Cole.

BOHART, A.C. 1977. Role playing and interpersonal conflict reduction. **Journal of counseling psychology**, 24(1):15-24.

BOSMAN, A.J. 1987. Die effektiwiteit van 'n opleidingsprogram vir voornemende psigoterapeute. Johannesburg : RAU. (Skripsie - MA Kliniese Sielkunde) 153 p.

BOURNE, E. 1978. The state of research on ego-identity: a review and appraisal. **Journal of youth and adolescence**, 7:371-392.

BRONSON, G.W. 1959. Identity diffusion in late adolescents. **Journal of abnormal and social psychology**, 59:414.

CELLA, D.F., DeWOLFE, A.S. & FIZTGIBBON, M. 1987. Ego identity status, identification, and decision-making style in late adolescents. **Adolescence**, 22(88):849-861.

CLARKE, A. 1981. Development gestalten in adulthood. **The Gestalt journal**, 4(2):1-10, Fall.

CLARKE, K.M. & GREENBERG, L.S. 1986. Differential effects of the Gestalt two-chair intervention and problem-solving in resolving decisional conflict. **Journal of counseling psychology**, 33(1):11-15, Jan.

COHEN, J. 1977. Statistical power analysis for the behavioral sciences. London : Academic Press.

CONOLEY, C.W., McCONNELL, J.A., CONOLEY, C.E. & KIMZEY, C. E. 1983. The effect of the ABCs of Rational Emotive therapy and the empty-chair technique of Gestalt therapy on anger reduction. **Psychotherapy: theory, research and practice**, 20(1):112-117, Spring.

CÔTÈ, J.E. & LEVINE, C. 1983. Marcia and Erikson: the relationship among ego identity status, neurotism, dogmatism, and purpose in life. **Journal of youth and adolescence**, 12:43-53.

CRANDALL, J.E. & RASMUSSEN, R.D. 1975. Purpose in life as related to specific values. **Journal of clinical psychology**, 31:483-485.

CRUMBAUGH J.C. & MAHOLICK, L.T. 1969. Manual of instructions for the purpose in life test. Munster : Psychometric Affiliates.

DOERRIES, L.E. 1970. Purpose in life and social participation. **Journal of individualistic psychology**, 26:50-53.

DOLLIVER, R.H. 1981. Some limitations in Perls' Gestalt therapy. **Psychotherapy : theory, research and practice**, 18(1):38-45.

DRUM, D.J & KNOTT, J.E. 1977. Structured groups for facilitating development: acquiring life skills, resolving life themes, and making life transitions. New York: Human Sciences.

DU PLESSIS, W.F. 1982. Beangste en nie-beangste eerstejaardamestudente:

'n klinies-psigologiese verkenning. Potchefstroom : PU vir CHO. (Proefskrif - D.Phil.) 439 p.

DU PLESSIS, G. 1986. Die invloed van 'n studentevoorligtingsprogram op die studiegedrag van ingenieurstudente. Pretoria : UP. (Proefskrif - D.Phil.) 310 p.

DU TOIT, J.M. 1975. Statistiese metodes: 'n inleiding vir studente in die sielkunde, opvoedkunde en sosiale wetenskappe. Stellenbosch : Kosmo.

DU TOIT, S.I. 1986. Die kontinuum siek-gesond. (In Du Toit, S., red. Perspektiewe op menswees. Pretoria : Academica.)

ERIKSON, E.H. 1956. The problem of ego identity. **Journal of the american psychoanalytical association**, 4:56-121.

ERIKSON, E.H. 1963. Childhood and society. New York : Norton.

ERIKSON, E.H. 1968. Identity, youth and crisis. New York : Norton.

FAGAN, J. & SHEPHERD, I.L. 1970. Gestalt therapy now: theory, techniques, applications. Palo Alto, Calif. : Science & Behavior.

FOULDS, M.L. 1970. Effects of a personal growth group on a measure of self-actualization. **Journal of humanistic psychology**, 10:33-38.

FOULDS, M.L. 1971. Measured changes in self-actualization as a result of a growth group experience. **Psychotherapy: theory, research and practice**, 8:338-341.

FOULDS, M.L. & HANNIGAN, P.S. 1976a. A Gestalt marathon workshop: effects on extraversion and neuroticism. **Journal of college student personnel**, 17(1):50-54, Jan.

FOULDS, M.L. & HANNIGAN, P.S. 1976b. Effects of Gestalt marathon workshop on measured self-actualization: a replication and follow-up study. **Journal of counseling psychology**, 23(1):60-65.

FOX, J., KNAPP, R.R. & MICHAEL, W.B. 1968. Assessment of self-actualization of psychiatric patients: validity of the personal orientation inventory. **Educational and psychological measurement**, 28:565-569.

FRANKL, V.E. 1955. The doctor and the soul: from psychotherapy to logotherapy. New York : Knopf.

FREUND, J.E. 1979. Modern elementary statistics. 5th ed. Englewood Cliffs, N.J.: Prentice-Hall.

GAGNON, J.H. 1981. Gestalttherapy with the schizophrenic patient. **The Gestalt therapy journal**, 1(4):1.

GAZDA, G.M. 1984. Group counseling: a developmental approach. 3rd ed. Boston, Mass. : Allyn & Bacon.

GAZDA, G.M., CHILDERS, W.C. & BROOKS, D.K. 1987. Foundations of counseling and human services. New York : McGraw-Hill.

GERDES, L.C., OCHSE, R., STANDER, L. & VAN EDE, D. 1981. Die ontwikkelende volwassene. Durban : Butterworth.

GERDES, L.C., MOORE, C., OCHSE, R. & VAN EDE, D. 1988. Die ontwikkelde volwassene. 2de uitg. Durban : Butterworth.

GOULD, R.L. 1978. Transformations: growth and change in adult life. New York : Simon & Schuster.

GREENBERG, L.S. 1980. Training counselors in Gestalt methods. **Canadian counsellor**, 14(3):174-180.

GREENBERG, L.S. & CLARKE, K.M. 1979. The differential effects of the two-chair experiment and empathic reflections at a conflict marker. **Journal of counseling psychology**, 26(1):1-8.

GREENBERG, L.S. & DOMPIERRE, L. 1981. Differential effects of Gestalt two-chair dialogue on intrapsychic conflict in counseling. **Journal of counseling psychology**, 24(4):288-294.

GREENBERG, L.S. & HIGGINS, H.M. 1980. Effects of two-chair dialogue and focusing on conflict resolution. **Journal of counseling psychology**, 27(3):221-224.

GREENBERG, L.S. & RICE, L.N. 1981. The specific effects of a Gestalt intervention. **Psychotherapy : theory, research and practice**, 18(1):31-37.

GREENBERG, L.S. & SARKISSIAN, M.G. 1984. Evaluation of counselor training in Gestalt methods. **Counselor education and supervision**, 23(4):328-340, Jun.

GREENBERG, L.S. & WEBSTER, M.C. 1982. Resolving decisional conflict by Gestalt two-chair dialogue: relating process to outcome. **Journal of counseling psychology**, 29(5):468-477.

GUINAN, J. & FOULDS, M. 1970. Marathon groups: facilitator of personal growth? **Journal of counseling psychology**, 17:145-149.

HANSEN, J.C., STEVIC, R.R. & WARNER, R.W. 1977. Counseling: theory and process. 2nd ed. Boston, Mass. : Allyn & Bacon.

HARMAN, R.L. 1988. Gestalt group therapy. (In Long, S., ed. Six group therapies. New York : Plenum Press.)

HARREN, V.A. 1979. A model of career decision-making for college students. **Journal of vocational behavior**, 14:119-133.

HARPER, F.D. & HAWKINS, M. 1977. A profile of black graduate students on the Personal Orientation Inventory. **Journal of non-white concerns in personnel and guidance**, 5(4):168-174, Jul.

HATTIE, J., HANCOCK, P. & BRERETON, K. 1984. The relationship between two measures of self-actualization. **Journal of personality assessment**, 48(1):17-25, Feb.

HAVIGHURST, R.J. 1972. Developmental tasks and education. 3rd ed. New York : McKay.

HEATH, D.H. 1968. Growing up in college: liberal education and maturity. San Francisco : Jossey-Bass.

HELSON, R. & WINK, P. 1987. Two conceptions of maturity examined in the findings of a longitudinal study. **Journal of personality and social psychology**, 53(3):531-541.

HENDERSON, M.J. 1988. An ecosystemic approach of needs assessment with black students. Johannesburg : RAU. (Dissertation - MA) 131 p.

HENNING, J.J. 1986. Die effektiwiteit van 'n logoterapeutiese verrykingsprogram. Potchefstroom : PU vir CHO. (Skripsie - MA Kliniese Psigologie) 167 p.

HOTZ, P.B. 1974. Construct validations of a new personal autonomy inventory. Port Elizabeth : UPE. (Dissertation - MA) 150 p.

HOWCROFT, J.G. 1986. The self-esteem of black university students. Port Elizabeth : Vista. (Thesis - Ph.D.) 399 p.

JONES, L.K. & CHENERY, M.F. 1980. Multiple subtypes among vocationally undecided college students: a model and assessment instrument. **Journal of counseling psychology**, 27:469-477.

JOHNSON, S. & JOHNSON, N. 1979. Effects of various group approaches on self-actualization of graduate counseling students. **Journal of counseling psychology**, 26(5):444-447.

KAPLAN, M.L. 1978. Uses of the group in Gestalt therapy groups. **Psychotherapy: theory, research and practice**, 15(1): 80-89.

KAPLAN, M.L. & KAPLAN, N.R. 1985. The linearity issue and Gestalt therapy's theory of experiential organization. **Psychotherapy: theory, research and practice**, 22(1):5-15.

KAPLAN, M.L., KAPLAN, N.R. & SEROK, S. 1985. Gestalt therapy's theory of experiential organization and mutual support processes in psychotherapy and supervision. **Psychotherapy: theory, research and practice**, 22(4):687-695.

KARLE, W., CORRIERE, R., HART, J. & KLEIN, J. 1981. The personal orientation inventory and the Eysenck personality inventory as outcome measures in a private outpatient clinic. **Psychotherapy: theory, research and practice**, 18(1):117-122.

KASTNER, M. & NEUMANN, M. 1986. A model combining two psychotherapeutic approaches in group psychotherapy. **Psychotherapy: theory, research and practice**, 23(4):593-597.

KAZDIN, A.E. 1986. Comparative outcome studies of psychotherapy: methodological issues and strategies. **Journal of consulting and clinical psychology**, 54(1):95-105.

KENISTON, K. 1982. Youth: a new stage of life. (In Allman, L.R. & Joffe, D.T., eds. **Readings in adult psychology: contemporary issues**. 2nd ed. New York : Harper & Row.)

KITCHENER, K.S., KING, P.M., DAVISON, M.L., PARKER, C.A. & WOOD, P.K. 1984. A longitudinal study of moral and ego development in young adults. **Journal of youth and adolescence**, 13(3):197-211.

KLEIN, M., MATHIEU, P., KEISLER, D. & GENDLIN, E. 1969. The experiencing scale. Madison, Wis. : Wisconsin Psychiatric Institute.

KNAPP, R.R. 1976. Handbook for the Personal Orientation Inventory. San Diego : Edits.

KOHLBERG, L. 1964. Development of moral character and moral ideology. (In Moffma, M.L. & Hoffman, L.W., eds. Review of child development research. New York : Russel Sage.)

KOMITEE VAN UNIVERSITEITSHOOFDE. 1987. Makro-aspekte van die universiteitswese binne tersiêre onderwysverband in die RSA. Pretoria.

KRUPNICK, J., SHEA, T. & ELKIN, J. 1986. Generalizability of treatment studies using solicited patients. **Journal of consulting and clinical psychology**, 54(1):68-78

KUH

kyk

KOMITEE VAN UNIVERSITEITSHOOFDE.

LEVINSON, D.J. 1978. The seasons of a man's life. New York : Knopf.

LEVITSKY, A. & PERLS, F.S. 1970. The rules and games of Gestalt therapy. San Francisco : Lodestar Press.

LIEBERMAN, M., YALOM, I. & MILES, M. 1973. Encounter groups: first facts. New York : Basic Books.

MACE, D.R. 1975. Marriage enrichment concepts for research. **The family coordinator**, 24(2):171-173, Apr.

MADDI, S.R. 1980. Personality theories: a comparative analysis. 4th ed. Homewood, Ill. : Dorsey Press.

MALAN, J.C. 1987. Die samestelling van 'n toetsbattery vir die voorspelling van akademiese sukses van studente aan die Bestuurskool van die Witwaterandse Tegnikon. Potchefstroom : PU vir CHO. (Skripsie - MA) 176 p.

MARCIA, J.E. 1966. Development and validation of ego-identity status. **Journal of personality and social psychology**, 3:551-558.

MASLOW, A.H. 1962. Some basic propositions of growth and self-actualization psychology. (In MASLOW, A.H., ed. Perceiving, behaving, becoming: a new focus for education. Washington, D.C. : The Association for Supervision and Curriculum Development.)

MASLOW, A.H. 1968. Toward a psychology of being. 2nd ed. New York : Von Nostrand & Reinhold.

MINNAAR, G.K. 1976. Gestaltterapie as 'n behandelingsmetode by angsneurose. Pretoria : UP. (Skripsie - MA Kliniese Sielkunde) 154 p.

MOUTON, J. & MARAIS, H.C. 1988. Metodologie van die geesteswetenskappe: basiese begrippe. RGN-studies in navorsingsmetodologie. Deel 1. 2de uitg. Pretoria : RGN.

NEWMAN, P.R. & NEWMAN, B.M. 1988. Differences between childhood and adulthood: the identity watershed. **Adolescence**, 23(91):551-557.

OAKLAND, J.A., FREED, F., LOVEKIN, A., DAVIS, J.P. & CAMILLERI, R. 1978. A critique of Shostrom's Personal Orientation Inventory. **Journal of humanistic psychology**, 18(2):75-85.

OSIPOW, S.H., CARNEY, C.G. & BARAK, W. 1976. A scale of educational-vocational undecidedness: a typological approach. **Journal of vocational behavior**, 9:233-243.

OTTO, H.A. 1975. Marriage and family enrichment programs in North America: report and analysis. **The family coordinator**, 24(2):137-142.

PALOUTZIAN, R.F. 1981. Purpose in life and value changes following conversion. **Journal of personality and social psychology**, 41(6):1153-1160.

PARISH, T.S. 1988. Helping college students take control of their lives. **College student journal**, 22(1):64-69, Spring.

PARLOFF, M.B. 1986. Placebo controls in psychotherapy research: a sine qua non or a placebo for research problems? **Journal of consulting and clinical psychology**, 54(1):79-87.

PASSONS, W.R. 1972. Gestalt therapy interventions for group counseling. **Personnel and guidance journal**, 51:183-189.

PASSONS, W.R. 1975. Gestalt approaches in counseling. New York : Rinehardt & Winston.

PERLS, F.S. 1947. Ego, hunger and aggression. London : Allen & Unwin.

PERLS, F.S. 1969. Gestalt therapy verbatim. Moab, Utah : Real People.

PERLS, F.S. 1970. Four lectures. (In Fagan, J. & Shepherd, I.L., eds. Gestalt therapy now. Palo Alto, Calif. : Science & Behavior.)

PERLS, F.S. 1973. The Gestalt approach & eye witness to therapy. Palo Alto, Calif. : Science & Behavior.

PERLS, F.S., HEFFERLINE, R.F. & GOODMAN, P. 1951. Gestalt therapy: excitement and growth in the human personality. Toronto : Bantam.

PERRY, W.C. 1970. Forms of intellectual and ethical development in the college years. New York : Rinehardt & Winston.

PHILLIPS, S.D. 1980. The development of career choices: the relationship between patterns of commitment and career outcomes in adulthood. **Journal of vocational behavior**, 20:141-152.

PHILLIPS, M.P. WATKINS, J.T. & NOLL, G. 1974. Self-actualization, self-transcendence, and personal philosophy. **Journal of humanistic psychology**, 14(3):53-73, Summer.

PLUG, C., MEYER, W.F., LOUW, D.A. & GOUWS, L.A. 1986. *Psigologiewoordeboek*. 2de uitg. Johannesburg : McGraw-Hill.

PRETORIUS, H.G. 1982. Die effektiwiteit van 'n voorhuwelikse-kommunikasie-program. Johannesburg : RAU. (Skripsie - MA) 98 p.

RAAD VIR GEESTESWETENSKAPLIKE NAVORSING. 1981. Beroepstudie van verpleegkundiges: verslag van die RGN vir Mannekrag. Pretoria. (Finalejaarstudente, deel 1.) (Voorsitter: G. Cilliers.)

RACHMAN, S.J. & WILSON, G.T. 1980. The effects of psychological therapy. 2nd ed. Oxford : Pergamon Press.

RADER, G.E. 1977. Gestalt therapy. (In Rimm, D.C. & Somerville, J.W., eds. Abnormal psychology. New York : Academic Press.)

REKER, G.T. & COUSINS, J.B. 1979. Factor structure, construct validity and reliability of the Seeking of Noetic Goals (SONG) and Purpose in Life (PIL) Tests. **Journal of clinical psychology**, 35(1):85-91.

REYNOLDS, W.M. & GOULD, J.W. 1981. A psychometric investigation of the standard and short form Beck Depression Inventory. **Journal of consulting and clinical psychology**, 49(2):306-307.

RGN

kyk

RAAD VIR GEESTESWETENSKAPLIKE NAVORSING.

RICE, K., KOKE, C., GREENBERG, L. & WAGSTAFF, A. 1979. Manual for client voice quality. Toronto, Canada : York University Counselling and Development Centre.

RIDLEY, C.A., AVERY, A.W., HARRELL, J.E., LESLEY, A.C. & DENT, J. 1981. Conflict management: a pre-marital training program in mutual problem solving. **American journal of family therapy**, 9(4):23-32.

ROBINSON, P.W. 1981. Fundamentals of experimental psychology. 2nd ed. Englewood Cliffs, N.J. : Prentice-Hall.

ROUX, B. 1987. 'n Vergelyking van spesifieke persoonlikheidsaspekte van eerstejaar- en nagraadse teologiestudente. Bloemfontein : UOVS (Skripsie - MA) 174 p.

SANTROCK, J.W. 1985. Adult development and aging. Iowa : Brown.

SAS INSTITUTE. 1982. User's guide: statistics basics. s.l., USA. : Author.

SAWIN, M.M. 1979. Family enrichment with family clusters. Valley Forge, Pa. : Judson Press.

SHAPIRO, J.L. 1978. Methods of group psychotherapy and encounter: a tradition of innovation. Kailua, Hawaii : Peacock.

SHARPE, D. & VINEY, L.L. 1973. Weltanschauung and the Purpose in Life Test. **Journal of clinical psychology**, 29:489-491.

SHEPHERD, I.L. 1970. Limitations and cautions in the Gestalt approach. (In Fagan, J. & Shepherd, I.L., eds. Gestalt therapy now. Palo Alto, Calif. : Science & Behavior.)

SHOSTROM, E.L. 1964. An inventory for the measurement of self-actualization. **Educational and psychological measurement**, 24(2):207-218.

SHOSTROM, E.L. 1974. Manual of the personal orientation inventory. San Diego : Educational & industrial testing services.

SHOSTROM, E.L. & KNAPP, R.R. 1966. The relationship of a measure of self-actualization (POI) to a measure of pathology (MMPI) and to therapeutic growth. **American journal of psychotherapy**, 20:193-202.

SHOSTROM, E.L., KNAPP, L. & KNAPP, R.R. 1977. Actualizing therapy. San Diego : Edits.

SIEGEL, S. 1956. Nonparametric statistics for the behavioral sciences. New York : McGraw-Hill.

SELKUNDEVERENIGING VAN SUID-AFRIKA. 1986. Etiese kode vir sielkundiges. s.l..

SIMKIN, J.S. 1976. Gestalt therapy mini-lectures. Milbrae, Calif. : Celestial Arts.

SIMKIN, J.S. & YONTEF, G.M. 1984. Gestalt therapy. (In Corsini, R.J. & Wedding, D., eds. Current psychotherapies. 3rd ed. Itasca, Ill. : Peacock.)

SMIT, G.J. 1983. Psigometrika. Pretoria : HAUM.

SMUTS, J.C. 1927. Holism and evolution. London : Macmillan.

SODERSTROM, D. & WRIGHT, E.W. 1977. Religious orientation and meaning in life. **Journal of clinical psychology**, 33(1):65-68.

STEVENS, J.O. 1971. Awareness: exploring, experimenting and experiencing. Lafayette, Calif. : Real People Press.

STRÜMPFER, D.J.W. 1972. Construction of a scale to measure personal autonomy. UPE Projects : Port Elizabeth.

SUID-AFRIKAANSE INSTITUUT VIR KLINIESE SELKUNDIGES. 1987. Etiese kode vir kliniese sielkundiges. Stellenbosch : Universiteitsuitgewers.

TILLEY, J.F.G. 1974. Cognitive correlates of a new personal autonomy inventory. Port Elizabeth : UPE. (Dissertation - MA) 93 p.

TUBBS, W. 1972. Beyond Perls. **Journal of humanistic psychology**, 12(2):5.

UNIVERSITEIT VAN WES-KAAPLAND. 1978. Die senior universiteitstudent se gesindheid teenoor godsdienstige aangeleenthede. Publikasie van UWK. Reeks no.1 : Kaapstad.

VALDES, T.M. & McPHERSON, R.H. 1987. Leaving home: a family of origin group for college students. **Journal of college student personnel**, 28:466-467.

VAN DER WALT, M.S. 1987. Studente-ontwikkeling: 'n psigologiese ondersoek. Potchefstroom : PU vir CHO. (Proefskrif - D.Phil.) 912 p.

VAN PRAAG, D. 1987. Gestalttherapie: een procesbenadering. Acco, Amersfoort : Academische Uitgeverij.

VAN WYK, S.J. 1984. Die gebruik van beelding in Gestaltterapie. Pretoria : UP. (Skripsie - MA Kliniese Sielkunde) 111 p.

VENTER, C.A. 1988. Die ontwerp en evaluering van 'n psigologiese voorhuwelikse verrykingsprogram. Potchefstroom : PU vir CHO. (Proefskrif - D. Phil.) 534 p.

WATERMAN, A.S. 1982. Identity development from adolescence to adulthood: an extension of theory and a review of research. **Development psychology**, 18:341-358.

WELCH, I.D., TATE, G.A. & MEDEIROS, D.C. 1987. Self-actualization: an annotated bibliography of theory and research. New York : Garland Publishing.

YARNELL, T.D. 1970. Purpose-in-Life Test: further correlates. **Journal of individual psychology**, 27:76-79.