DIE BELANGRIKHEID VAN DIE STAPPE VAN ROU EN VERGIFNIS IN DIE HERSTELPROSES VAN DIE EMOSIONEEL VERWONDE PERSOON – 'N PASTORALE STUDIE

HENDRIK PETRUS KOTZE
(MA)

Proefskrif voorgelê vir die graad
***Philosophiae Doctor* in Pastoraal**
(Fakulteit Teologie)
aan die
Noordwes-Universiteit

Promotor: Prof. dr. W.C. Coetzer
November 2008
Potchefstroomkampus

ABSTRACT

This study deals with the importance of the steps of grief and forgiveness in the recovery of the emotionally wounded person.

The basis theoretical research clearly showed that God is the source of healing and forgiveness. The most important words for forgiveness in the Old Testament is *salach, nasa* and *kaphar* while *aphiemi, apoluo* and *charizoma* are the most important words for forgiveness in the New Testament. A special focus was consequently placed on these different words and the one overwhelming fact that repeatedly came to the fore was that, if a person has been granted forgiveness by God, he should also forgive his transgressor.

The meta-theoretical research has clearly shown that both grief and forgiveness consist of a process that has to be worked through. Losses may be experienced as a result of traumatic events and when these losses affect a person negatively, they must be grieved over. Usually before a person has not completed his grief work, he can not move on to forgiving his offender.

For the purpose of the empirical study, five cases of people who experienced trauma were selected and studied. The study highlighted the importance of considering the unique personal history of each individual, especially with reference to unresolved traumatic experiences in this person's past. From each of these case studies the importance of forgiveness came strong to the fore as a determining factor regarding the healing process of the emotionally wounded person.

In the practical theoretical section a pastoral model is presented within which the different phases of the process of grief, as well as the process of forgiveness, are very prominent. The six phases of grief are 1) shock and denial, 2) anger, 3) depression, 4) bargaining and wishful thinking, 5) sorrow, 6) forgiveness, resolution and acceptance. The process of forgiveness consists of three phases and nine steps. Phase one is the

preparation for forgiveness and consists of the following four steps: 1) Forgiveness must be understood. 2) Recognize that forgiveness is necessary. 3) Identify the emotions involved. 4) Confront the hate. Phase two is really the core of forgiveness and consists of the following three steps: 5) bearing the pain, 6) setting boundaries to protect oneself, 7) releasing those who have wronged us. Phase three is oriented toward the possibility of starting over and consists of the following two steps: 8) assuming responsibility, 9) longing for reconciliation.

This is a model that can affectively be applied in the pastoral guidance of persons who are struggling with unresolved grief, and consequently are not able to forgive.

KEY WORDS

Trauma
Loss
Grief
Forgiveness
Emotional
Wounded
Pastoral

OPSOMMING

Hierdie studie handel oor die belangrikheid van die stappe van rou en vergifnis in die herstel van die emosioneel verwonde persoon.

Die basisteoretiese navorsing het duidelik getoon dat God die bron van vergifnis en genesing is. Die belangrikste terme vir vergifnis in die Ou Testament is *salach, nasa* en *kaphar,* terwyl *aphiemi, apoluo* en *charizomai* die belangrikste terme in die Nuwe Testament is. Op hierdie onderskeie terme is daar dan in besonder gefokus. Hieruit het dit telkens baie duidelik geblyk dat net soos iemand deur God vergewe is, hy weer iemand wat teen hom oortree het, moet vergewe.

Vanuit die metateoretiese navorsing het dit duidelk geblyk dat rou, sowel as vergifnis, 'n proses is wat deurgewerk moet word. Traumatiese gebeure het verliese tot gevolg en wanneer hierdie verliese 'n persoon negatief beïnvloed, moet daar oor hierdie verliese gerou word. Voordat die rouproses nie deurgewerk is nie, kan daar oor die algemeen ook nie tot vergifnis oorgegaan word nie.

Vir die empiriese studie is vyf gevallestudies geselekteer van persone wat traumatiese ervarings beleef het. Daar is telkens gefokus op elke individu se unieke persoonlike geskiedenis, veral ten opsigte van onverwerkte traumatiese ervarings uit die persoon se verlede. Uit elkeen van hierdie gevalle het die belangrikheid van vergifnis besonder sterk na vore gekom as 'n deurslaggewende faktor in die herstelproses van emosioneel verwonde persone.

In die praktykteoretiese afdeling word 'n begeleidingsmodel aan die orde gestel waarbinne die onderskeie stappe vir die rouproses, sowel as die proses van vergifnis, baie prominent is. Die proses van rou bestaan uit 1) skok en ontkenning, 2) woede, 3) depressie, 4) onderhandeling en wensdenkery, 5) hartseer, 6) vergifnis, afhandeling en aanvaarding. Die proses van vergifnis bestaan uit 3 fases en 9 stappe. Fase 1 is die voorbereiding tot vergifnis en bestaan uit die volgende stappe: 1) Vergifnis moet verstaan

word. 2) Erken dat vergifnis nodig is. 3) Identifiseer die emosies wat betrokke was. 4) Konfronteer die haat. Fase 2 wat die hart van vergifnis is, behels die volgende stappe: 5) Deurleef die pyn. 6) Stel grense ter wille van eie beskerming. 7) Spreek die oortreder vry. Fase 3 is die fase waar daar van vooraf begin word en behels die volgende stappe: 8) Aanvaar verantwoordelikheid. 9) Strewe na versoening.

Hierdie is 'n model wat met groot vrug aangewend kan word in die pastorale begeleiding van persone wat worstel met onafgehandelde rouprosesse en as gevolg hiervan ook nie in staat is om te vergewe nie.

SLEUTELTERME

Trauma
Verlies
Rou
Vergifnis
Emosioneel
Verwond
Pastoraal

DANKBETUIGINGS

My opregte dank en waardering aan:

- My vrou, Elna - jy het aangespoor, mooigepraat en aangemoedig. Sonder jou sou die studie onmoontlik gewees het. Daarmee saam ook my dank aan Zelda en Peter, my kinders, vir julle geduld, aanmoediging en ondersteuning.

- Prof. Wentzel Coetzer wat as studieleier opgetree het. Dankie vir u geduld, insig, raadgewing en aanmoediging. Niemand anders kan doen wat u doen en soos u dit doen nie.

- Follie van Zyl – groot applous vir jou ondersteuning en aanmoediging oor jare heen.

- Prof. HS Steyn, die hoof van die Statistiek Konsultasiediens, vir sy hulp met die opstel van die vraelys.

- Die gemeentes Messina en Rustenburg Moedergemeente wat my aangemoedig het om die studie te voltooi. Daarmee saam ook al die vriende en bondgenote wat deurgaans betrokke was.

- Elkeen van die medewerkers wie se lewensverhaal deel van hierdie studie geword het.

- Corna Nel – vir die taalversorging.

Ek eer en dank die Here vir hierdie studie. Ek dank U vir U onuitputlike bron van genade. Met hierdie studie het ek besef daar is meer as woede, meer as hartseer – daar is Hoop.

INHOUDSOPGAWE

HOOFSTUK 1

INLEIDING

1.1 DEFINIëRING VAN ENKELE TERME 1

1.1.1 Vergifnis 1

1.1.2 Emosioneel verwonde 2

1.1.3 Pastoraal 2

1.2 ORIËNTERING EN PROBLEEMSTELLING 2

1.3. LEEMTE IN BESTAANDE NAVORSING 6

1.4. DIE NAVORSINGSVRAAG 7

1.4.1 Verdere vrae 7

1.5 DOELSTELLING EN DOELWITTE 7

1.5.1 Doelstelling 7

1.5.2 Doelwitte 8

1.6 SENTRALE TEORETIESE ARGUMENT 8

1.7 METODOLOGIE 8

1.7.1 Basisteoretiese perspektiewe 8

1.7.2 Metateoretiese perspektiewe 9

1.7.3 Praktykteoretiese perspektiewe 10

1.8 ANDER TEGNIESE ASPEKTE 10

1.9 HOOFSTUKINDELING 11

AFDELING A: BASISTEORIE

HOOFSTUK 2

BASISTEORETIESE PERSPEKTIEWE OP DIE BELANGRIKHEID VAN DIE STAPPE VAN ROU EN VERGIFNIS IN DIE HERSTELPROSES VAN DIE EMOSIONEEL VERWONDE PERSOON

2.1 INLEIDING 12

2.2 DOELSTELLING 12

2.3 BASISTEORIE 12

2.4 KEUSE VAN TOEPASLIKE SKRIFGEDEELTES 13

2.5. WOORDSTUDIE VAN BELANGIKE BEGRIPPE 14

2.5.1 VERGIFNIS IN DIE OU TESTAMENT 14

2.5.1.1 Inleiding 14

2.5.1.2 Terme vir vergifnis 15

- *Salach* 15
  - 1 Kon 8:22-53 16
  - Ps 130:4-5 19
  - Jes 55:7 21
  - Samevatting ten opsigte van die term "*salach*" 22
- *Nasa* 22
  - Kwytgeskel 22
  - Dra 23
  - Samevatting ten opsigte van die term "*nasa*" 24
- *Kaphar* 25
  - Ps 78:38 25
  - Jes 6:7 25

- Samevatting ten opsigte van die term *"kaphar"* 26
- Ander Ou-Testamentterme wat God se vergifnis beskryf 27
  - 2 Sam 2:9-14 27
  - Ps 51:11 29

2.5.1.3 Samevatting ten opsigte van ander Ou-Testamentiese terme 30

2.5.2 VERGIFNIS IN DIE NUWE TESTAMENT 30

2.5.2.1 Inleiding 30

2.5.2.2 Die skuld en sonde van die mens 31

2.5.2.3 God se vergifnis 31

2.5.2.4 Die gevolg van God se vergewing van sondes 33

2.5.2.5 Probleemstelling 34

2.5.2.6 Terme vir vergifnis 35

- *Aphiemi* 35
  - Matt 6:12,14-15 35
  - Mark 11:25 38
  - Matt 9:1-8 39
  - Luk 23:34 40
- *Apoluo* 40
  - Luk 6:37 41
- *Charizomai* 42
  - Luk 7:36-50 42
  - Ef 5:32 43
  - Kol 2:13-14 44

2.6 GEVOLGTREKKINGS 45

HOOFSTUK 3

BASISTEORETIESE PERSPEKTIEWE TEN OPSIGTE VAN BELANGRIKE PASTORAAL-TEOLOGIESE VERTREKPUNTE VIR DIE BERADINGSPROSES

3.1 INLEIDING 47

3.2 DOEL VAN DIE HOOFSTUK 48

3.3 PASTORALE BERADING 48

3.4 DIE DOEL VAN PASTORALE BERADING 51

- 3.4.1 Verandering 51
- 3.4.2 Genesing/heelwording 52
- 3.4.3 Genesing van herinneringe 53
- 3.4.4 Verdere doelwitte 55

3.5 DIE PASTORALE BERADINGSVERHOUDING 56

- 3.5.1 Die verhouding van die berader/beradene met God 57
- 3.5.2 Die verhouding tussen berader en beradene 58

3.6 DIE BERADER 59

- 3.6.1 Die berader se kernvaardighede 59
- 3.6.2 Belangrikheid van die leiding van die Heilige Gees 61

3.7 DIE BERADENE 62

- 3.7.1 'n Bybelse mensbeeld 62
- 3.7.2 Die versameling van inligting oor die beradene 63
    - 3.7.2.1 Die insameling van inligting 64
    - 3.7.2.2 Interpretasie van die inligting 64
- 3.7.3 Die beradene se verantwoordelikheid 66

3.7.4 Veranderlikes by die beradene 66

3.8 DIE GEBRUIK VAN DIE SKRIF 67

3.9 DIE ROL VAN DIE HEILIGE GEES IN DIE BERADINGSPROSES 68

3.10 DIE ROL VAN ROU 69
3.10.1 God verstaan pyn en rou 70
3.10.2 Pastorale sorg en rou 71
3.10.3 Weerstand teen rou 71
3.10.3.1 Wraak 72
3.10.3.2 Vergifnis 73
3.10.3.3 Kompensasie 73

3.11 DIE ROL VAN GEBED IN DIE BERADINGSPROSES 74
3.11.1 Genesing van wonde van die verlede 75
3.11.2 Opstel van 'n gebedslys 76

3.12 ERKEN DIE PYN 77
3.12.1 Stephen Seamands se stappe betreffende die konfrontering van pyn ... 78
3.12.1.1 Breek deur die ontkenning 78
3.12.1.2 Herwin pynlike herinneringe 78
3.12.1.3 Erken die woede 79
3.12.1.4 Erken eie skuld 79
3.12.1.5 Rou oor verliese 79
3.12.1.6 Sink in depressie 80

3.13 DIE HELENDE KRAG VAN VERGIFNIS 80
3.12.1 Wat vergifnis nie is nie 81

3.131.1 Vergifnis is nie om die oortreding of impak gering te skat nie 81
3.13.1.2 Vergifnis is nie die goedkeuring van die verkeerde nie 82
3.13.1.3 Vergifnis is nie om verskoning te soek nie 82
3.13.1.4 Vergifnis is nie regverdiging nie 82
3.13.1.5 Vergifnis is nie 'n algemene kwytskelding van straf nie 82
3.13.1.6 Vergifnis en versoening is nie sinoniem nie 83
3.13.1.7 Vergifnis is nie ontkenning nie 83
3.13.1.8 Vergifnis is nie om te vergeet nie 84
3.13.1.9 Vergifnis is nie 'n teken van swakheid nie 84
3.13.1.10 Vergifnis is nie selfblamering nie 84
3.13.2 Wat vergifnis wel is 85
3.13.3 Seamands se sewe stappe vir vergifnis 86
3.13.3.1 Voorbereiding tot vergifnis 86
1. *Kyk die feite in die oë* 86
2. *Ervaar die pyn* 87
3. *Konfronteer die haat* 87
3.13.3.2 Die hart van vergifnis 88
4. *Deurleef die pyn* 88
5. *Spreek die oortreder vry* 89
3.13.3.3 Om van vooraf te begin 89
6. *Om verantwoordelikheid te aanvaar* 89
7. *'n Begeerte na versoening* 90
3.13.4 Struikelblokke op die pad na vergifnis 91

3.14 SELFVERGIFNIS 91

3.15 OM GOD TE VERGEWE 93

3.16 VERDERE ASPEKTE VAN VERGIFNIS 94

3.17 GEVOLGTREKKINGS 94

AFDELING B: METATEORIE

HOOFSTUK 4

METATEORETIESE PERSPEKTIEWE OP DIE STAPPE VAN ROU EN VERGIFNIS IN DIE HERSTELPROSES VAN DIE EMOSIONEEL VERWONDE PERSOON

4.1 INLEIDING 96

4.2 DOELSTELLING 97

4.3 METATEORIE 97

4.4 TRAUMA 98
4.4.1 Verwonding 98
4.4.2 Trauma en vergifnis 98

4.5 VERLIESE 99
4.5.1 Verskillende vorme van verliese 100
4.5.2 Algemene reaksies 101

4.6 ROU 102
4.6.1 Emosionele respons op rou 103
4.6.1.1 Kübler-Ross en Kessler 103
4.6.1.2 Rando se ses prosesse van rou in verhouding tot die drie fases van treur en rou 108
4.6.1.3 Wright 117
4.6.1.4 Hemfelt, Minirth en Meier se stappe na herstel 119
4.6.1.5 Fases of nie? 124

4.6.1.6 Die vier treurtake ... 125
4.6.1.7 Tydverloop en nuwe doelwitte ... 127
4.6.2 Positiewe boustene in rou-terapie ... 128
4.6.3 Emosies moet hanteer word ... 130

4.7 VERGIFNIS ... 132
4.7.1 Wat is vergifnis? ... 132
4.7.2 Voordele van vergifnis ... 134
4.7.3 Proses van vergifnis ... 135
4.7.3.1 Enright se prosesmodel ... 135
4.7.3.2 Worthington se REACH-model ... 139
4.7.3.3 Stoop en Masteller ... 143

4.8 KONJUNKTIEWE EN DISJUNKTIEWE VERGIFNIS ... 145

4.9 WANNEER MOET VERGIFNIS PLAASVIND? ... 146

4.10 AS DAAR NIE VERGIFNIS IS NIE ... 147

4.11 GEVOLGTREKKINGS ... 149

HOOFSTUK 5

EVALUERING VAN DIE RESULTATE VAN 'N EMPIRIESE ONDERSOEK

5.1 INLEIDING ... 151

5.2 DOELSTELLING ... 152

5.3 METODOLOGIESE VERANTWOORDING ... 152

5.4 KWALITATIEWE NAVORSING 153

5.4.1 Kwalitatiewe navorsing gedefinieer 153

5.4.2 Die doel van kwalitatiewe navorsing 154

5.4.3 Metodiese uitgangspunte vir kwalitatiewe navorsing 155

5.4.4 Kenmerke van kwalitatiewe navorsing 156

5.4.5 Navorsingsmetodes 158

5.4.6 Verskillende ondersoekverskyningsvorme 158

5.5 ONDERSKEID TUSSEN KWANTITATIEWE EN KWALITATIEWE BENADERING 159

5.6 GEVALLESTUDIES 161

5.6.1 'n Omskrywing 161

5.6.2 Die doel van gevallestudie 162

5.6.3 Die kenmerke van gevallestudie 162

5.6.4 Data-insamelingsmetodes in gevallestudie 163

5.6.5 Keuse van gevalle 164

5.6.6 Etiese riglyne wat nagevolg is 165

5.6.6.2 Instemming 165

5.6.6.2 Versekering van anonimiteit 165

5.6.7 Medewerker 1 165

5.6.8 Medewerker 2 168

5.6.9 Medewerker 3 171

5.6.10 Medewerker 4 173

5.6.11 Medewerker 5 176

5.7 GEVOLGTREKKINGS MET BETREKKING TOT GEVALLESTUDIES 177

AFDELING C: PRAKTYKTEORIE

HOOFSTUK 6

PRAKTYKTEORETIESE PERSPEKTIEWE VIR DIE PASTORALE BEGELEIDING VAN EMOSIONEEL VERWONDE PERSONE

6.1 INLEIDING EN OMSKRYWING VAN PRAKTYKTEORIE AS BEGRIP 180

6.2 DOELSTELLING 180

6.3 DIE DOEL VAN PASTORALE BERADING 181
- 6.3.1 Geloofsgroei en geloofsontwikkeling 181
- 6.3.2 Genesing en heelwording 182
- 6.3.3 Heling van herinneringe 182
- 6.3.4 Verandering 183
- 6.3.5 Selfbegrip 183

6.4 BERADER SE VERTREKPUNT 184

6.5 DIE PASTORALE BERADINGSVERHOUDING 184
- 6.5.1 Die berader 184
  - 6.5.1.1 Die berader se rol by verliese en die proses van rou 185
- 6.5.2 Die beradene 186
  - 6.5.2.1 Die beradene se toevlug 187
  - 6.5.2.2 Die beradene staan in verhoudings 187
  - 6.5.2.3 Die beradene se verantwoordelikheid 188
  - 6.5.2.4 Veranderlikes by die beradene 188

6.6 DIE HEILIGE GEES EN DIE WOORD VAN GOD 188
- 6.6.1 Die Woord van God 189

6.6.2 Die Heilige Gees 189

6.7 DIE ROL VAN GEBED IN DIE BERADINGSPROSES 190

6.7.1 Genesing van emosionele wonde van die verlede 190

6.7.2 Die opstel van 'n gebedslys 191

6.8 VERSAMELING VAN INLIGTING 191

6.8.1 Tipe inligting wat ingesamel moet word 192

6.8.2 Interpretasie van die inligting 193

6.8.3 Toets die interpretasie 194

6.9 DIE PROSES VAN ROU 195

6.9.1 Drie vertrekpunte 195

6.9.2 Wat sneller die proses van rou? 196

6.9.3 Die fases van rou 196

6.9.3.1 Skok en ontkenning 196

6.9.3.2 Woede 197

6.9.3.3 Depressie 198

6.9.3.4 Onderhandeling en wensdenkery 199

6.9.3.5 Hartseer 200

6.9.3.6 Afhandeling en aanvaarding 200

6.9.4 Positiewe boustene in rou-terapie 201

6.9.4.1 Die rouproses as 'n reis 201

6.9.4.2 'n Gesonde selfwaarde 202

6.9.4.3 'n Doelgerigte en aktiewe proses 202

6.9.4.4 'n Gesonde oplossing 203

6.9.5 Die vier treurtake 203

6.9.5.1 Eerste taak: Aanvaarding van die feit van die verlies 204

6.9.5.2 Tweede taak: Die ervaring van die intense pyn van treur 204

6.9.5.3 Derde taak: Aanpassing by die nuwe situasie 204

6.9.5.4 Vierde taak: Geleidelike onttrekking van emosionele energie vir herbelegging in die toekoms 205

6.9.6 Tydsverloop en nuwe doelwitte 205

6.10 VERGIFNIS 205

6.10.1 Vergifnis is 'n keuse 206

6.10.2 Vergifnis is 'n proses 206

6.10.2.1 Voorbereiding tot vergifnis 207

- *Vergifnis moet verstaan word* 207
  - Die beradene moet die Bybelse konsep van vergifnis verstaan 207
  - Die beradene moet verstaan wat vergifnis nie is nie 208
  - Die beradene moet verstaan wat vergifnis wel is 208
- *Erken dat vergifnis nodig is* 209
- *Identifiseer die emosies wat betrokke was* 209
- *Konfronteer die haat* 210

6.10.2.2 Die hart van vergifnis 211

- *Deurleef die pyn* 211
- *Stel grense ter wille van eie beskerming* 211
- *Spreek die oortreder vry* 212
  - Om ander vry te spreek 212
  - Aanvaar God se vergifnis 213
  - Spreek vergifnis hardop uit 213
  - 'n Verbintenis 214
  - Selfvergifnis 215

6.10.2.3 Om van vooraf te begin 216

- *Aanvaar verantwoordelikheid* 216
- *Strewe na versoening* 216

6.10.3 Geestelike perspektief 217

6.11 GEVOLGTREKKINGS 217

AFDELING D: SAMEVATTING

HOOFSTUK 7

GEVOLGTREKKINGS EN VOORGESTELDE AREAS VIR VERDERE NAVORSING

AFDELING A: BASISTEORETIESE PERSPEKTIEWE 219

7.1. Eksegetiese insigte 219

7.1.1 Vergifnis in die Ou Testament 219

7.1.2 Vergifnis in die Nuwe Testament 221

7.1.3 Algemene gevolgtrekkings vanuit die eksegese 222

7.2 Belangrike pastoraal-teologiese vertrekpunte 222

AFDELING B: METATEORETIESE PERSPEKTIEWE 224

7.3 Bydraes vanuit die grenswetenskappe 224

7.4 Insigte vanuit die empiriese navorsing 225

AFDELING C: PRAKTYKTEORETIESE PERSPEKTIEWE 227

7.5 Formulering van 'n praktykteoretiese model 228

7.6 Finale slotsom 229

7.7 VOORGESTELDE TEMAS VIR VERDERE NAVORSING 230

BRONNELYS 231

BYLAAG A – Persoonlike inligtingsvorm 255

HOOFSTUK 1
INLEIDING

1.1 DEFINIËRING VAN ENKELE TERME

1.1.1 *Vergifnis*

Ware vergifnis het sy oorsprong in die hart van die lewende God (Van der Watt, 1998:10). Vergifnis is daarom alleen moontlik omdat God die mens in sy vergewende liefde eerste liefgehad het. Om vir horisontale (mens-tot-mens) vergifnis Bybels van aard te wees, moet dit daarom gevestig en verbind wees aan die vertikale (God-tot-mens) vergifnis (Jones & Ledwith, 2005:88).

Van der Watt (1998:8) beskryf vergifnis as 'n metode wat God aan die mens gee om onder sekere omstandighede weer 'n nuwe begin te kan maak, weer te kan begin. Vitz en Mango (1997:72) gee die volgende treffende definisie van vergifnis:

> *"Forgiveness refers to a person's conscious decision to give up resentment and any claims for redress from someone who has hurt him or her."*

In laasgenoemde definisie kom daar twee belangrike sake na vore ten opsigte van vergifnis, naamlik:

- Vergifnis impliseer 'n wilsbesluit om bitterheid prys te gee. Dit is ook die standpunt van Kendall (2002:8) wanneer hy sê dat vergifnis beteken om afstand te doen van die bitterheid. Wanneer daar van 'n wilsbesluit sprake is, moet daar ook rekening gehou word met die Pneumatologiese faktor. Dit is deur die werk van die Heilige Gees dat die mens die ondenkbare en menslik onmoontlike kan doen, naamlik om ander te kan vergewe (Rom 8:26; vgl. ook Kotze, 2006:32).
- Die kwaliteit van vergifnis wat sy oorsprong in die Goddelike genade het, sal meebring dat die slagoffer ook afstand sal doen van enige reg tot vergelding ten opsigte van die seer wat hom/haar aangedoen is. Hierdie reg wat prysgegee word, is volgens Enright (2002:25) die reg tot woede en haat.

1.1.2 *Emosioneel verwonde*

Die emosioneel verwonde persoon verwys na iemand wat 'n traumatiese ervaring beleef het en in die proses emosionele pyn ervaar het. Die term "trauma" is afgelei van die Griekse term *trauma* wat "verwonding" beteken (Matsakis, 1996:17). Op psigologiese vlak verwys trauma na die verwonding van jou emosies, jou gees, jou wil om te lewe, jou geloof omtrent jouself en die wêreld, jou waardigheid en jou sin vir sekuriteit. Die impak op die mens se psige is soms so intens dat so 'n persoon se normale maniere van dink en voel, asook die normale wyses waarop so 'n persoon in die verlede spanning hanteer het, nou onvoldoende is. Sulke emosioneel traumatiese ervarings kan 'n persoon dekades later nog steeds affekteer (Van der Kolk, 1994:2).

1.1.3 *Pastoraal*

Kruger (1993:4) gebruik die volgende definisie om die begrip *pastoraal* te verduidelik:

> "*Pastoraal is die teologiese wetenskap wat hom besig hou met die bestudering van die Skrif, toegespits op die bediening van Jesus Christus deur die herder as die geroepe bedienaar aan die mens in sy konkrete situasie met die oog op persoonlike vertroosting, vermaning en opbouing deur grondige lewensvernuwing of beeldherstel.*"

Pattison (1993:16) lê sterk klem daarop dat die pastoraat sy Christelike of geestelike karakter moet behou. Daarom is dit vir hom belangrik dat die berader altyd 'n Christelike visie sal behou.

1.2 ORIËNTERING EN PROBLEEMSTELLING

C.S. Lewis (1984:77) dui aan dat waar mense met mekaar te doen kry, die moontlikheid van pyn daadwerklik bestaan. Mense besit die innerlike vermoë om mekaar seer te maak. Lewis (1984:77) oordeel dat tot soveel as 80% van lyding deur mense veroorsaak word. Hierdie feit dat die mens se lyding in 'n groot mate deur die toedoen van sy medemens

veroorsaak word, word ook in die Bybel beskryf. Kain vermoor vir Abel kort nadat Adam en Eva die tuin van Eden moes verlaat (Gen 4:8). Job is 'n bekende Bybelse figuur wat intens blootgestel was aan emosionele verwonding en trauma. Hy het sy gesin, besittings en gesondheid kort na mekaar verloor (Job 1:13-19). In Dawid se eie huisgesin was daar pynlike verliese. Dawid se dogter Tamar is deur haar halfbroer, Amnon, verkrag (2 Sam 13:10-15); Amnon is weer op sy beurt vermoor op bevel van Dawid se seun Absalom wat self 'n wreedaardige dood gesterf het (2 Sam 13:28; 18:9-15). Ander Bybelse insidente waar trauma en emosionele verwonding aan die orde was, sluit 'n groepsverkragting in (Rigt 19:25); Paulus se géseling, tronkstraf en skipbreuk (2 Kor 11:23-28) en Jesus Christus se lydensweg wat eindig in die kruisiging (Luk 23:26-49). As gevolg van die sondeval sal mense voortdurend teenoor mekaar oortree, mekaar se gevoelens seermaak, mekaar se vertroue skend en betrokke wees in misdadige en onregverdige dade teenoor mekaar (Worthington *et al.*, 2006:32).

Hierdie verskynsel is ook in die Suid-Afrikaanse samelewing te sien waar talle persone die afgelope paar jaar geraak is deur traumatiese ervarings. Volgens die Suid-Afrikaanse Polisiediens se statistiek is daar vanaf April 2005 tot Maart 2006, 54 926 aangemelde sake van verkragting. Peters (2006:13) rapporteer dat van die aantal verkragtingsake wat tans aangemeld word, ongeveer 20% te doen het met kinders onder die ouderdom van 11 jaar. Die statistiek toon verder dat daar 18 545 moorde, 20 553 sake van poging tot moord en 12 825 motorkapings in dieselfde tydperk plaasgevind het. Uit die PhD-verhandeling van Botha (2004:3) blyk dat 67% motorkapings in 2002 gelei het tot die dood van 'n kapingslagoffer terwyl 'n verdere 22% ernstig beseer is. Met die huidige vlakke van geweld in Suid-Afrika, voortslepende gesinsgeweld, uitbuiting van vrouens en kinders, asook 'n voorkoms van natuurrampe, kan daar waarskynlik verwag word dat die getal traumaslagoffers deurgaans sal styg.

Die herinneringe aan 'n gebeure van emosionele verwonding word dikwels onderdruk. Deur dit te onderdruk, verdwyn dit egter nie en daarom bestaan die noodsaaklikheid van genesing op die lange duur (Payne, 1994:73). In hierdie genesingsproses speel vergifnis 'n uiters belangrike rol (Stoop & Masteller, 1991:247-251). Na so 'n traumatiese

ervaring het hierdie emosioneel verwonde persoon die keuse om óf 'n pad van bitterheid óf 'n pad van vergifnis te betree. Stoop en Masteller (1996:179) maak dit duidelik wat die keuse moet wees:

> *"Forgiveness is the key to freedom from the effects of our past."*

Dit is dan ook die vertrekpunt van hierdie studie, naamlik dat vergifnis 'n noodsaaklike element in die helingsproses van die emosioneel verwonde persoon se lewe is. Tog word dit nie deur almal so aanvaar nie. Bass en Davis (1992:150) oordeel byvoorbeeld dat vergifnis nie noodwendig 'n vereiste vir genesing is nie:

> *"If you have strong religious ties, particularly Christian ones, you may feel it is a sacred duty to forgive. This just isn't true. If there is such a thing as divine forgiveness, it's God's job, not yours."*

Volgens hulle moet die slagoffers net hulself vergewe en gaan dit nie om die oortreder nie. Hulle argumenteer verder dat dit beide *insulting* en *minimizing* is om byvoorbeeld 'n gemolesteerde aan te moedig om die molesteerder te vergewe (Bass & Davis, 1992:150).

Teenoor 'n standpunt soos dié van Bass en Davis, is daar tog 'n klaarblyklik toenemende besef - by ten minste sommige verteenwoordigers vanuit ander dissiplines as teologie - dat vergifnis wel nodig is vir die heelwording van die emosioneel verwonde persoon. Helm *et al.,* (2005:25) verwys byvoorbeeld in hierdie opsig na 'n *paradigmaskuif* wat by sommige sielkundiges plaasgevind het, omdat hulle al meer die potensiële sielkundige voordele wat kan voortvloei vanuit die proses van vergifnis, besef. Selfs by gevalle van geslaagde psigoterapie gebruik al hoe meer terapeute vergifnis as 'n effektiewe hulpmiddel ten opsigte van die herstel van pasiënte (Avgoustidis, 2006:1). Een van die redes hiervoor is dat daar 'n al groter bewustheid ontstaan het met betrekking tot die noue verband tussen enersyds sekere liggaamlike probleme en andersyds onverwerkte emosionele pyn en seer uit die verlede (Kotzé, 2006:5,189). Aan die ander kant is dit egter ook so dat alhoewel al meer sielkundiges vergifnis as belangrik beskou vir die herstel van emosioneel verwonde persone, sommige van hulle dit net beskou as 'n kliniese tegniek wat daarop gerig is om verligting te bring vir pasiënte wat sukkel met emosies soos woede, bitterheid en afkeur teenoor andere (McMinn, 1996:110; vgl. in hierdie verband ook Brannan, 2005, se bespreking van die begrip "shame").

Hierteenoor is daar egter die pastorale benadering wat vergifnis sien as 'n uitvloeisel van die gelowige se Christelike plig. So byvoorbeeld sê Adams (1973:55) dat vergifnis 'n Bybelse opdrag is. Die slagoffer moet vergewe. Worthington *et al.*, (2006:32) wys daarop dat Christus se lering (Matt 5:44) en voorbeeld (Luk 23:34) in dié verband baie duidelik is: 'n mens móét vergewe.

Dat vergifnis moet plaasvind, is deeglik gedokumenteer in die literatuur, maar die konkrete realisering daarvan skiet dikwels in die praktyk te kort. Worthington *et al.*, (2006:32) maak selfs die opmerking dat alhoewel die Skrif dit duidelik stel dat die mens moet vergewe, dit min leiding bied hoe hierdie proses presies moet verloop. Daarom sal daar in hierdie studie gepoog word om te toon wat die proses, asook die verskillende fases van vergifnis, impliseer. Dit sluit aan by die uitgangspunt van Colbert (2003:171), asook Stoop en Masteller (1996:169), dat vergifnis as 'n stap-vir-stap-proses beskou moet word.

'n Verdere belangrike aspek waarop in besonder gefokus sal word in hierdie studie, is Vitz en Mango (1997b:76) se standpunt dat die vergifnisproses dikwels voorafgegaan moet word deur 'n proses van rou, soortgelyk aan die roufases wat oorspronklik deur Kübler-Ross (1969) voorgestel is. Veral in gevalle van intense emosionele trauma en gepaardgaande verliese, moet die rouproses dus eers afgehandel word voordat daar oorgegaan kan word na die vergifnisproses. Seamands (2003:118-127) bepleit ook 'n soortgelyke proses van genesing, wat rou insluit, voordat uiteindelik oorgegaan kan word tot die vergifnisproses. Die verloop van so 'n proses kan egter soms gekompliseer en vertraag word vanweë sekere emosies wat die rouproses blokkeer (Lendrum & Syme, 1992:133). Op grond hiervan sal daar dan ook in hierdie studie gefokus word op die onderskeie emosies wat hanteer moet word in die rou- sowel as die vergifnisproses. Dit sluit aan by Lotter (1987:11) wat aandui dat daar gewoonlik baie gevoelens, gesindhede en aksies is wat hanteer moet word wanneer vergifnis ter sprake is.
Vir die emosioneel getraumatiseerde persoon se herstel is dit nodig dat so 'n persoon moet vergewe. Richardson (2005:151) beklemtoon hierdie feit wanneer hy verklaar dat

"... forgiveness lies at the heart of most true healing." Dit sou egter kortsigtig wees om te beweer dat vergifnis die antwoord is op alle vrae van persone met emosionele pyn. Tog vind daar oor die algemeen dramatiese veranderings plaas in emosioneel verwonde persone se lewens wat die besluit geneem het om te vergewe (Enright, 2002:6; Worthington, 2003:26). Daarom dat daar sekerlik gesê kan word dat vergifnis 'n belangrike element in die emosioneel verwonde persoon se proses van heelwording is.

1.3 LEEMTE IN BESTAANDE NAVORSING

'n Uitgebreide bibliografiese soektog is gedoen met behulp van die Ferdinand Postma biblioteek, deur die gebruikmaking van die volgende databasisse: ATLA religion database, EBSCOhost, NEXUS databasis en SA Cat. Dit is duidelik dat daar baie geskryf is oor vergifnis. Waarvan onder andere deeglik kennis geneem moet word, is die *"Vergifnisprojek"* wat deur Worthington en ander bedryf word en waarby navorsers van universiteite vanuit talle lande betrokke is. Besonderhede van die projek kan by www.theforgivenessproject.com gevind word. Van den Berg het by die Universiteit van Pretoria 'n MA-verhandeling gedoen met die titel *Onverwerkte rou, berou en vergiffenis – 'n Narratief-Pastorale studie* (1996). Die fokus val egter in hierdie studie meer op onverwerkte rou as op vergifnis. 'n Studie wat egter belangrik is, is Lotter se proefskrif met die titel *Counseling divorcees on forgiveness* (1987) wat gedoen is by die Westminster Theological Seminary. In die studie het hy aangedui dat vergifnis deur God ook 'n invloed moet hê op die verhouding wat daar tussen twee geskeides bestaan. Vergifnis is dan ook 'n deel van die pastorale begeleidingsproses wat hy in die studie aan die orde stel.

Vanuit bovermelde databasissoektog het dit geblyk dat ten opsigte van die vergifnisproses as noodsaaklike element in die herstel van 'n getraumatiseerde se lewe, daar nog nie genoegsame navorsing gedoen is op die terrein van die Praktiese Teologie nie. Navorser is gevolglik oortuig dat hierdie 'n leemte in die prakties-teologiese vakgebied is en dat dit beslis 'n studie soos hierdie regverdig ten einde riglyne te formuleer waarvolgens die probleem op pastorale vlak gehanteer kan word – met

besondere verwysing dan ook na die fases van die rouproses wat dikwels die vergifnisproses voorafgaan. Die vergifnis wat hier ter sprake is, is vergifnis wat in die gesindheid van Christus en onder leiding van sy Gees 'n werklikheid kan word.

1.4 DIE NAVORSINGSVRAAG

Watter rol kan die proses van rou en vergifnis speel in die pastorale begeleiding van die emosioneel verwonde persoon tot heling?

1.4.1 Verdere vrae

- Watter perspektiewe bied die Skrif ten opsigte van die proses van rou en vergifnis in die herstelproses van 'n emosioneel verwonde persoon?
- Watter perspektiewe bied die hulpwetenskappe op die proses van rou en vergifnis ten opsigte van die heelwording en genesing van 'n emosioneel verwonde persoon?
- Watter insigte betreffende dié aangeleentheid kan deur 'n empiriese ondersoek na vore kom?
- Watter praktykteoretiese model kan geformuleer word om 'n emosioneel verwonde persoon deur die proses van rou en vergifnis te begelei tot heling?

1.5 DOELSTELLING EN DOELWITTE

1.5.1 Doelstelling

Om te toon wat die rol van rou en vergifnis is in die pastorale begeleiding van die emosioneel verwonde persoon tot genesing en heelwording.

1.5.2 Doelwitte

- Om vas te stel hoe perspektiewe vanuit die Skrif gebruik kan word in die formulering van 'n teorie waarvolgens 'n emosioneel verwonde persoon deur die proses van rou en vergifnis pastoraal begelei kan word tot genesing.
- Om vas te stel watter verhelderende perspektiewe die hulpwetenskappe bied op die proses van rou en vergifnis in die herstel van die emosioneel verwonde persoon se lewe.
- Om vas te stel of daar enige deurslaggewende insigte betreffende hierdie aangeleentheid is wat deur 'n empiriese ondersoek na vore kom.
- Om 'n praktykteoretiese model daar te stel ten einde die emosioneel verwonde persoon deur die proses van rou en vergifnis pastoraal te begelei tot genesing en heelwording.

1.6 SENTRALE TEORETIESE ARGUMENT

Die proses van rou en vergifnis is 'n noodsaaklike element in die herstelproses van die emosioneel verwonde persoon tot genesing en heelwording.

1.7 METODOLOGIE

In die metodologie van hierdie studie word aansluiting gevind by die handelingswetenskaplike model wat Zerfass (1974:164-177) ontwerp het. Prakties toegepas sien dit soos volg daar uit:

1.7.1 Basisteoretiese perspektiewe

Aandag sal gegee word aan begrippe vanuit die Skrif wat kan bydra tot vernuwende insigte betreffende die proses van rou en vergifnis in die emosioneel verwonde persoon se lewe. Ten einde tersaaklike woorde wat met "vergewing" verband hou, te identifiseer, sal semantiese woordeboeke soos dié van Louw & Nida (1989) vir die Nuwe Testament

en Van Gemeren (1997) vir die Ou Testament geraadpleeg word. Aan die hand daarvan sal Hebreeuse en Griekse woorde uitgewys word wat verband hou met a) vergewing deur God en b) vergewing deur mense. Met behulp van 'n konkordansie sal dan tersaaklike Skrifdele geïndentifiseer word waarin die betrokke woorde gekwalifiseer word ten opsigte van die rede vir, wyse van en/of gevolge van die handeling van vergewing. Van die Skrifdele wat sodoende uitgewys is, sal dan kursoriese eksegese gedoen word. Uiteindelik sal, by wyse van sintese en 'n geheelbeskrywing, getoon word watter lig die Skrif op die vergewingsproses werp. Die openbaringshistoriese lyn sal in hierdie proses ook deurgaans in ag geneem word (Van der Walt, 2006). Eksegese sal volgens die grammaties-historiese metode gedoen word terwyl die Gereformeerde tradisie as vertrekpunt sal dien vir hierdie studie (Coetzee, 1990:17 en De Klerk & Van Rensburg, 2005).

Voorbeelde van Hebreeuse en Griekse woorde waaraan aandag gegee sal word in hierdie proses, is die volgende:

Ou Testament

- Vergewe (*sällach*) - vgl. byvoorbeeld Ps 86:5
- Om te dra (*nāsâ'*) - vgl. byvoorbeeld Jes 53:4
- Vergewe (*kāfar*) - vgl. byvoorbeeld Ps 78:38

Nuwe Testament

- Vergewe (*aphiemi*) - vgl. byvoorbeeld Mark 11:25
- Vryspreek (*apoluo*) - vgl. byvoorbeeld Luk 6:37
- Vergewe (*charizomai*) - vgl. byvoorbeeld Ef 4:32

1.7.2 Metateoretiese perspektiewe

- Daar sal aandag geskenk word aan die resultate van die navorsing van ander hulpwetenskappe en dissiplines (Psigologie, Sosiologie asook Mediese perspektiewe). Daar sal gelet word op sekere raakvlakke met hierdie betrokke tema en relevante stof sal gebruik word. 'n Literatuurstudie sal gedoen word en inligting byeengebring word.

- Daar sal verder gepoog word om vas te stel of daar enige vernuwende insigte betreffende hierdie tema deur 'n kwalitatiewe empiriese ondersoek na vore kom. Aangesien die klem op 'n kwalitatiewe benadering val, sal die teikengroep van deelnemende navorsers klein wees (vgl. Van Rensburg, 2007:10). Onderhoude sal gevoer word aan die hand van 'n semi-gestruktureerde vraelys met 'n aantal persone wat ten diepste geraak is deur trauma, bitterheid en uiteindelik vergifnis.

1.7.3 Praktykteoretiese perspektiewe

Deur middel van 'n hermeneutiese wisselwerking tussen basisteoretiese riglyne en metateoretiese perspektiewe sal 'n praktykteoretiese model geformuleer word met betrekking tot die proses van rou en vergifnis in die helingsproses van die emosioneel verwonde persoon.

1.8 ANDER TEGNIESE ASPEKTE

- Vir die afkorting van Bybelboekname is gebruik gemaak van die algemeen erkende afkortings soos wat dit voorkom in die nuwe vertaling van *Die Bybel* (sien *Bybel* in bronnelys).
- Waar die geslagsvorm *hy/hom* in die studie aangedui word, verteenwoordig dit ook die vroulike geslagsvorm *sy/haar*.
- Die terme *emosioneel verwonde, persoon* en *beradene* word afwisselend gebruik vir die persoon wat berading of terapie ontvang.
- Die term *berader* word gebruik vir die persoon wat berading of terapie bied.
- Met hierdie studie word daar voldoen aan al die etiese vereistes soos neergelê deur die Noordwes-Universiteit.

1.9 HOOFSTUKINDELING

Hoofstuk 1: Inleiding

Afdeling A: Basisteorie

Basis-teoretiese perspektiewe ten opsigte van die belangrikheid van die stappe van rou en vergifnis in die herstelproses van die emosioneel verwonde persoon

Hoofstuk 2: Bybelse perspektiewe met betrekking tot die tema van vergifnis

Hoofstuk 3: Basisteoretiese perspektiewe ten opsigte van belangrike pastoraal teologiese vertrekpunte vir die beradingsproses

Afdeling B: Metateorie

Metateoretiese perspektiewe ten opsigte van die belangrikheid van die stappe van rou en vergifnis in die herstelproses van die emosioneel verwonde persoon

Hoofstuk 4: Navorsing vanuit die hulpwetenskappe met betrekking tot die prosesse van rou en vergifnis

Hoofstuk 5: Evaluering van die resultate van 'n empiriese ondersoek

Afdeling C: Praktykteorie

'n Praktykteoretiese model ten opsigte van die belangrikheid van die stappe van rou en vergifnis in die herstelproses van die emosioneel verwonde persoon

Hoofstuk 6: Die formulering van 'n pastorale model

Afdeling D: Samevatting

Hoofstuk 7: Konklusie en samevatting

AFDELING A: BASISTEORIE

HOOFSTUK 2

BASISTEORETIESE PERSPEKTIEWE OP DIE BELANGRIKHEID VAN DIE STAPPE VAN ROU EN VERGIFNIS IN DIE HERSTELPROSES VAN DIE EMOSIONEEL VERWONDE PERSOON

2.1 INLEIDING

Vergifnis is 'n woord wat van die begin tot aan die einde van die Bybel voorkom (Van der Watt, 1998:11). Daarsonder kan die boodskap van die Bybel basies nie funksioneer nie. Die rede hiervoor is eenvoudig. Die mens se verhouding met homself, sy medemens en God het 'n onlosmaaklike verband met vergifnis. Elke verhouding waarin die mens sedert die sondeval staan, is broos en kwesbaar en juis daarom is vergifnis so belangrik vir elke individu.

2.2 DOELSTELLING

Die breëre fokus van hierdie studie is gerig op die belangrikheid van die stappe van rou en vergifnis in die herstelproses van die emosioneel verwonde persoon. In die lig hiervan is die doelstelling van hierdie hoofstuk om, vanuit die Skrif, basisteoretiese perspektiewe te identifiseer wat kan bydra tot vernuwende insigte met betrekking tot hierdie tema.

2.3 BASISTEORIE

'n Basisteorie vir 'n pastorale model behels die interpretasie van Bybelse norme, waardes en kriteria betreffende menslike handelinge binne die spesifieke veld van pastorale

berading (Schoeman, 2005:14). 'n Basisteorie is gevolglik die ontginning van teologiese vertrekpunte, primêr vanuit die Skrif (Venter, 1993:247). Volgens De Klerk en Van Rensburg (2005:3) is dit dus noodsaaklik dat die navorsing in hierdie verband vanuit die Skrif gefundeer word, want dit is juis vanuit die Skrif dat die mens beraad kan word en tot getuie gebring kan word van God se groot dade. Heyns en Pieterse (1998:35) sluit hierby aan wanneer hulle konstateer dat teorie binne hierdie konteks dui op bespreking, besinning en beplanning van waarhede wat vir die praktyk van belang kan wees.

Om 'n basisteorie te ontwerp, word daar vervolgens binne hierdie hoofstuk bepaalde Skrifgedeeltes wat met vergifnis in verband staan, geïdentifiseer en dan met behulp van die grammaties-historiese eksegese ontleed (vgl. De Klerk & Van Rensburg, 2005:77-92). Uit die Skrifgedeeltes wat so ontleed word, word daar dan bepaalde perspektiewe en gevolgtrekkings ten opsigte van vergifnis gekonkludeer. Vanuit die basisteoretiese perspektiewe wat in hierdie hoofstuk na vore kom, tesame met die tersaaklike pastorale perspektiewe van hoofstuk 3, asook die metateoretiese perspektiewe van hoofstuk 4, sal gepoog word om uiteindelik dan 'n praktykteoretiese model (hoofstuk 6) te ontwikkel ten opsigte van die pastorale begeleiding van emosioneel verwonde persone deur die proses van rou en vergifnis.

2.4 KEUSE VAN TOEPASLIKE SKRIFGEDEELTES

Om vergifnis beter te verstaan, is dit onder andere nodig om 'n woordstudie te doen van die belangrikste begrippe wat vir vergifnis gebruik word (vgl. De Klerk & Van Rensburg, 2005:63). Enkele Skrifgedeeltes waarbinne die begrippe voorkom, sal nagegaan word. Daar sal ook 'n onderskeid getref word tussen vergifnis in die Ou Testament en vergifnis in die Nuwe Testament.

Begrippe wat ondersoek sal word, is die volgende:

Ou Testament: *Salach, nasa,*en *kaphar*

Nuwe Testament: *Aphiemi, apoluo* en *charizomai*

In ooreenstemming met Schoeman (2005:15) word aanvaar dat alhoewel die Woord van God deur mense geskryf is, dit deur die Heilige Gees geïnspireer is en dat die verligting deur die Heilige Gees benodig word vir die verstaan en toepassing van Skrifgedeeltes. Die Heilige Gees is die Een wat die Woord oop en verstaanbaar maak en wat God se woorde in die mens se hart oorskryf (De Klerk & Van Rensburg, 2005:3).

2.5. WOORDSTUDIE VAN BELANGIKE BEGRIPPE

2.5.1 VERGIFNIS IN DIE OU TESTAMENT

2.5.1.1 Inleiding

God se vergifnis van sonde is fundamenteel ten opsigte van die Bybelse geloof soos verwoord deur die Apostoliese Geloofsbelydenis. Aangesien God ernstig is oor sonde, het die mens 'n voortdurende behoefte aan vergifnis. In die Ou Testament behels vergifnis die verwydering van sonde en die herstel van die gemeenskap tussen God en die mens (Van Gemeren, 1997:260). Vergifnis in die Ou Testament is geweldig wyd, omdat dit met baie ander teologiese konsepte of temas, soos versoening, berou en verlossing, 'n verband toon (O'Kennedy & Olivier, 1996:497). O'Kennedy en Olivier (1996:498) gee dan ook die volgende *moontlike* definisie van Goddelike vergifnis in die Ou Testament:

> *"'n Doelbewuste daad van Goddelike genade teenoor die sondaar waarin God die rol van die sonde en/of sy gevolge vir die sondaar verander; of 'n alternatiewe gesindheid van God teenoor die straf van die sonde, of teenoor die sondaar self."*

Hierdie definisie het twee fasette, naamlik vergifnis kan 'n doelbewuste daad wees of slegs 'n veranderende gesindheid. Volgens O'Kennedy en Olivier (1996:498) kan vergifnis ook albei fasette behels.

'n Moontlike definisie kan egter nie die enigste fondament wees waarop navorsing oor vergifnis in die Ou Testament gebou word nie. Daarom word daar vervolgens dan ook in besonder gefokus op die betekenisvelde van woorde wat vergifnis in die Ou Testament beskryf.

2.5.1.2 Terme vir vergifnis

Alhoewel die Ou Testament verskeie woorde bevat wat die konsep van vergifnis vervat, word hierdie basiese konsep binne die Ou Testament die beste deur die term *salach* uitgedruk (O'Kennedy & Olivier, 1996:498; Van Gemeren, 1997:260). Buiten *salach* is *nasa* en *kaphar* die twee ander belangrikste terme (O'Kennedy & Olivier, 1996:498).

- ***Salach***

Die term kom slegs voor waar God vergewe en word nooit gebruik waar mense mekaar vergewe nie (Lotter, 1987:15; Van Gemeren, 1997:263). Volgens Van Gemeren (1997:259) het dit die betekenismoontlikhede van verdraagsaamheid, vergifnis en kwytskelding (*pardon*). Die term *salach* kom 50 keer in die Ou Testament voor (O'Kennedy & Olivier, 1996:449). Alhoewel dit buite die raamwerk van hierdie studie is om elkeen van hierdie gevalle te ondersoek, sal daar wel op enkeles gefokus word ten einde sekere belangrike gevolgtrekkings te kan maak betreffende die tema van vergifnis. Na aanleiding van statistiese gegewens is dit duidelik dat die grootste konsentrasie bedes om vergifnis vyf keer in die gebed van Salomo (1Kon 8:22-53 / 2 Kron 6:12-40) voorkom (O'Kennedy & Olivier, 1996:500). Om hierdie rede sal daar meer in diepte op

hierdie betrokke gedeelte gefokus word. Volgens O'Kennedy en Olivier (1996:500) verwys die meeste gebede in die Ou Testament, waarin vergifnis voorkom, na vergifnis wat die volk Israel van God vra. Binne die Psalms verskuif die fokus egter veel meer na die enkeling wat om vergifnis smeek en om hierdie rede word veral Ps 130 dan verder verken. O'Kennedy en Olivier (1996:500) wys ook op die konsentrasie *salach*-verwysings in Jesaja en Jeremia (bv. Jes 43:25; 44:22; 55:7 en Jer 5:1; 31:34; 33:8; 36:3; 50:20). Van Gemeren (1997:262) wys op die sogenaamde *begeleidende* aspekte wat in Jes 55:7 voorkom en daarom sal daar op gedeeltes soos hierdie ook gefokus word.

- **1 Kon 8:22-53**

Volgens O'Kennedy en Olivier (1996:503) kan die gebed van Salomo (1 Kon 8:22-53; 2 Kron 6:12-42) as die belangrikste gebed om vergifnis in die Ou Testament beskou word. House (1995:135) beskryf 1 Kon 8 as een van die teologies betekenisvolste passasies in 1 en 2 Konings.

- **Agtergrond**

Na sewe jaar se bouery is die tempel met al sy toebehore voltooi (1 Kon 6:38). Volgens die NIB (1999:69) is die offisiële inwyding teruggehou sodat dit kon saamval met die Fees van die Tabernakel (vgl. Lev 23:34, Num 29:12-34) wanneer daar baie mense in die stad sou wees.

- **Struktuur**

Die struktuur van 1 Konings 8 weerspieël tipies die struktuur van groot inwydingseremonies van daardie tyd (Cogan, 2000:291). Cogan wys dan ook op die drie handelinge waaruit die seremonie bestaan het:

- *Handeling 1*: Die tempel word met die aankoms van die ark formeel ingewy (vs. 1-13).
- *Handeling 2*: Die koning seën die aanwesiges en bid tot die Here (vs. 14-61).
- *Handeling 3*: Feesvieringe (vs. 62-66)

Handeling 2 bestaan ook uit drie dele (House, 1995:140-148; Cogan, 2000:291):

- *Deel 1*: 'n Loflied waar God gedank word vir die nakoming van sy belofte aan Dawid, asook 'n petisie dat Hy steeds sy belofte ten opsigte van die koningshuis sal nakom (vs. 14-21).
- *Deel 2*: Salomo se toewydingsgebed (vs. 22-53)
- *Deel 3*: Salomo se verdere seën oor die volk (vs. 54-61)

Vir die doel van hierdie studie word daar vervolgens op verse 22 tot 53 gekonsentreer.

- **Woordstudie**

God word in 1 Kon 8:22-53 gevra om nie net die volk te vergewe nie, maar ook om die volk te herbou. By elke bede word die woord *vergewe* saam met die aktiewe betrokkenheid van God bygevoeg: ***"...vergeef u volk Israel se sonde en bring hulle terug na die land wat U vir hulle voorvaders gegee het"*** (vs. 34); ***"...en vergeef u dienaars en u volk Israel se sonde en gee reën op u land..."*** (vs. 36); ***"...vergeef en gryp in en gee aan elkeen wat hy verdien soos U sy hart ken,..."*** (vs. 39); ***"...en vergeef u volk wat teen U gesondig het, vergeef hulle al hulle opstandigheid teen U en laat die wat hulle gevange hou, met hulle medelye hê"*** (vs. 50).

Salomo se gebed het 'n dubbele gehoor, naamlik die Here, tot wie die gebed gerig is, en die volk Israel, m.a.w. hulle wat die gebed hoor (Cogan, 2000:291). Die gebed word deur 'n lofgesang voorafgegaan (vv. 15-21) waarin God gedank word dat Hy sy belofte teenoor Dawid nagekom het. Deur sy gebed wil Salomo sy hoorders help om hulle

verhouding met God te herstel (House, 1995:146). Hy wil daarmee saam ook vir die volk hoop gee dat indien hulle in die toekoms in gevangeniskap buite die land geneem sou word, dit nie God se finale woord vir hulle is nie. Volgens Lev 16:17 en Deut 28:25 was 'n oorwinning van hulle vyande oor Israel een van die strafmaatreëls waarmee die Here Israel sou straf indien hulle van Hom sou wegdraai. Deportasie en ballingskap was gewoonlik dan die gevolg (House, 1995:144). Die uitverkore volk kan egter na die beloofde land terugkeer indien hulle na die Verbondsgod sou terugkeer (House, 1995:146).

Salomo bid dat die volk tot hulle sinne sal kom, dat hulle tot ***inkeer*** sal kom en hul sondes ***bely*** (vs. 33). Sulke berou en die erkenning van die Here se heerskappy kan volgens House (1995:144) net deur gebed geskied. Sekerlik sou God, wie se karakter in vv. 14 tot 30 beskrywe word, sy volk hul sondes vergewe en hul land herstel (vs. 34) wanneer hulle tot inkeer kom en hulle sondes bely. Deur te verwys na Moses se waarskuwing (vgl. Deut 28:23) kan, indien droogte heers, dit dan ook as direkte straf van God oor die volk se opstand gesien word (House, 1995:145; Logan 2000:285). Eers wanneer die volk wegdraai van hul sonde, sal vergifnis kom in die vorm van reën (vs. 36). Salomo hoop dat deur middel van die direkte verband tussen die menslike gebed en die Goddelike antwoord, God die volk ***die goeie weg wat hulle moet bewandel*** sal leer (vs. 36).

In vs. 38 beklemtoon Salomo die belangrikheid van die gebede van individuele gelowiges. Salomo vra God om te luister waar individue hul sonde bely sodat die plae en siekte, soos beskryf in vs. 37, omgekeer kan word. In die Ou Testament is gebede van enkelinge belangrik. Abraham se gebede red byvoorbeeld Lot se lewe (Gen 18:22-33; 19:29). Moses tree na die goue kalf-insident vir Israel in (Eks 32-34) en Elia se gebede lei tot die beëindiging van 'n droogte (1 Kon 18). In elkeen van hierdie gevalle het die persoon nie net vir homself ingetree nie, maar ook vir die mense om hom én vir die volk (House, 1995:145). Nou hoop die koning dat God weer sal hoor.

Vergifnis in hierdie gedeelte behels die verwydering van sonde, die vermyding van straf en die restourasie van die volk deur 'n verlossende daad van God (Van Gemeren, 1997:262). God is dus die Een wat die vergifnis skenk. Die feit dat die gebed in die tempel gebid is, dui daarop dat dit 'n belangrike, maar ook logiese plek was om God se vergifnis te soek (House, 1995:144). Die tempel sou in die toekoms 'n belangrike punt wees waar Israel sou bid (Cogan, 2000:292). Die feit dat God nie in die tempel gewoon het nie (vs. 27), het dit vir almal moontlik gemaak om onder enige omstandigheid en vanaf enige plek (en dus nie slegs vanaf die tempel nie) God te kon aanroep en verseker te wees dat hulle gebede beantwoord sou word (Cogan, 2000:292).

- **Ps 130:4-5**

"As U ons sondes in aanmerking sou neem, Here, wie sou dan nog bestaan? Maar by U is vergifnis; daarom word U steeds gedien."

- **Agtergrond**

Volgens Dahood (1970:235) dateer Ps 130 uit die pre-eksiliese tyd toe Israel nog 'n koning gehad het. Hierdie psalm is 'n belydenis van 'n Godvresende man wat uit die dieptes van sy sonde kon uitstyg as gevolg van God se vergifnis en genade (Weiser,1982:773). Hierdie liefdesdaad van verlossing spoor hierdie pelgrim aan tot geloof en vertroue in God. Daarom het Ps 130 dan ook dieselfde funksie as 'n boetedoeningspsalm (vgl. Ps 6; Vosloo & Van Rensburg, 1999:697).

- **Woordstudie**

"As U ons sondes in aanmerking sou neem..."

Hierdie persoon se lyding is die gevolg van sy eie persoonlike sonde (Allen, 2002:256). Sonde is sonde teen God; sonde bestaan juis daarin dat die mens se verhouding met God verkeerd geloop het (Durand, 1978:153). Van Genderen en Velema (1993:357) wys daarop dat die eerste mense gesondig het, omdat hulle verlei is deur Satan deur toe te gee aan hoogmoed, ongeloof en ongehoorsaamheid. Heyns (1978:175) beskryf sonde as 'n gevangenis waarbinne die mens hom bevind en waar hy deur die sonde beheers word. Hierdie sondige toestand is egter 'n toestand waarbinne die mens homself begewe het en wel op grond van sy eie dade. In die frase, ***in aanmerking neem,*** is daar meer op die spel as net dink aan die sonde. Dit behels ook die toerekening van die sonde. Dit is duidelik dat die digter geen illusie het oor wat sonde is en, veral, wat die gevolg daarvan is nie.

Uit bogenoemde is dit duidelik dat sonde op baie maniere omskryf kan word. Dit kan verkeerde dade/gesindhede of 'n skewe verhouding met God wees.

"...wie sou nog bestaan?"

Die antwoord op hierdie retoriese vraag is negatief (Allen, 2002:256). Indien God boek sou hou van die mens se oortredinge, sou niemand oorleef het nie. Tog besef die psalmis dat God se begeerte nie die dood van 'n sondaar is nie, maar eerder'n restourasie tot lewe (Allen, 2002:256).

"Maar by U is vergifnis."

Hierdie sin dui daarop dat God alleen die outoriteit het om te vergewe (Mays, 1994:406).

God wat soewerein is, kies om te vergewe en dit bring die sondaar weer in die regte verhouding met Hom. Die skrywer put troos uit die feit dat God bekend is as Iemand wat vergewe (vlg. Ps 86:15; Allen, 2002:256) en dit gee hom weer hoop (Van Gemeren,

1997:261). Die resultaat van God se vergifnis is dat die sondaar in groter vertroue en gehoorsaamheid teenoor God moet lewe (Allen, 2002:256).

- **Verklaring**

Die Nuwe Testament, met die openbaring van Jesus Christus, gee 'n nuwe dimensie van God se vergewende karakter. Gelowiges kan die versekering hê dat hulle van hul mislukkings, via skuldbelydenis, verlos kan word op grond van God se genade. God se vergifnis impliseer dus hoop op verlossing vir hulle wat uitroep om vergifnis.

- **Jes 55:7**

"Die goddelose moet sy verkeerde pad laat staan, die slegte mens sy slegte planne. Hy moet hom tot die Here bekeer, dan sal Hy hom genadig wees; hy moet hom tot ons God bekeer, Hy vergewe altyd weer."

In Jes 55:7 word bekering ook as 'n voorwaarde vir vergifnis gesien (O'Kennedy & Olivier, 1996:500). Die vraag in hierdie gedeelte gaan om meer as fisiese gevangenskap en onderdrukking (Oswalt, 1998:443). Alhoewel dit die mens terughou, is dit nie die eintlike vraag waaroor die lewe handel nie. Die uiteindelike vraag is wel: hoe kan sondige mense in 'n verhouding met 'n heilige God lewe? (Oswalt, 1998:444). Eers wanneer die mens vrede gevind het met God, kan die krisisse van die lewe sinvol hanteer word. Wanneer die goddelose na God draai, sal hy nie toorn en gramskap vind nie, maar barmhartigheid en kwytskelding (Oswalt, 1998:444). God is gereed om sonde te vergewe, maar die sondaar moet eers na God terugdraai. Van Gemeren (1997:262) noem dit die begeleidende aspekte van vergifnis: die goddelose moet sy *verkeerde* pad laat staan, hom "bekeer" in die geloof dat God *genadig* sal wees en gereed is om hom te vergewe.

Dit is in teenstelling met Jes 44:22 waar die oproep om terug te draai, gebaseer word op die feit dat God reeds vergifnis geskenk het (Goldingay & Payne, 2006:376). Goldingay en Payne (2006:376) wys ook daarop dat *salach* (om te vergewe) net gebruik word met God as subjek en dat daaruit afgelei kan word dat dit vergifnis is wat deur 'n meerdere aan 'n mindere geskenk word.

- **Samevatting ten opsigte van die term *salach***

Salach as term word slegs met God as subjek gebruik. Vergifnis (*salach*) as verlossingsdaad van God behels die verwydering van sonde, die vermyding van straf en die restourasie van die volk. Die resultaat van die vergifnis is dat die sondaar in groter vertroue en gehoorsaamheid teenoor God moet lewe. Gebed in sy verskillende vorme (smeking, skuldbelydenis, erkenning van God, ens.) vorm dikwels die konteks waarbinne die sondaar vergifnis vra. Alhoewel skuldbelydenis belangrik is, word dit nie altyd as voorwaarde vir vergifnis gestel nie. God neem die inisiatief by die vergifnis, nie die mens nie.

- *Nasa*

Van Gemeren (1997: 160) dui die betekenismoontlikhede van *nasa* soos volg aan: oplig, hoog optel, kwytskeld, inhou (*contain*), dra (*bear*), ondersteun (*support*). Davidson (1981:563) verklaar *nasa* soos volg: om op te lig, om te dra, weg te neem (in die sin van sonde wegneem), te lei, om op te neem.

- **Kwytgeskel**

Ps 85:3 beskryf iets van die aspek van kwytskelding wanneer God iemand se sonde vergewe – ***"U het u volk sy sonde nie toegereken nie, hom al sy skuld kwytgeskel."*** Om

vergifnis van sonde te ontvang, beteken dat so iemand se skuld ***kwytgeskel*** is (Tate, 1990:369). Tot so 'n mate word die skuld kwytgeskeld dat wanneer God vergewe, Hy nie meer straf nie en dat sy woede en gloeiende toorn bedaar het (Ps 85:4). God se guns teenoor die volk word gemanifisteer in sy vergifnis van hul sonde (Tate, 1990:369). Wanneer Hy vergewe, herstel Hy ook weer sy volk se toekoms (Mays, 1994:276). Volgens Wieser (1982:573) beteken dit verder dat die breuk wat daar tussen die sondige volk en God gekom het, ook herstel word. Die Here reken dus nie meer die mens sy sonde toe nie (Wieser, 1982:573). Dit is dieselfde gedagte wat ook in Ps 32:1 na vore kom: "***Dit gaan goed met die mens wie se oortredings nie gestraf word nie, wie se sonde vergewe word.***" Ps 32 dui egter op die kritieke belangrikheid om sonde te bely (Mays, 1994:146; vgl. vs. 5 – "*Toe het ek my sonde bely, my oortreding nie weggesteek nie*"). Hierdie belydenis van sonde moet direk aan God gerig word voordat Hy sonde vergewe (Mays, 1994:147). Mays wys op die bestaan van 'n onverdeelbare eenheid in *ek bely – U vergewe.* Hierdie eenheid is die basis van die persoon se vertroue dat God sy beloftes sal hou (vs.10). Geloof erken dus dat die mens sondig is en dat God genadig is.

- **Dra**

Die gedagte van "dra" word onder andere gevind in Jes 53:4: "***Tog het hy ons lyding op hom geneem, ons siektes het hy gedra...***"

Die historiese en literêre konteks van die gedeelte dui daarop dat hierdie dienaar as die volk Israel verstaan moet word (Vosloo & Van Rensburg, 1999:823). Israel, spesifiek soos verteenwoordig deur die groep ballinge in Babel, word in Jes 40-55 as *dienaar van die Here* aangespreek. God gee aan die dienaar 'n besondere taak (vgl. Jes 49:1-6), naamlik om sy verlossing tot aan die eindes van die aarde te bring. Later in retrospeksie is die verwysings na die lyding van 'n onskuldige en die middelaarsrol wat hy vervul, in die Nuwe Testament en die vroeë kerk op Christus toegepas (Vosloo & Van Rensburg, 1999:823). Navorser identifiseer totaal met die vertolking van hierdie gedeelte as van toepassing op Jesus Christus, soos gesien vanuit die oogpunt van Nuwe-Testamentiese

outeurs en vroeë kerk, aangesien Christus wel die lydende Dienaar is wat die sonde van die wêreld op Hom geneem het.

Die lyding is as gevolg van die mens se sondes (Oswalt, 1998:385). Nie net ly Hy as gevolg van die mens se sondes nie, maar Hy dra ook die straf in hulle plek (Oswalt, 1998:385). Goldingay en Payne (2006:304) is egter van mening dat die konteks hier daarop dui dat Hy in hulle swaarkry gedeel het, sonder dat Hy dit hoef te gedoen het. Hier moet daarop gelet word dat die volk Israel reeds die gevolge van hulle sonde gedra het in die sin dat hulle land verwoes is en dat hulle in ballingskap weggevoer is. Wat erger as daardie gevolge is, is die feit dat die volk verwyder geraak het van God (Oswalt, 1998:385).

In die gedeelte word die taal van die kultus gebruik waar die offerdier die sondes van die volk op hom neem (*nasa*) sodat die persoon wat geoffer het dit nie meer hoef te dra nie (Oswalt, 1998:386; vgl. ook Lev 10:17).

- **Samevatting ten opsigte van die term *nasa***

Die term *nasa* het verskeie betekenismoontlikhede. In die konteks van Ps 85:3 het dit die betekenis dat God nie net die sondaar se sonde vergewe nie, maar dat Hy ook die sondaar sy skuld kwytskeld. Op grond van Ps 85:3 dui die term daarop dat die sondaar verlos is van sy sonde en dat hy dit nie meer hoef te dra nie. Jes 53:4 sou hierby aansluit. Volgens Jes 53:4 ly die Dienaar van die Here as gevolg van die mens se sondes en dra Hy ook die straf in hulle plek.

- ***Kaphar***

Volgens Van Gemeren (1997: 689) is die betekenismoontlikhede van *kaphar* die volgende: te bedek, tot bedaring bring (*appease*), vergoed (*make amends*), beklad (*smear*), versoen (*atone*). Davidson (1981:390) verklaar *kaphar* soos volg: om sonde te bedek (dit is vergifnis van sonde), kwytskelding van sonde; om versoening vir die sondaar te bring, te reinig; tot bedaring bring.

  - **Ps 78:38**

"Maar Hy is genadig, Hy vergewe sonde, Hy wis sy volk nie uit nie. Dikwels het Hy sy toorn bedwing en sy gramskap nie laat losbreek nie."

Ps 78 is in 'n narratiewe styl geskryf – dit vertel die verhaal van hoe die Here Israel begelei het (Mays, 1994:254). Vele kere het die volk voor God gesondig en dikwels is hulle geoordeel. Straf het egter nie hul sondigheid laat ophou nie; dit het telkens net 'n tydelike berou gebring. Tog het die volk voor die Here bly bestaan en dít alleen op grond van God se vergifnis wat Hy teenoor hulle bewys het (Mays, 1994:258). Ten spyte van die volk se gedrag, bly God egter barmhartig, bedwing Hy sy woede en vergewe Hy die volk omdat Hy hul menslike swakheid besef (Tate, 1990:291). Dit was dus op grond van God se genade dat sy toorn ingekort is.

Kaphar het dus hier die betekenis dat God die volk hul sonde vergewe; die verhouding tussen God en die volk is dus weer herstel.

  - **Jes 6:7**

"Hy het my mond aangeraak met die kool en gesê: "Noudat die gloeiende kool jou lippe aangeraak het, is jou oortredinge vergewe, jou sonde versoen."

In hierdie gedeelte word geïllustreer hoe 'n gelowige sonde kan identifiseer (kry 'n visie van die heiligheid van God), hoe om daarop te reageer (erken dit) en hoe om daarmee te handel (dit word verwyder). Die profeet se identifisering van sy sonde word in vs. 5 gevind. Dit bestaan uit drie feite, naamlik:

- Hy het onrein lippe.
- Hy woon tussen 'n onrein volk.
- Hy het die Koning, die Here die Almagtige, gesien.

In die reinigingseremonie wat volg, word daar vervolgens eers met die eerste en derde saak gehandel (Seitz, 1993:54). Die skuld wat 'n gevolg van die oortredinge is, word verwyder en sy sonde word vergewe (Seitz, 1993:54). God het hier uit genade opgetree. Jesaja moet gehelp word om te verstaan dat God sy skuld verwyder het; daarom word 'n gloeiende kool teen sy mond gesit (Smith, 2007:192). Wanneer die seraf die kool teen Jesaja se mond sit, verklaar hy dan dat sy oortredinge verwyder is en sy sonde versoen (*kaphar*) is. Hierdie reinigingsrite gee dan ook aan die profeet die reg om weer te praat (Watts, 1985:75). Die verwydering van skuld dui daarop dat die normale gepaardgaande straf nie meer van Jesaja vereis word nie (Smith, 2007:193). Sy skuld kan hom dus nie meer uit die teenwoordigheid van God hou nie. Die profeet het dan ook daarna in diens van God getree om met die volk te gaan praat (vv. 8-9).

- **Samevatting ten opsigte van die term *kaphar***

Alleen op grond van genade vergewe God sy volk (Ps 78:38). Op grond van hierdie vergifnis word die verhouding tussen God en Sy volk herstel. Hierdie versoeningsgedagte kom ook na vore in Jes 6:7. Wanneer die profeet se oortredinge vergewe word, is sy sondes versoen (*kaphar*) en kan hy in die teenwoordigheid van God kom.

- **Ander Ou-Testamentiese terme wat God se vergifnis beskryf**

Van Gemeren (1997: 263), asook O'Kennedy en Olivier (1996:499), wys op die volgende terme, bo en behalwe *salach, nasa* en *kaphar*, wat ook God se vergifnis beskryf:

* *Nasa nasah* – vergewe (Eks 32:32; Miga 7:18).

* *Machah* – uitvee (Eks 32:32; Jes 43:25, 44:22; Jer 18:23).

* *Rapha* – genees, dit is herstel (Ps 103:3; Jes 57:18, Jer 3:22; Hos 14:5).

* *Abar* – sonde wegneem of skuld verby laat gaan (2 Sam 12:13; Miga 7:18).

* *Kabash* – skoon was (Jer 2:22; Ps 51:4).

* *Taher* – reinig (Ps 51:4).

* *Shalak* – weggooi (Jes 38:17; Miga 7:19).

* *Sathar* – verberg (Ps 51:11).

* *Chashab* – nie toereken nie (2 Sam 19:19; Ps 32:2).

* *Zakar* – nie onthou nie (Jes 43:25).

Weer eens is dit buite die raamwerk van hierdie studie om in detail te fokus op al hierdie onderskeie kontekste. Twee gevalle verdien egter met betrekking tot die tema van hierdie studie besondere vermelding, te wete 2 Sam 12:13 en Ps 51:11. Nie net is Dawid se sonde en skuldbelydenis baie bekend nie, maar die twee betrokke gedeeltes weerspieël ook verskillende dimensies van God se vergifnis.

- **2 Sam 2: 9-14**

"Waarom het jy nou die woord van die Here geminag deur so 'n verkeerde ding te doen? Jy het Urija die Hetiet met die swaard doodgemaak en toe sy vrou vir jou gevat. Ja, jy het hom vermoor met die swaard van die Ammoniete. Daarom sal die swaard nou

nooit meer uit jou huis weggaan nie, want jy het My geminag toe jy Urija die Hetiet se vrou vir jou gevat het. So sê die Here: Van nou af gaan Ek uit jou eie huis ellende oor jou bring. Ek sal jou vrouens voor jou oë vat en aan iemand anders gee. Hy sal by jou vrouens slaap oop en bloot, want jy het 'n ding in die geheim gedoen, maar Ek sal alles oop en bloot voor die hele Israel doen. Toe sê Dawid vir Natan: 'Ek het gesondig teen die Here.' En Natan sê vir hom: 'Die Here het jou sonde vergewe: jy sal nie nou sterwe nie. Maar omdat jy deur hierdie daad die vyande van die Here aanleiding gegee het om Hom te laster, sal hierdie selfde kind wat vir jou gebore is, sterwe.'"

- **Agtergrond**

In 2 Sam 11 word die verhaal van Dawid en Batseba vertel. As koning was Dawid in beheer en kon hy enigiets wat hy wou hê vir homself neem (Brueggemann, 1990:273). Hy pleeg gevolglik owerspel met Batseba, sy word swanger en hy bewerk dit dat haar man, Urija, vermoor word. In 2 Sam 12:1-6 konfronteer die profeet Natan vir Dawid oor sy sonde.

- **Woordstudie**

In 'n merkwaardige vertoning van nederigheid en berou bely Dawid sy sonde (v.13). Brueggeman (1990:282) merk op dat dit nooit te laat is om tot berou te kom nie. Dawid se belydenis toon 'n belangrike dimensie van sy sonde; dit was in die eerste plek teen God (vgl. ook Ps 51:6). Dawid het ook teen Urija, Batseba en baie naamlose soldate gesondig, maar hierdie sondes was sekondêr van aard (Bergen, 2001:373). Indien Dawid nie teen God en sy Woord gesondig het nie, sou hy nie teen die mens gesondig het nie (Bergen, 2001:373). Dawid se belydenis was sonder ontkenning of verskoning. Die Here se vergifnis was net so direk en onvoorwaardelik (Bergen, 2001:373). Bergen (2001:373) wys ook daarop dat die vergifnis ook geen koste vir Dawid ingehou het nie: die koning is vergewe sonder dat hy diere moes offer of geskenke vir die Here moes

bring. Natan het dadelik vir hom gesê dat sy sonde vergewe *(abar)* is. Vergifnis (*abar*) in hierdie sin dui daarop dat God sy sonde van hom weggeneem het (Bergen, 2001:373).

Bergen (2001:372-373; vgl. ook Brueggeman, 1990:281; Anderson, 2002:172) wys egter daarop dat, alhoewel God Dawid vergewe het en aan hom die gawe van lewe geskenk het, Hy nie al die gevolge en straf van Dawid se sonde verwyder het nie. Aangesien Dawid deur hierdie daad die vyande van die Here aanleiding gegee het om Hom te laster, sou Dawid die gevolge daarvan moes dra (2 Sam 12:14). Dawid se sonde is dus vergewe, maar die gevolge van sy daad sou hy steeds moes dra. Vier van Dawid se seuns sou voortydig sterf, naamlik die naamlose kind (2 Sam 12:18), Amnon (2 Sam 13:29), Absalom (2 Sam 18:15) en Adonia (1 Kon 2:25), en ander sou oop en bloot by sy vrouens geslaap het – iets waaraan selfs Absalom skuldig was (2 Sam 16:22).

- **Ps 51:11**

"Moet tog nie ag slaan op my sondes nie, wis al my skuld uit!"

In Ps 51:11 word 'n verdere aspek van God se vergifnis na vore gebring: wanneer Dawid bid dat die Here sy sondes hom nie moet toereken nie, bid hy daarmee saam dat die *skuld* ook uitgewis word. Die eerste gedeelte van vs. 11 kan meer korrek vertaal word met "*Verberg u aangesig vir my sondes*" (vgl. OAV asook Tate, 1990:21). Die verberging van God se gesig is 'n grafiese metafoor vir God se vergifnisaksie (Tate, 1990:21). Van belang by Ps 51 is dat God nie slegs met die sonde en skuld afreken nie, maar Sy ingrype beïnvloed ook die sondaar positief; Hy handel met die sondaar (was, reinig) sodat hy vernuwe kan word (Mays, 1994:203).

- **Samevatting betreffende enkele ander Ou-Testamentiese terme**

Afgesien van *salach, nasa* en *kaphar* is daar ook 'n verskeidenheid ander terme wat God se vergifnis beskryf. Wanneer 'n sondaar sonder ontkenning of verskoning opreg belydenis van sonde doen, verberg (*sathar*) God sy aangesig van die sonde en neem Hy die sonde van die sondaar weg (*abar*). Vergifnis van sonde beteken egter nie dat by alle gevalle die gevolge van die sonde uitgewis is nie – soms is daar gevolge wat gedra moet word al is die sondaar vergewe.

2.5.2 VERGIFNIS IN DIE NUWE TESTAMENT

2.5.2.1 Inleiding

Sonde beteken 'n breuk met die lewende God. Deur die sonde het die mens 'n slaaf van Satan geword wat net smart en leed oor die mens se lewe bring - dít moet die mens besef (De Bruyn, 1997:6). As die mens sy sonde nie ken nie, sal hy geen behoefte hê om troos (HK, vraag en antw. 2) by God te soek nie.

In die Nuwe Testament kom 'n nuwe dimensie, wat betref die vergifnis van sonde, na vore (Lotter, 1987:24). Jesus Christus, die Verlosser gestuur deur God en self ook God, tree in die prentjie. In sy groot liefde het God die mens opgesoek in sy sonde en vir hom verlossing van sonde deur Jesus Christus bewerk (De Bruyn, 1997:7). Vir Van der Watt (1998:14) is liefde dan ook die rede waarom die mens nog 'n kans by God kry (vgl. Joh 3:16).

2.5.2.2 Die skuld en sonde van die mens

Die mens staan vanweë sy sonde skuldig voor God en daarom wag die oordeel van God op die mens (Ridderbos, 1962:211). As gevolg van sy sonde en oortredinge het die mens God se wil vir hom verwerp en misken (De Bruyn, 1997:388) en het daar 'n kloof tussen die mens en God gekom (Ridderbos, 1962:211).

2.5.2.3 God se vergifnis

Vergifnis beteken dat dit wat tussen God en die mens gekom het uit die weg geruim word sodat God en die mens weer bymekaar kan wees (De Bruyn, 1997:391). Volgens 1 Pet 3:18 is dit immers wat Christus kom doen het: *"Ook Christus het een maal vir die sondes gely, die onskuldige vir die skuldiges, om julle na God te bring..."*

Christus het al die mens se skulde/sondes/oortredinge/misdade op Hom geneem en in die mens se plek daarvoor Sy bloed gestort, gely en betaal (De Bruyn, 1997:391). In hierdie verband sê Ridderbos (1962:212) die volgende:

> *"The central and most profound meaning implied in this work of the Saviour is the fact that Jesus delivers his people from sins."*

Reeds met die aankondiging van Christus se geboorte word die verlossende aard van sy natuur beskryf (Matt 1:21):

> *"Sy sal 'n Seun in die wêreld bring, en jy moet Hom Jesus noem, want dit is Hy wat sy volk van hulle sondes sal verlos."*

Die woord 'verlos' het hier 'n algemene en alles-inklusiewe betekenis; dit verwys na Jesus as Verlosser en Redder (Ridderbos, 1962:212). In die loflied van Sagaria kom

dieselfde gedagte na vore (Luk 1:77): "*...om kennis van verlossing aan sy volk mee te deel: verlossing deur vergifnis van sonde.*"

In Christus kan gesien word wat vergifnis van sonde werklik beteken. Christus het die mens se skuld by God betaal. Daarom word die mens vrygespreek en van skuld kwytgeskeld. Paulus praat hiervan in 1 Kor 6:9-11 waar hy verwys na verskillende sondes waarin mense verval het. Nadat hy die sondes opgenoem het, sê hy:

> "*Maar julle het julle sondes laat afwas, julle is geheilig, julle is vrygespreek in die Naam van die Here Jesus Christus en deur die Gees van ons God.*" .

Die *sondes laat afwas* beskryf Thiselton (2000:454) as "*a wiping clean the slate once-for-all.*" Daarmee word die genoegsaamheid van Christus se daad van verlossing aangedui. Deur die daad van God in Christus, deur die geskenk van vergifnis, word die mens vrygespreek van skuld en so gereinig (Barrett, 1994:142). Vir Barrett is dit die grootste wonderwerk wat in 'n mens se lewe kan plaasvind.

Jesus Christus het alles betaal sodat die mens vergewe kon word (Van der Watt, 1998:15). Ware vergifnis kies dus om nie die oortreding te onthou nie. Dit is die soort vergifnis wat God in Christus aan die mens bied: "*Daar is dus nou geen veroordeling vir dié wat in Christus Jesus is nie*" (Rom 8:1).

Wanneer God deur Jesus Christus iemand vergewe, stel Hy so 'n persoon "*heilig, sonder smet en onberispelik*" voor Hom (Kol 1:22).

2.5.2.4 Die gevolg van God se vergewing van sondes

‘n Vraag wat na vore kom, is die volgende: Wat motiveer ‘n persoon om sy oortreder te vergewe? Mense sal nie maar outomaties vergewe nie, want vergifnis kan juis weer die seer van die verlede na vore bring (Vitz & Mango, 1997b:74).

Vir Anderson *et al.* (2000:384) lê die antwoord op die vraag waarom mense ander kan vergewe, in die verlossingswerk van Jesus Christus. Die gelowige se perspektief oor vergifnis mag nie eindig by Jesus Christus wat aan die kruis hang nie, maar dit moet uiteindelik deel uitmaak van die antwoord wat die gelowige gee op die liefde wat Jesus Christus aan hom bewys het. Net soos hierdie persoon vergifnis ontvang het, moet hy nou ook bereid wees om dit aan ander te gee. Hierdie bereidwilligheid kan nie net met mooi woorde afgehandel word nie, want dit moet in die daaglikse praktyk tot uitvoering kom.

Omdat God die mens van al sy skulde en sonde ter wille van die soenverdienste van Christus vergewe het, moet daardie mens uit dankbaarheid en as kind van God wat die beeld van sy Vader vertoon, ook sy medemens wat die op een of ander wyse teenoor hom oortree, van harte vergewe (De Bruyn, 1997:392). Vergifnis vra dus vergifnis (Van der Watt, 1998:22). Dit kom duidelik na vore in die gelykenis van die ondankbare amptenaar (Matt. 18:21-35). Skuld in hierdie konteks is ‘n metafoor vir oortredinge wat vergewe moet word (France, 2007:250). Die amptenaar se skuld is pas deur die koning vergewe toe hy een van sy medewerkers raakloop wat hom geld geskuld het. Hoewel hy van miljoene rand kwytgeskeld is, was hy nie bereid om sy medeamptenaar ‘n paar rand kwyt te skeld nie. Die vergifnis wat hy so pas ontvang het, het klaarblyklik geen positiewe effek op hom gehad nie (Van der Watt, 1998:23). In die koning se antwoord (vs. 33) word geïmpliseer dat hy sy medeamptenaar moes vergewe het, juis omdat hy vergifnis van die koning ontvang het (Day, 2004:29). Vir hierdie gesindheid en optrede is die amptenaar baie swaar gestraf. Daarom eindig Jesus die gelykenis met die woorde:

"So sal my Vader wat in die hemel is, ook met julle maak as julle nie elkeen sy broer van harte vergewe nie."

Op grond van hierdie gelykenis verklaar De Bruyn (1997:394) die volgende:

> *"As ons nie in staat of bereid is om mekaar ten volle te vergewe nie, is dit 'n duidelike openbaring dat ons self nie werklik deel in God se vergewing van sondes ter wille van die borgtogtelike lyde en sterwe van Christus nie. En dan rus God se oordeel op ons!"*

2.5.2.5 Probleemstelling

Dit is goed en wel om te sê die slagoffer moet sy oortreder vergewe, maar beteken die vergifnis dan dat 'n mens die oortreding moet vergeet? Beteken vergifnis dat die oortreder eers 'n skuldbelydenis moet doen voordat vergifnis gegee word? Hierdie en ander vrae kan beantwoord word deur vervolgens te fokus op enkele van die belangrikste terme vir vergifnis in die Nuwe Testament.

2.5.2.6 Terme vir vergifnis

Louw en Nida (1989:502-504) bespreek by domein 40 (*Reconciliation, Forgiveness*) Griekse woorde in die Nuwe Testament wat op vergifnis dui. Spesifiek subdomeine 40.8-40.13 bevat "vergifnis"-woorde. Hulle is: *aphiemi, apoluo, hilaskomai, charizomai, epikalupto, hilasmos* en *hilasterion*. Die twee terme *hilaskomai* (Heb 9:5) en *hilasmos* (1 Joh 2:2) dui op die middele (*means*) waardeur sonde vergewe word (Louw & Nida, 1989:503, 504) en daarom kan daar voorlopig hiermee volstaan word. Die term *hilasterion* (Heb 5:12) dui op die plek waar sonde vergewe is (Louw & Nida, 1989:504) en gevolglik hoef daar wat hierdie studie betref ook nie verder hierop gefokus te word nie. In aansluiting by Lotter (1987:30-35) se bevinding sal daar vervolgens veral gefokus

word op die drie terme *aphiemi, apoluo* en *charizomai,* aangesien dit veral hierdie drie terme is wat besonder sterk figureer binne die Nuwe Testament met betrekking tot die aksie van vergifnis.

- *Aphiemi*

Danker (2000: 156-157) koppel verskeie betekenismoontlikhede aan hierdie term, naamlik (1) om weg te stuur of iemand te laat gaan; (2) om te kanseleer, kwytskeld, vryspreek in die sin van vergifnis (iemand word vrygestel van 'n wettige verpligting of gevolg); (3) om weg te beweeg of 'n plek te verlaat; (4) om iets agter te laat; (5) laat staan, verdra. Volgens Louw en Nida (1989:503) kan die woord *aphiemi* vertaal word met *to pardon, to forgive, forgiveness.* Die betekenis lê daarin dat die skuld wat ontstaan het as gevolg van 'n persoon se verkeerde optrede, verwyder word. Die fokus is dan ook veral gerig op die *skuld* van die oortreder en nie op die *verkeerde daad* as sodanig nie. Die verkeerde daad kan nie uitgewis word nie, maar die skuld wat as gevolg van die daad ontstaan het, kan vergewe word. *"To forgive, therefore, means essentially to remove the guilt resulting from wrongdoing"* (Louw & Nida, 1989:503). Matt 6:12, 14-15 word deur Louw en Nida (1989:503), asook Danker (2000:156), as 'n belangrike bewysplaas vir *aphiemi* uitgelig.

Matt 9:1-9, Mark 11:25 en Luk 23:34 is ook drie bekende gedeeltes waarin *aphiemi* voorkom en vervolgens word elkeen kortliks aan die orde gestel:

- **Matt 6:12,14-15**

"... en vergeef ons ons oortredings soos ons ook dié vergewe wat teen ons oortree; ... As julle ander mense hulle oortredings vergewe, sal julle hemelse Vader julle ook vergewe. Maar as julle ander mense nie vergewe nie, sal julle Vader julle ook nie julle oortredings vergewe nie."

Aphiemi word gebruik vir die vergifnis wat God aan die mens skenk, asook die mens wat vergifnis aan sy medemens skenk. Die enigste gedeelte van die gebed wat toegelig word, is juis die gedeelte oor vergifnis. Dít wys vir Lotter (1987:30) juis op die belangrikheid daarvan. Vir France (2007:249) word dit so toegelig omdat vergifnis die enigste beginsel is wat wisselwerkend is.

"en vergeef ons ons oortredings…"

Net God kan sondes vergewe (Zodhiates, 1993:299). Om sondes te vergewe, beteken nie om die sondes te ontken nie, maar om 'n persoon van die sonde, sondeskuld en krag van die sonde vry te maak (Zodhiates, 1993:299). Wanneer die mens God vra om sy sondes te vergewe, vra so 'n persoon dus dat die sonde verwyder sal word en dat hy nie meer skuldig of onder die mag van die sonde sal staan nie. *Oortredings* is 'n metafoor vir alles wat vergewe moet word (France, 2007:250). France (2007:250) wys dan ook daarop dat die oortredings *teen God* is. Alle mense sondig en daarom is daar nie iemand wat nie God se vergifnis nodig het nie (Day, 2004:19).

"… soos ons ook vergewe die wat teen ons oortree…"

Van der Watt (1998:24) verduidelik die gedeelte deur te sê dat die mens hier vir God vra om *hom/haar "na te aap"* - met ander woorde, dat God sal maak soos die mens maak. Op grond hiervan, volgens Van der Watt (1998:24), kan die mens nie verwag dat God met hom moet doen wat hy nie bereid is om aan ander te doen nie. Van der Watt (1998:24) gaan egter verder en verklaar dat God nie onregverdig of onbillik is nie. Hy sal nie van 'n mens verwag om meer te gee as wat Hy vir die mens gegee het nie. God sal nie van die mens vergifnis vra indien Hy nie reeds aan die mens vergifnis gewys en gegee het nie. Die mens moet dus net uitdeel wat hy reeds het. France (2007:250) sluit hierby aan as hy skryf dat dié wat vir vergifnis vra, self mense is wat vergewe. Blomberg

(1992:120) verklaar egter dat sonder interpersoonlike versoening op menslike vlak, daar nie versoening met God kan wees nie.

Die navorser ondersteun De Bruyn (1997:394) wat sê dat hierdie uitdrukking nie verkeerd verstaan moet word nie; die mens se optrede kan nie aan God as voorbeeld voorgehou word nie. In wese is dit dieselfde standpunt wat Stander (1987:241) handhaaf as hy verklaar dat dit nie 'n model vir God is om te volg nie. Volgens De Bruyn (1997:394) sou dit nie alleen vermetel wees om die mens se optrede aan God as voorbeeld voor te hou nie, maar as God daarvolgens moes optree, sou dit uiters droewig met die mens gesteld gewees het. Die bedoeling is dat die mens so aangegryp moet word deur die vergifnis wat daar in Christus is dat hy nie anders kan as om sy naaste wat teen hom oortree, te vergewe nie. Om die korrekste betekenis van Matt 6:12 te verkry, vertaal Stander (1987:242) die gedeelte soos volg: *"Forgive us the wrongs we have done, <u>since</u> we have forgiven the wrongs that others have done to us."* Dit sou aansluit by Best (1998:464) wat daarop wys dat menslike vergifnis in die gebed Goddelike vergifnis voorafgaan, alhoewel dit nie 'n voorvereiste vir laasgenoemde is nie.

Daar word nooit van die mens verwag om sondes wat teen God gepleeg is, te vergewe nie, want die mens het nie die mag om dit te doen nie. Daar word egter eerder van hom verwag om sondes wat teen hom gepleeg is, te vergewe (Zodhiates, 1993:299). Indien gelowiges die beginsel van vergifnis alleen op grond van God se genade omhels, moet hulle dit ook vir ander, wat gelyk is in God se oë, aanbied (Keener, 1997:144).

- **Mark 11:25**

"En wanneer julle staan om te bid, en julle het iets teen iemand, vergewe hom; dan sal julle Vader wat in die hemel is, julle ook julle oortredings vergewe."

In hierdie gedeelte is dit moeilik om die handeling van God en die handeling van die mens van mekaar los te maak (Lotter, 1987:30).

In Matt 6:12 is die objek van die vergifnis mense (*die wat teen ons oortree*) - sonder enige verdere spesifikasie. Dit bring die volgende vraag na vore: Is daar geen limiet met betrekking tot wat en wie vergewe moet word nie? Moet gelowiges dus moordenaars, verkragters en molesteerders vergewe? In Matt 18:21-22 word die saak spesifiek aangespreek met verwysing na "***...'n broer wat iets verkeerd teen my gedoen het.***" In dié geval wys Jesus daarop dat daar geen limiet op vergifnis is nie. Die gelykenis wat daarop volg (Matt 18:23-35), waarna reeds verwys is (vgl. 2.5.2.4), wys ook daarop dat geen oortreding wat die mens mag begaan het, vergelyk kan word met sy sonde wat deur God vergewe is nie (France, 2007:253). Die afleiding wat gemaak kan word, is dat gelowiges geen beperking mag plaas op hul gewilligheid om hul oortreders te vergewe nie.

God weet dat die mens Hom nie kan terugbetaal vir sy sonde nie. Tog vergewe God die mens sy sonde. Vergifnis in hierdie sin is nie net dat God die mens sy sonde vergewe nie, maar dat Hy ook die skuld afskryf (Day, 2004:26). Indien die mens dus werklike vergifnis wil ervaar, moet die skuld dus ook afgeskryf word. Hierdie vergifnis, wat God uit genade aanbied, moet gevolglik aanvaar word deur die sondaar; daarom hoef die mens nie te probeer om God terug te betaal vir hierdie vergifnis nie. Die vermelde Skrifgedeeltes wil die dus mens help om te vergewe deur die mens te herinner aan die omvang van God se vergifnis (Keener, 1997:144).

Day (2004:27) beklemtoon egter 'n belangrike punt as hy konstateer dat alhoewel die mens se skuld voor God afgeskryf is, hy nog steeds die gevolge van sy dade moes dra. 'n Gelowige wat byvoorbeeld in die tronk sit en vergifnis van God ontvang het, moet nog steeds sy tronkstraf uitdien.

- **Matt 9:1-8**

Met die genesing van die verlamde man (Matt 9:1-8) stel Jesus geen voorwaardes voordat Hy bereid is om te vergewe nie. Hy sê vir die verlamde man: ***"Vriend, wees gerus; jou sondes word vergewe..."*** en Hy genees hom tegelyk. Alhoewel sommige van die aanwesiges so kon dink, dui niks daarop dat die persoon se siekte as gevolg van sy sonde was nie (France, 2007:245). Volgens Alter (1997:30) is dit asof vergifnis belydenis voorafgegaan het. In hierdie gedeelte demonstreer Jesus Christus ook dat Hy die outoriteit het om sondes te vergewe (France, 2007:343).

Keener (1997:185) wys daarop dat die mens vergifnis meer nodig het as fisiese genesing. Daarom wil Jesus dit wat eerste nodig is, eerste plaas (vgl. vs. 2). Jesus verklaar hier nie net 'n feit nie, maar is op daardie oomblik besig om die verlamde man se sondes te vergewe en dit versterk maar net weer die feit dat Hy die outoriteit het om dit wel te kan doen (France, 2007:345).

Die retoriese vraag in vs.5 – ***"Wat is makliker? Om te sê: 'Jou sondes word vergewe,' of om te sê: 'Staan op en loop'?"***, impliseer dat indien die *moeiliker* een van die twee opsies gedemonstreer kan word, die *makliker* een dan ook moontlik is. Dit mag aanvaar word dat om sonde te vergewe die moeiliker opsie is, omdat net God sonde kan vergewe (France, 2007:346), maar Jesus se vraag is nie wat is makliker om te *doen* nie, maar wat is makliker om te *sê*. 'n Aanspraak om sonde te vergewe, is ongetwyfeld makliker om te maak, aangesien dit nie deur eksterne gebeure as onwaar verklaar kan word nie. Om 'n verlamde man te laat loop, kan dadelik as waar of vals bewys word, omdat almal kan sien

of hy kan loop of nie. Dit is die logiese wat dan volg: Jesus se demonstratiewe outoriteit om die verlamde te genees, is dan ook die getuienis dat Hy ook die outoriteit het om sondes te vergewe (France, 2007:346; Keener, 1997:185).

- **Luk 23:34**

Toe sê Jesus: "Vader, vergeef hulle, want hulle weet nie wat hulle doen nie!"

Aan die kruis het Jesus vir sy vyande gebid. Volgens Mack (2004:237) beteken hierdie aspek van sondevergifnis dat die Here nie die sonde sal gebruik om iemand aan te kla nie en sal Hy dit ook nooit as beskuldiging teenoor iemand gebruik nie. God kanselleer dus die skuld. Ook hier het die oortreders nie om vergifnis gevra nie. Stefanus sou later, terwyl hy gestenig word, die voorbeeld van Jesus volg toe hy uitroep: "*Here, moet hulle tog nie hierdie sonde toereken nie*" (Hand 7:60).

- ***Apoluo***

Volgens Zodhiates (1993:233) beteken die woord die volgende: *to let loose from, to loose or unbind a person or thing.* Volgens Lotter (1987:32) kan die term vertaal word met *acquit, set free, release, pardon.* Danker (2000: 117-118) bied verskeie betekenismoontlikhede ten opsigte van die term, naamlik (1) as 'n regsterm – vrylaat, verlos, vergifnis; (2) om te verlos van 'n pynlike toestand; (3) om toe te laat dat iemand vanaf 'n spesifieke plek vertrek; (4) om 'n versoek toe te staan en so ontslae te wees van iemand; (5) egskeiding; (6) om weg te gaan.

Daar word vervolgens veral gefokus op Luk 6:37, aangesien die gedeelte deur Louw en Nida (1989:503) uitgesonder word om *apoluo* te verduidelik.

- **Luk 6:37**

Lukas se klem op liefde vir die vyand word in Luk 6:37-42 uitgebrei as hy praat oor vergifnis en veroordeling. Lukas se lesers, net soos Jesus se dissipels, moet hul naaste liefhê, hetsy of hul vriende of vyande is (Stein, 1992:210).

Lukas wil die aspek beklemtoon dat mense hul vyande kan liefhê deur goed te doen aan hulle, deur die slegte met die goeie te vergoed, deur te seën en deur te bid vir hulle. Selfs al lyk dit onmoontlik om goed te doen, glo Lukas dat dieselfde Gees wat Jesus bemagtig het (Luk 4:14), gelowiges bemagtig om hul vyande lief te hê (Stein, 1992:210). Jesus se volgelinge moes leer dat 'n mens se gedrag nie bepaal moet word deur wat ander aan jou doen of van jou sê nie, maar net deur wat God wil hê (Vosloo & Van Rensburg, 1999:1262).

"... Spreek vry en julle sal vrygespreek word."

Lukas se klem op die bevel om liefde aan die vyande te bewys, word in hierdie vers geïllustreer. Ook hier is dit duidelik dat vergifnis 'n tweeledigheid het: vanaf God en na jou naaste (Lotter, 1987:32). In Luk 6:37 word gelowiges aangemoedig om soos God barmhartig te wees. God se barmhartigheid word juis daaruit afgelei dat Hy nie veroordeel nie en dat Hy vergewe (Stein, 1992:211; vgl. Ps 103:8-12). Hierdie barmhartigheid moet ook, volgens Luk 6:37-38a, in gelowiges se lewens na vore kom:

> *"Moenie oordeel nie, en oor julle sal nie geoordeel word nie. Moenie veroordeel nie, en julle sal nie veroordeel word nie. Spreek vry, en julle sal vrygespreek word. Gee, en vir julle sal gegee word."*

Om barmhartig te wees, impliseer eintlik dan ook dat gelowiges verbied word om te *oordeel* (vs. 37a) en te *veroordeel* (vs. 37b), en gebied word om *vry* te spreek (vs. 37c) en

te *gee* (vs. 38a). Om vry te spreek en te gee, moet ook gesien word as 'n aksie wat voortdurend uitgevoer moet word (Stein, 1992:211). Al vier die vermelde bevele word gevolg deur 'n positiewe belofte:

- " *... en oor julle sal nie geoordeel word nie"* (vs. 37a).
- "*... en julle sal nie veroordeel word nie"* (vs. 37b).
- " *... en julle sal vrygespreek word* (vs. 37c).
- " *... en vir julle sal gegee word"* (vs. 38a).

Die bevel om vry te spreek, verwag nie dat die gelowige die skuld van die oortreder moet ignoreer of die skuldige as onskuldig moet verklaar nie; trouens, dit impliseer bloot om die skuldige te vergewe, want die oortreder is inderdaad skuldig aan 'n oortreding (Stein, 1992:212).

- ***Charizomai***

Louw en Nida (1989:503) vertaal hierdie term met *to forgive, on the basis of one's gracious attitude towards an individual.* Volgens Danker (2000:1078) het dit die volgende vertalingsmoontlikhede, naamlik (1) genadiglik te gee; (2) te kanselleer; (3) vergifnis te gee, *to pardon* (om genade te bewys deur oortredinge te vergewe). In sy navorsing wys Lotter (1987:33) daarop dat daar in die oorsprong van die term *charizomai* 'n noue verbintenis met die begrip "genade" is (vgl. Matt 20:15; Luk 15:20). God aanvaar dus 'n persoon, nie op grond van wat die persoon gedoen het nie, maar alleen op grond van genade (vgl. Rom 5:17; 9:16).

- **Luk 7:36-50**

Luk 7:36-50 vertel die verhaal van 'n sondige vrou wat Jesus se voete gesalf het. In die middel van die verhaal vertel Jesus 'n gelykenis waarin die woord *charizomai* twee maal voorkom.

Luk 7:41-43: Jesus sê toe: "Twee mense was in die skuld by 'n geldskieter. Die een het vyf honderd rand geskuld en die ander een vyftig. Omdat hulle niks gehad het om mee te betaal nie, het hy die skuld vir albei kwytgeskel. Wie van hulle sal hom die meeste liefde bewys?" Simon antwoord: "Ek veronderstel dié een vir wie hy die meeste kwytgeskel het." "Jou antwoord is heeltemal reg," sê Jesus...

- **Ef 5:32**

"Wees goedgesind en hartlik teenoor mekaar, en vergewe mekaar soos God julle ook in Christus vergewe het."

Ef 5:32 is 'n bekende Skrifgedeelte waar gelowiges opgeroep word om ander te vergewe soos God hulle in Christus vergewe het. Kol 3:13 bring ook dieselfde gedagte na vore waar die gelowiges opgeroep word om hul ou manier van lewe te vervang met 'n nuwe lewenswyse wat bepaalde deugde insluit (Lincoln, 1990:309).

> *"Wees geduldig met mekaar en vergewe mekaar as die een iets teen die ander het. Soos die Here julle vergewe het, moet julle mekaar ook vergewe." (Kol 3:13)*

Soos wat God goed is en vergewe, so word hulle ook opgeroep om mekaar te vergewe. Paulus se instruksie impliseer 'n Christelike plig om mekaar te vergewe, maar dit suggereer ook 'n manier van lewe wat vergifnis uitstraal (MacMinn, 1996:214). Wat God deur Christus vir gelowiges gedoen het, word nou die norm en basis vir gelowiges se eie gedrag (Lincoln, 1990:310; Best, 1998:64). Gelowiges se lewens word nou direk verbind met die Goddelike. Diegene wat self vergifnis ondervind het, moet nou andere vergewe (vgl. ook Matt 18:23-35). Best (1998:463) wys daarop dat *charisomai* hier dui op *"an unlimited succession of acts of forgiveness."* Volgens die NIB (2000:430) affekteer gelowiges se gedrag die heiligheid van die gemeenskap. 'n Gevolg om deel van die Christelike gemeenskap te wees, is dat so 'n persoon sal vergewe. Best (1998:464) wys verder ook daarop dat dit makliker is om iemand wat ver van jou af is te

vergewe as diegene wat naby jou is. Daarom word hier juis gepraat van vergifnis binne die onmiddellike Christelike gemeenskap waarbinne'n persoon beweeg. Dit dien ook as teenwig vir woede soos in vs. 31 uiteengesit (NIB, 2000:430). Woede kan 'n gemeenskap vernietig, maar wanneer goeie en barmhartige mense ander vergewe, word woede self vernietig (Best, 1998:463).

- **Kol 2:13-14**

"Julle was dood deurdat julle gesondig het en deurdat julle sondige natuur nog nie weggeneem was nie. God het julle egter saam met Christus lewend gemaak deurdat Hy ons al ons sondes vergewe het. Hy het die skuldbewys met sy eise teen ons tot niet gemaak. Deur dit aan die kruis te spyker, het Hy dit vir goed weggeneem."

Alhoewel die mens skuldig was voor God, het Hy die skuld gekanselleer (Schweizer, 1982:149) deur die bloed van Jesus Christus. Hierdie *gekanselleer* kan ook dui op die gedagte "om weg te neem, te verwyder" (Schweizer, 1982:149). Nie alleen is die skuldbewys vernietig nie, dit is permanent verwyder (Du Plessis, 1978:42). Hier is dit duidelik dat *lewend gemaak* met *sonde vergewe* verbind kan word. Aangesien daar weggedoen is met die oorsaak van die mens se geestelike dood, naamlik sonde, word die mens nou lewend gemaak (O'Brien, 1982:123). Of die individu moreel of geestelik lewend of dood is, hang af van sy verhouding met God, die enigste bron van lewe; en dié verhouding, wat deur sonde geskaad is, kan net deur vergifnis herstel word (O'Brien, 1982:123).

Die verwydering van skuld word dus op twee maniere bevestig:

- Die skuldbewys is tot niet gemaak.
- Dit is aan die kruis vasgespyker.

Aangesien Jesus Christus self aan die kruis vasgespyker is, is die mens se skuld volledig vergewe. God het die skuldbewys uitgewis en so vir die mens 'n nuwe begin gegee (O'Brien, 1982:126).

2.6 GEVOLGTREKKINGS

- Vergifnis is 'n eienskap van 'n liefdevolle, barmhartige en genadige God. God neem die inisiatief by die vergifnis, nie die mens nie. Vergifnis wys op 'n vergewensgesinde God en nie op 'n God wat wil straf en vernietig nie.
- Goddelike vergifnis veronderstel die bestaan van sonde en oortredinge.
- Gebed vorm dikwels die konteks waarbinne God se vergifnis gevra word.
- Berou en bekering word nie altyd as 'n direkte voorwaarde vir vergifnis gestel nie. Alhoewel daar 'n verband tussen sonde, straf en vergifnis is, is dit nie noodsaaklik dat daar eers straf op sonde moet wees voordat vergifnis kan plaasvind nie.
- Vergifnis dui op meer as die verlossing van sonde of uitwissing van skuld. Verskillende beelde word hiervoor gebruik.
- Wanneer God die mens se skuld wegneem, neem Hy dit so weg dat dit nie die mens veroordeel nie. Vergifnis maak dus die mens vry van die spanning wat deur skuldgevoelens meegebring word.
- Dit is ook duidelik dat vergifnis niemand vrystel van gehoorsaamheid aan die Here nie.
- Vergifnis sluit nie altyd straf uit nie. Vergifnis beteken dus nie dat iemand nie die gevolge van sy dade hoef te dra nie.
- Die term *salach* is die belangrikste term waarmee vergifnis in die Ou Testament uitgedruk word.
- In die Nuwe Testament kom 'n nuwe dimensie betreffende die vergifnis van sonde na vore, naamlik Christus se daad aan die kruis. Christus het die mens se oortredinge en sonde op Hom geneem en so die straf op sonde in die mens se plek betaal. Die vryheid wat Christus hierdeur teweeggebring het, is ware vryheid.

- Die bron van genesing en vergifnis is God.
- Net soos iemand deur God vergewe is, moet hy weer iemand wat teen hom oortree, vergewe.
- Die belangrikste terme vir vergifnis in die Nuwe Testament is *aphiemi, apoluo* en *charizomai.*
- Genesing as heelwording begin met vergifnis.
- Vergifnis beteken nie om die skuldige as onskuldig te verklaar nie.

HOOFSTUK 3

BASISTEORETIESE PERSPEKTIEWE TEN OPSIGTE VAN BELANGRIKE PASTORAAL-TEOLOGIESE VERTREKPUNTE VIR DIE BERADINGSPROSES

3.1 INLEIDING

God is *"...die Vader wat Hom ontferm en die God wat in elke omstandigheid uitkoms gee. In elke moeilikheid help Hy ons. Daarom kan ons weer ander help wat in allerlei moeilikhede verkeer. Ons kan hulle bemoedig met dieselfde bemoediging waarmee God ons bemoedig."* (2 Kor 1:3b-4)

Clinton *et al.* (2005:15) beskryf hierdie gedeelte as 'n sirkel van sorg. God wat bemoedig en dié wat bemoedig is, word weer bemoedigers van ander. Gelowiges is God se agente, sy sorg-gewende dissipels wat opgeroep word: *"Dra mekaar se laste en gee op dié manier uitvoering aan God se wet"* (Gal 6:2). Elke gelowige, vanweë die amp van gelowige, is 'n berader in die Bybelse sin van die woord (Lotter, 2004:1). Adams (1973:9) oordeel egter dat berading spesifiek deur 'n *"pastor"* gedoen moet word. Daar kan egter aanvaar word dat nie alle gemeenteleiers hulle geroepe voel om mense van pastorale raad te bedien nie. Op grond van temperament, belangstellings, vaardighede, opleiding of roeping vermy sommige Christene beradingswerk en verkies hulle om liewer hulle tyd en gawes aan ander vorme van bedieninge te wy (Collins, 2005:3).

Volgens De Jongh van Arkel (1991:108) moet die aksent nie val op die persoon wat sorg nie, maar op die spesifieke aksie: die pastorale aksie.

3.2 DOEL VAN DIE HOOFSTUK

Hierdie hoofstuk handel oor basisteoretiese perspektiewe ten opsigte van belangrike pastoraal-teologiese vertrekpunte vir die beradingsproses oor die algemeen.

3.3 PASTORALE BERADING

Sommige navorsers het dit nuttig gevind om te onderskei tussen pastorale sorg, pastorale berading en pastorale psigoterapie (vgl. Wicks *et al*, 1993:5 en Collins, 2005:4). De Jongh van Arkel (2000:160-161) maak 'n indeling vir pastorale werk wat uit vier komponente bestaan, naamlik:

- Onderlinge sorg: Dit is die primêre vlak van pastoraat. Dit is die mees basiese en ook heel waarskynlik die belangrikste. Dit kom voor wanneer lidmate vir mekaar sorg.
- Pastorale sorg: Dit het hoofsaaklik te make met die opbou en versorging van die gemeente.
- Pastorale beraad: Dit is 'n intensiewer vorm van sorg as die vorige twee. Enige persoon wat op hierdie vlak wil werk, moet 'n kennis van en vaardighede in verskeie vorme van berading hê.
- Pastorale terapie: Dit is langtermyn-rekonstruktiewe terapie om ernstige en chroniese probleme te genees. Dit vereis nog meer spesialiskennis en vaardighede om op hierdie vlak te werk as die voorafgaande.

Volgens Collins (2005:3) is berading daarop gefokus om bemoediging en leiding te verskaf aan mense wat verliese, moeilike besluite of teleurstellings in die gesig staar. Berading kan persoonlike groei en ontwikkeling stimuleer en mense help om probleme, innerlike konflik en verlammende emosies doeltreffender te hanteer. Dit kan ook enkelinge, gesinslede en getroude pare help om interpersoonlike spanning uit die weg te ruim of om doeltreffender verhoudings te vestig. Berading kan ook help om

selfvernietigende lewenspatrone te vervang; mense help om in 'n persoonlike verhouding met Jesus Christus te kom en om vergifnis, asook verligting van die gevolge van sonde en skuld te vind.

Pattison (1993:13) stel dit duidelik dat die mikpunt van pastorale sorg nie net die verligting van sonde en lyding is nie, maar ook om die mens deur groei en persoonlike vervulling te bring by 'n positiewe doel in die lewe. Pastorale sorg moet daarom meewerk dat verandering in 'n persoon se lewe bereik kan word.

Adams (1972:41) kies die begrip "nouteties" (*nouthesis*) as die basiese metafoor in terme waarvan hy die pastoraat wil beskryf. Noutetiese berading is daarop gefokus om deur middel van 'n proses van konfrontasie 'n persoon tot persoonlike en gedragsverandering te begelei (Adams, 1972:45). Pastoraat verkry dan 'n vermanende karakter, omdat "nouthesis" volgens Adams 'n proses van konfrontasie beskryf wat veranderinge in 'n persoon na vore bring. Die veranderinge is nodig omdat, volgens Adams (1973:124), die basis van alle menslike probleme sonde is. Daar is drie elemente wat die basis vorm van enige beradingsessie, naamlik *konfrontasie, besorgdheid en verandering* (Adams, 2007:1).

Patton (1993:114) pleit dat pastorale sorg die insette van drie pastorale sorgparadigmas moet insluit, naamlik:

- Die klassieke - wat die klem op die boodskap van die Christelike tradisie plaas
- Die kliniese pastoraat - wat fokus op die verstaan van die persone wat betrokke is
- Gemeenskapskonteks - waar die fokus die versorgende gemeenskap insluit, asook kontekstuele faktore wat die probleem kan beïnvloed

Daarom sal die berader, in die geval van 'n verlies, die Christelike boodskap te midde van die verlies na vore bring. Terselfdertyd sal die berader besorgd wees oor die persone wat die verlies ervaar het, asook diegene wat die ondersteuning bied. Die pastorale berader

sal ook rekening moet hou met die spesifieke kontekste wat 'n persoon wat 'n verlies ervaar het, kan affekteer.

Louw (1993:375) onderskei tussen pastorale *beraad* en pastorale *terapie*. Hy omskryf *beraad* as die geheel van daardie gespreksprosedures wat dien as basiese elemente van 'n pastorale kommunikasie en beleid binne die ontmoetingsgebeure tussen God en mens. Beraad is dus vir hom 'n omvattende term wat hierdie ontmoetingsgebeure met sy eiesoortige beleid en strategie verduidelik.

Met *pastorale terapie* word bedoel die eiesoortige inhoud van die pastoraat wat gekommunikeer word met die oog op 'n beïnvloeding en verandering van die mens in die rigting van 'n unieke effek: die herstel van lewe vanuit die heilswerklikheid. Geloofsgroei en geloofsontwikkeling word vanuit die dimensie van heil beoog (Louw, 1993:376). Hierdie geloofsgroei besit die potensiaal om mense oorwinnend en hoopvol te laat leef.

Volgens Hindson en Eyrich (1997:27-31) berus pastorale begeleiding op drie basiese beginsels, te wete:

a) *Christus-gesentreedheid*: Gelowiges het in Christus alles wat nodig is om enige probleem te oorkom (1 Pet 1:3).
b) *Kerk-gesentreerdheid*: Die kerk is primêr verantwoordelik vir die werk van God op aarde (1 Tim 3:15).
c) *Bybel-gefundeerdheid*: Die Skrif is genoegsaam om alle persoonlike en interpersoonlike sonde van die mens te verstaan en op te los (Ps 19:8-11; 2 Tim 3:14-17).

McMinn (1996:270) maak 'n sterk saak uit vir die belangrikheid van teologie in berading. Effektiewe Christelike beraders moet historiese en sistematiese teologie, Bybelse verstaan en die Christelike tradisie ag en as essensiële komponente van berading sien.

Volgens hom sal 'n effektiewe berader die insigte en vaardighede van teologie, sielkunde en geestelikheid (*spirituality*) gelyktydig en toepaslik tot voordeel van die beradene gebruik.

3.4 DIE DOEL VAN PASTORALE BERADING

3.4.1 Verandering

Vir Adams (1973:18) is die doel van Bybelse berading *verandering* deur die vrymakende krag van die Heilige Gees. Die Christelike berader weet dat God lewens kan verander en daarom moet hy met daardie feit werk (Adams, 1973:18). Die werk van die Heilige Gees is "*...precisely the work of personality change*" en daarom moet die Christelike berader betrokke raak as agent waardeur die Heilige Gees kan werk (Adams, 1976:74).

Die konsep van *verandering* staan ook vir MacArthur en Mack (1994:116) sentraal in Bybelse berading. Bybelse beraders moet in Bybelse berading met drie fundamentele veronderstellings werk, naamlik:

- God het die mens geskape.
- Sonde het die mens besmet.
- God het voorsiening gemaak vir die mens om te verander.

Hierdie verandering is slegs moontlik as so 'n persoon verenig is met Christus.

Clinton *et al.* (2005:18) maak dit duidelik dat verandering sleutelkwessies van die hart moet raak. Hulle wys daarop dat baie mense nie bevry sal word indien hulle nie 'n genesende ontmoeting met die lewende God deur die Heilige Gees ervaar het nie. Ware vryheid kom net deur geloof in Jesus Christus. Christus-bemagtigende verandering is transformatief (Clinton *et al.*, 2005:19). Dit is 'n proses waar "nuwe lewe" ontdek en toegepas kan word in 'n persoon se bestaan.

Een van Collins (2005:33) se beradingsdoelwitte is *leer- en gedragsverandering.* Berading sou dus behels die afleer van onvoldoende gedrag en die aanleer van meer doeltreffende maniere om dinge te doen.

3.4.2 Genesing/heelwording

Volgens Huston (2000:19) is Luk 4:18-19 'n allesomvattende stelling van die bediening van Christus:

> *"Die Gees van die Here is op My omdat Hy My gesalf het om die evangelie aan armes te verkondig. Hy het my gestuur om vrylating vir gevangenes uit te roep en herstel van gesig vir blindes, om onderdruktes in vryheid uit te stuur, om die genadejaar van die Here aan te kondig."*

Christus se bediening was nie net om mense van siektes te genees nie; dit was ook om die harte te genees van hulle wat seergemaak is deur verwerping, om diegene te verlos wat deur hul eie vleeslike drange gevange geneem is, om begrip te gee aan diegene wat in die duister wandel, om vryheid te gee aan diegene wat ly as gevolg van hulle eie bitterheid en om aan almal bekend te maak dat dit die tyd is van God se aanvaarding en nie van verwerping en wraak nie (Huston, 2000:19). Nadat Christus opgevaar het, het Hy hierdie groot taak oorgedra na sy volgelinge om dit steeds voort te sit.

Die genesingsdimensie van vergifnis is daarop gefokus om 'n persoon in die rigting van totale heelwording te begelei (Calian, 1981:442). Dit kan 'n mens ook sien in die bediening van Jesus. Jesus het in sy genesings die mens in sy totaliteit aangespreek. Dit word bevestig deur die feit dat die uitspraak "*Jou geloof het jou gered*" soms deur Jesus gebruik is in gevalle waar daar 'n fisiese genesing plaasgevind het (byvoorbeeld Luk 8:48 – die vrou wat aan bloedvloeiing gely het), sowel as in gevalle waar iemand geestelike verlossing ervaar het (byvoorbeeld Luk 7:50 – die vrou wat op owerspel betrap is). Afgesien van die genesing van die verlamde man, het Jesus ook vir hom gesê: "*Vriend, jou sondes word vergewe*" (Mark 2:5-12). Hy was dus sowel vergewe as genees. Vir

Coetzer (2007:15) gaan dit om 'n Goddelike ingrype in die *ganse bestaan* van die betrokke individu en ook nie slegs net teenswoordig nie, maar ook toekomstig. Die klem word dus geplaas op redding en verlossing in sy totaliteit – elke faset van die menslike bestaan word hierdeur geraak (Coetzer, 2007:15).

Om vergifnis as genesing te beskou, is ook 'n erkenning dat die mens homself nie kan genees of vergewe nie (Calian, 1981:443). Die bron van genesing en vergifnis is God. Backus (1996:112) sluit hierby aan as hy verklaar dat genesing altyd van God af kom:

> *"Healing, whether it is accomplished by prayer, medicine, surgery, vitamins, exercise, or telling yourself the truth, is God's work."*

3.4.3 Genesing van herinneringe

Genesing van herinneringe (of soms word hierna ook verwys as *innerlike genesing*) is 'n terapeutiese benadering waar gebed besonder sterk figureer (Collins, 2005:415). Die berader en beradene moet saam die leiding van die Heilige Gees soek, terwyl negatiewe herinneringe of gesindhede uit die verlede in herinnering geroep word (en soms in die geheue "herleef" word). Die emosioneel verwonde moet in kontak gebring word met sy onderdrukte emosies wat moontlik die oorsaak mag wees van negatiewe emosionele gedrag en/of fisiese probleme. Wanneer die herinneringe duidelik na vore kom, is daar 'n sterk moontlikheid van die herbelewing van emosies wat deel was van die oorspronklike traumatiese belewenis. Die teenoorgestelde is ook waar. Wanneer 'n persoon sekere gevoelens ervaar, is die moontlikheid daar dat die herinneringe wat met die emosies geassosieer is, weer na die oppervlak kan kom.

Wonde van die verlede word in die brein deur visuele, emosionele en fisiese/sensoriese herinneringe vasgelê (Anderson *et al.*, 2000:261). Hierdie herinneringe beïnvloed so 'n persoon se siening, gevoelens en verhoudings intens en direk (Seamands, 2004:13). Die

herinneringe affekteer ook die manier waarop so 'n persoon die lewe, God, ander mense en homself sien. Die Heilige Gees moet vervolgens toegelaat word om sy besondere genesing in so 'n persoon se seer en verwarring te bring (Seamands, 2004:14). Seamands beskryf ook die genesing van herinneringe as 'n vorm van Christelike berading en gebed wat die genesende krag van die Heilige Gees op sekere tipes emosionele/geestelike probleme fokus. Kraft (1993:37) wys daarop dat van die algemeenste probleme aspekte sal insluit soos onvergewensgesindheid, woede, bitterheid, verwerping, lae selfwaarde, vrees, bekommernis en onverwerkte trauma rondom seksualiteit.

Die getraumatiseerde persoon moet vervolgens gehelp word om te sien, te hoor, te voel en te verstaan wat hulle ervaar het tydens die oorspronklike traumatiese ervaring en dit dan na die Here toe te bring vir genesing (Coetzer, 2007:102). Die Heilige Gees kan herinneringe wakker maak en die persoon in staat stel om bewus te raak van onverwerkte pynlike ervarings (Richardson, 2005:153). Om uiteindelik te kan vergewe, is dit aanvanklik dikwels eers nodig dat die persoon die seer, verwerping en verwonding sal *onthou* en *ervaar* (Richardson, 2005:150). Wanneer die persoon die pyn en seerkry onthou, maar ook besef dat hy beskerm is deur die liefde van Christus, kan dit 'n kragtige stimulus wees om momentum te verleen aan die proses van vergifnis.

Smith (2000:46) fokus in sy TheoPhostiese benadering ook op die oorsprong van 'n verwonde se herinneringe. Emosionele pyn word telkens gesneller omdat die oorsprong van die pyn nog nie hanteer is nie. Die negatiewe emosie word as 'n "eggo" van die verlede beskou: 'n oop venster waardeur ingekyk kan word na die wonde van die verlede (Smith, 2000:35). Hy stel dit ook duidelik dat die Heilige Gees die verwonde in die waarheid moet lei, aangesien slegs die waarheid kan vrymaak. Die TheoPhostiese benadering neem Joh 16:13-15 as teologiese vertrekpunt waar dit duidelik gestel word dat die *Gees van die waarheid* die gelowige in die hele waarheid lei. Smith (2000:17) verduidelik hierdie aspek as hy sê dat as die verlede genees word, so 'n persoon ook vry is in die hede.

MacNutt (2001:185) verduidelik die proses van innerlike genesing soos volg: Jesus Christus wat gister, vandag en vir ewig dieselfde is, kan die herinneringe van die verlede neem en:

- dit genees van die wonde wat steeds aanwesig is, asook van die effek daarvan op 'n persoon se lewe;
- al die plekke wat genees is van die gif van die seerkry en haatdraendheid van die verlede met Sy liefde vul.

3.4.4 Verdere doelwitte

Collins (2005:33-34) verwys ook nog na die volgende doelwitte met betrekking tot die doel van pastorale berading:

- *Selfbegrip*: Wanneer 'n emosioneel verwonde homself verstaan, is dit dikwels die eerste tree op die pad na genesing. Baie probleme ontstaan weens eie toedoen, maar die persoon wat gehelp word, kan dikwels nie hulle eie probleme raaksien nie. So 'n persoon kan nie self agterkom of hy bevooroordeeld is, skadelike houdings het of selfvernietigend optree nie. So 'n persoon moet daarom objektief bygestaan word sodat hy 'n ware prentjie kan kry van wat met hulle gebeur, maar ook van dít wat in die wêreld rondom hulle gebeur.
- *Kommunikasie*: Die beradene moet aangemoedig word om akkuraat en doeltreffend uitdrukking te gee aan gevoelens, gedagtes en houdings. Die berader moet ook homself duidelik uitdruk en poog om die boodskappe vanaf die beradene korrek te interpreteer.
- *Christusverheerliking*: Die doel sou wees om volkome te wees in Christus, om 'n mens se volle potensiaal te ontwikkel deur die krag van die Heilige Gees wat spirituele volwassenheid aan so 'n persoon gee.
- *Ondersteuning*: In 'n tyd van ongewone stres of in geval van 'n krisis het mense 'n periode van ondersteuning en bemoediging nodig waartydens iemand anders hulle help om hulle laste te dra. Dit sou moes gebeur totdat sodanige mense in staat is

om hul persoonlike en geestelike bronne te mobiliseer om die probleme van die lewe doeltreffend aan te pak.

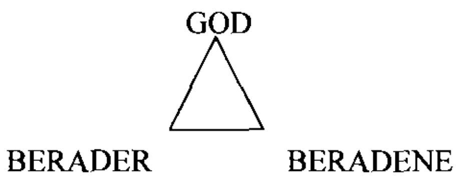
- *Geestelike volwassenheid*: Mense moet gehelp word om hul geestelike behoeftes te hanteer en om geestelike volwassenheid te ervaar. Die beradene moet ook in staat gestel word om betekenisvolle oortuigings en waardes te ontdek. Daarby streef die berader nie na 'n dialoog tussen berader en beradene nie, maar liewer na 'n "trialoog" wat die teenwoordigheid van God erken as die kern van doeltreffende hulp aan mense.

3.5 DIE PASTORALE BERADINGSVERHOUDING

Suksesvolle Christelike beraders sal nie onafhanklik van God hul taak probeer uitvoer nie (Anderson *et al*, 2000:112). Sodanige beraders weet dat hulle nie die uiteindelike antwoord vir die beradene is nie of dat hulle die rol van die Heilige Gees in die beradene se lewe kan oorneem nie (Anderson *et al.*, 2000:112). Volgens Worthington (2005:120) is daar geen misterie in beradingstegnieke nie. Beradingstegnieke kan nie noodwendig iemand help om te vergewe nie. Beradingstegnieke is strukture waardeur God soewerein optree (Worthington, 2005:120).

Die beradingsverhouding bestaan uit drie partye, naamlik die berader, die beradene en die Drie-enige God. Berading bestaan dus uit 'n horisontale en vertikale dimensie (Clinton *et al.*, 2005). Die horisontale dimensie bestaan uit ten minste twee persone, te wete die berader en beradene. In Christelike berading is die Heilige Gees die derde persoon. Aangesien hierdie vertikale dimensie uniek is in Christelike berading, is dit van kardinale belang dat 'n verhouding met die Drie-enige God nagestreef word. Adams (1973:4) stel dit duidelik dat wanneer die berader en beradene in die naam van Jesus Christus vergader, *"...they may expect the very presence of Christ as Counselor-in-charge."*

Anderson *et al* (2000:113) illustreer die verhoudings in 'n beradingsituasie soos volg:



Op grond van bogenoemde is daar 'n paar sake wat na vore kom:

3.5.1 Die verhouding van die berader/beradene met God

Volgens Anderson *et al.* (2000:113) is daar die hoop, maar ook die noodsaaklikheid dat daar 'n verhouding sal bestaan tussen die berader en God en ook tussen die beradene en God. Arterburn (2005:25) pleit ook dat daar 'n verbintenis tussen die beradene en God sal wees voordat die tog na genesing aangepak word. Clinton *et al.* (2005:35) wys ook daarop dat 'n berader nie net moet help om emosionele en sosiale probleme op te los nie, maar dat die beradene ook gehelp moet word om sy verhouding met God te herstel.

Housten *et al.* (1999:240) maak dit ook duidelik dat daar nie net 'n verhouding kan bestaan tussen die berader en beradene nie, maar dat daar nog 'n verhouding ter sprake is, naamlik die berader se verhouding met God. Om die beradene te begelei om uit God te lewe, moet die berader self 'n lewende verhouding met die Here hê. Om mense dissipels van God te maak (Matt. 28:20), moet die berader self 'n dissipel van die Here wees (Matt. 16:24).

- **Die waarom-vraag**

Dit is belangrik dat die beradene sy vrae vra met betrekking tot waarom God die verlies toegelaat het en hoekom Hy nie ingegryp het nie. Dikwels dink Christene dat hulle van die seer van die lewe gevrywaar is (May, 2005:374). Wanneer daar dan 'n traumatiese

ervaring in hulle lewens is, is dit moeilik om te verstaan wat God se betrokkenheid in die gebeure is. Dit gee weer daartoe aanleiding dat diegene wat 'n verlies gely het, dikwels met God daaroor worstel. Sittser (1996:144) beskryf hierdie worstelstryd soos volg:

> *"We move toward God, then away from Him. We wrestle in our souls to believe."*

Beraders moet beradenes toelaat om aktief met God te worstel en hulle in die proses help na 'n beter verstaan en verhouding met God (May, 2005:374).

3.5.2 Die verhouding tussen berader en beradene

Die hulpverlener, hetsy pastor, berader of terapeut, is nie die geneser nie – hy is wel die een wat die verantwoordelikheid neem om toe te sien dat 'n milieu geskep word waarbinne genesing kan plaasvind (Hunter, 1990:500). Maar van nog meer belang as die milieu, is die verhouding tussen die berader en beradene (Collins, 2005:34). In hulle navorsing het Clinton *et al.* (2005:29) gevind dat die kwaliteit van die verhouding tussen die berader en beradene die uitkoms van die berading beduidend beïnvloed. Dit maak nie saak watter tipe probleem ook al ter sprake is nie, die berader of pastor is geroepe om die beeld van God te vertoon deur onder andere liefdevol, meelewend, diensbaar, verantwoordelik, goedgesind, nederig en sagmoedig te wees, asook om in wysheid op te tree (Jones & Butman, 1991:405-409; vgl. ook Ef 5:1; Kol 3:12-13; 1 Pet 3:8). Collins (2005:35-36) noem verder ook nog die volgende eienskappe van die berader wat ook die verhouding tussen berader en beradene kan verbeter: *hartlikheid* waaronder ook verstaan word toegeneentheid, respek, of 'n opregte besorgdheid oor die beradene ten spyte van sy optrede of houding; *egtheid* en *empatie*. MacArthur en Mack (1994:175) noem *deernis, respek* en *opregtheid* die boustene waarop die verhouding gebou kan word.

Bogenoemde kan opgesom word deur te sê dat die berader tekens moet toon van die vrug van die Gees, naamlik liefde, vreugde, vrede, geduld, vriendelikheid, goedhartigheid, getrouheid, nederigheid en selfbeheersing (Gal 5:22).

Beraders moet in die begeleidingsproses die klem laat val op die beradene in sy totaliteit. Daarom moet beraders nie eksklusief probleem-georiënteerd wees nie, maar persoon-georiënteerd (MacArthur & Mack, 1994:174).

'n Belangrike aspek wat Clinton *et al.* (2005:30) na vore bring, is dat die berader 'n beradingsmodel sal navolg wat persoonlik op die beradene gerig is. Daarom is dit belangrik dat die berader sal vra na dít wat werk vir die beradene met sy probleem, in hierdie situasie, op hierdie tyd van sy lewe en met hom as berader onder leiding van die Heilige Gees. 'n Berader moet dus nie in algemene teorie verval as daar met 'n spesifieke persoon gewerk word nie.

3.6 DIE BERADER

Die berader (pastor) moet, as verteenwoordiger van God en die kerk, 'n stabiliserende en ondersteunende figuur wees deur teenwoordig te wees te midde van pyn, vrees en psigiese afstomping (Hunter, 1990:1287). Die berader kan op hierdie wyse 'n simbool van hoop, hulp en bemoediging wees. MacMinn (1996:226) wys ook daarop dat 'n goeie berader 'n beradene sal help om verkeerde oortredings van die verlede te herken. Die oortredings mag nie verskoon, goedgepraat of ontken word nie. Dit is dan ook belangrik dat die berader 'n pad sal stap saam met die beradene en hom sal begelei deur fases van woede, rou en alleenheid. Vir Aponte (1998:40) moet die geestelike konteks van liefde en vergifnis deel uitmaak van die taal wat in berading gebruik word.

3.6.1 Die berader se kernvaardighede

Kernvaardighede waaroor die berader moet beskik, kan vanuit 1 Tess 5:14-18 afgelei word:

> *"Ons druk julle dit op die hart, broers: Wys die leeglêers onder julle tereg,*

praat die kleinmoediges moed in, help die swakkes, wees met almal geduldig. Sorg dat niemand 'n ander mens kwaad vir kwaad vergeld nie. Beywer julle liewer altyd vir die belange van julle medegelowiges en van alle mense. Wees altyd bly. Bid gedurig. Wees in alle omstandighede dankbaar, want dit is wat God in Christus Jesus van julle verwag."

Hierdie gedeelte reflekteer die baie dimensies van berading (Clinton *et al.*, 2005:38):

- **Op die hart druk** (*parakaleo*): Letterlik beteken dit om aan iemand se kant te gaan staan. Dit sluit ook in 'n wyer reeks van responsiewe gedrag ten opsigte van berading, naamlik "vertroos", "opbeur", "bemoedig", "smeking" of "vermaning".
- **Teregwys** (*noutheteo*): Hierdie woord word gekarakteriseer deur 'n vermanende styl wat daarop gerig is om sonde uit te wis en die persoon op die regte pad te hou.
- **Moed inpraat** (*paramutheomai*): Dit beteken om te "vertroos", "op te beur", "te kalmeer" of "bemoedig", hoofsaaklik waar iemand deur diepe rou gaan.
- **Hulp te verleen** (*antechomai*): Om iemand wat swak is en bystand nodig het, regop te hou of te ondersteun; om iets wat baie broos is, te onderskraag.
- **Geduldig te wees** (*makrothumeo*): Volgens Clinton *et al.* beteken dit "lang humeur". Die woord dra die gedagte van verdraagsaamheid, uithou en verduur. Op grond hiervan moet beraders nie ongeduldig en te gou te vinnig met beradenes omgaan nie.

Verskeie ander vaardighede wat by bogenoemde aansluit, word ook deur Clinton *et al.* (2005:38-39) uitgelig:

- **Aktiewe luister**: Aktiewe luister behels dat die berader totaal en al op die beradene fokus. Dit impliseer die volgende:
  - Verbale en nieverbale kommunikasie waardeur die beradene aangemoedig word om sy storie te vertel

- Terughou van oordeel of afkeur
- Om aandag te gee aan dit wat die beradene sê, asook aan dit wat nie gesê word nie
- Om te let op die beradene se nieverbale kommunikasie asook emosies
- Om oomblikke van stiltes deur te wag

- **Aanwesigheid**: Dit beteken dat daar onverdeelde aandag aan die beradene gegee word. Bydraend tot aanwesigheid, moet die berader 'n oop houding openbaar, oogkontak handhaaf (sonder om te staar), vorentoe leun en deur gebare aandui dat hy "teenwoordig" is in die beradingsessie.

- **Empatiese respons**: Die berader herformuleer wat die beradene sê, terwyl daar ook gefokus word op die emosies wat gekommunikeer word. Dit verseker die beradene dat hy verstaan word en gee ook aan hom die terapeutiese geleentheid om sy storie vanuit 'n ander perspektief te hoor.

- **Ondersoekend**: Dit is die proses waar die berader oor die vaardigheid beskik om sekere vrae te vra. Woorde wat normaalweg gebruik word, is *wie, wat, waar, wanneer,* of *hoe*. Vrae moet so gestruktureer word dat dit 'n uitgebreide antwoord na vore sal bring.

- **Doelwitbepaling**: Spesifieke doelwitte moet bepaal word. Dit moet ook die aksie insluit wat geneem gaan word om die persoon uit sy huidige situasie na 'n meer voordelige situasie te neem.

3.6.2 Belangrikheid van die leiding van die Heilige Gees

Toe Jesus gereed gemaak het om hierdie wêreld te verlaat, het Hy sy dissipels belowe dat Hy hulle nie alleen sou laat nie, maar dat Hy die Trooster (Parakleet) na hulle sou stuur

(Joh 14:16-18). Aangesien die Heilige Gees en die Woord waarskynlik die belangrikste komponente in berading is, moet die berader fyn ingestel wees op die leiding van die Heilige Gees. Dit behoort daarom elke berader se doelwit te wees om deur die Heilige Gees gebruik te word om mense se lewens aan te raak, om dit te verander en om ander tot sowel geestelike as sielkundige volwassenheid te bring (Collins, 2005:8). Wanneer die berader onder leiding van die Heilige Gees optree, is so 'n persoon dan nie in die laaste instansie net van kommunikasievaardighede en gesprekstegnieke afhanklik nie (Louw, 1993:201). Die berader tree nou onder die Gees se leiding op en daarom tree hy ook in die Naam van Christus en in diens van Christus op.

3.7 DIE BERADENE

Die beradene in hierdie studie is die persoon wat as gevolg van trauma emosioneel verwond is. So iemand kan probeer om dit te verberg, maar die pyn en seer en woede oor wat met hom gebeur het, dra hy met hom saam.

3.7.1 'n Bybelse mensbeeld

Wanneer God na die mens kyk, kyk Hy na hom vanuit 'n hoek van liefde (Joh 3:16) – "*Want so lief het God die wêreld gehad....*" Uit God se hart vloei daar 'n onuitputlike stroom van liefde vir die mens (Van der Watt, 1998:13). Dis nie liefde wat die mens kan verstaan nie, want dit is te groot.. Uit die liefde kom die balsem van vergifnis. Vergifnis kom na die mens toe, toegewikkel in God se liefde (Van der Watt, 1998:14). En dit is die rede waarom die mens nog 'n kans kry by God, want Hy het die mens lief.

Wanneer Louw (1993:135-138) oor die basiese elemente van 'n Bybelse mensbeeld praat, konstateer hy dat die mensbeeld van die Bybel met die voorveronderstelling werk dat die mens van God afhanklik is en vanuit sy verhouding met God verstaan moet word. Liefde is die basis van die verhouding tussen God en mens.

Die Skrif spreek die mens in die eerste plek nie aan op grond van sy sonde en skuld nie, maar op grond van sy skepselmatige gerigtheid op God en die feitlikheid van sy nuwe syn in Christus. Die Skrif spreek dus die mens aan in terme van 'n verbondsverhouding met God; die genade wat 'n mens herstel tot nuwe mens; die eskatologiese werklikheid van die vervulde beloftes van God; die oorwinningsdimensie van die opstandingswerklikheid en die heerlikheid van God se heerskappy oor alle destruktiewe magte.

Alhoewel die Bybel nie sonde ignoreer nie, pen dit 'n mens nie vas in sy skuld en eindigheid nie. Die herstellende potensiaal word gebou op die nuutskeppende krag van die heil.

Die mens is ook iemand wat op God se liefdevolle en genadige toewending kan reageer. Die effek van hierdie reaksie deur die mens is geloof. 'n Verdere effek van die menslike bestaan as nuwe mens is liefde en dankbaarheid, asook hoop. Hierdie hoop ontsluit 'n toekoms vir die nuwe mens (Louw, 1993:135-138).

3.7.2 Die versameling van inligting oor die beradene

'n Belangrike aspek van berading is die versameling van inligting oor die beradene (MacArthur & Mack, 1994:210). Wanneer die berader weet waarom 'n persoon vir

berading kom, met watter probleme so 'n persoon worstel en hoe om verskuilde inligting na vore te bring, sal dit die berader help om meer effektief te wees (Adams, 1981:43).

3.7.2.1 Die insameling van inligting

Adams (1981:45) dui onder andere aan dat sake waaroor inligting verkry moet word die volgende moet wees: die beradene se verhouding met God en ander mense, lewenstyl, sosiale lewe, tragedies en groot lewensveranderinge in die afgelope jaar, asook die persoon se gevoelens. Die persoon moet ook aandui wat die tydsverloop was sedert die traumatiese insident plaasgevind het. In hulle empiriese ondersoeke het Worthington *et al.* (2000:6) aan deelnemers gevra om hul begeerte om te vergewe, te evalueer, asook aan te dui hoe belangrik geloof vir hulle is. Die berader moet sorgvuldig luister na die gevolge wat deur emosies soos bitterheid veroorsaak is (Lotter, 1987:163). Lotter dui aan dat daar inligting verkry moet word oor 'n persoon se fisiese lewe, sy ondersteuningsbasis, emosionele lewe, dade, konsepte en geskiedenis. Ander aspekte in hierdie verband wat ook deur hom beklemtoon word, is byvoorbeeld 'n persoon se geloofslewe, werkslewe en algemene omstandighede. Inligting kan ook verkry word van so 'n persoon se dokter, predikant, asook ander mense met wie so 'n persoon in 'n noue verhouding staan. Tereg stel Lotter (2004:3) dit dat daar 'n voortgaande proses van inwin van inligting moet wees.

3.7.2.2 Interpretasie van die inligting

Vanuit die inligting wat ingesamel word, moet sekere gevolgtrekkings gemaak word. Nie net moet die berader die inligting interpreteer nie, maar in sommige gevalle moet die inligting vir die beradene herinterpreteer word, aangesien hy moontlik alreeds verkeerde gevolgtrekkings aangaande sy situasie kon gemaak het (MacArthur & Mack, 1994:231). Volgens MacArthur en Mack (1994:231) behels die proses van interpretasie twee basiese

elemente, naamlik enersyds die analisering van die inligting en andersyds die verduideliking daarvan aan die beradene. In die analisering van die inligting gaan dit onder andere om hoe die berader die probleem verstaan en watter Bybelse oplossing daar vir die probleem is. Die tweede element behels onder andere dat die inligting vir die beradene geïnterpreteer word.

Op grond van die inligting wat ingesamel is, kan die volgende vrae ten opsigte van die interpretasie van die inligting gevra word:

- Watter insigte verskaf die Bybel betreffende die oorsake van die probleem?
- Wat is die verhouding van die probleme tot mekaar?
- Watter hindernisse bestaan daar in die persoon se lewe wat verandering sal blokkeer?
- Watter fisiologiese en psigologiese faktore speel 'n rol in die ontwikkeling van die probleem?
- Wat is die persoon se verwagting ten opsigte van die beradingsproses?

Om te bevestig of die berader se gevolgtrekkings korrek is, moet die berader (Lotter, 2004:3):

- Homself vergewis dat hy genoeg inligting het om sodoende 'n feitelike basis te hê vir sy gevolgtrekkings.
- Versigtig wees vir 'n oorvereenvoudiging. (Ander moontlikhede moet dus ook oorweeg word op grond waarvan die inligting geïnterpreteer kan word.)
- Deurentyd die beradene op die hoogte hou van sy gevolgtrekking. Sodoende kan die gevolgtrekkings ook bevestig of verander word.
- Bid om leiding van die Heilige Gees betreffende die interpretasie.

3.7.3 Die beradene se verantwoordelikheid

- Die beradene moet verantwoordelikheid neem vir sy aandeel in die beradingsproses. Seamands (2004:71) skryf dat die mens God se vennoot moet word in die proses van herstel. Daarom moet so 'n persoon hom byvoorbeeld verbind om afsprake stip na te kom, huiswerk te doen en voorskrifte uit te voer.
- Emosioneel verwondes wat uitkoms uit hulle situasie soek, moet ook op die Heilige Gees staat maak om hulle te lei (Borchert, 2002:169).
- Die beradene moet ook die keuse maak om sy omstandighede in die verlede en hede vanuit 'n Bybelse oogpunt te beskou. Die persoon moet dus omstandighede deur die lens van die Skrif interpreteer en nie deur sy eie opinies en emosies nie (vgl. Rom. 8:28).
- Die beradene moet onderneem om te volhard. Verandering kan tyd neem en daarom moet die persoon hom verbind om met die proses deur te gaan. Hier moet die beradene gelei word om die Here te vertrou vir die krag en bronne om wel die verandering te bewerkstellig.
- Verandering begin waar persone self verantwoordelikheid aanvaar vir hulle eie probleme (Aponte, 1998:36).

3.7.4 Veranderlikes by die beradene

Veranderlikes by die beradene kan die effektiwiteit van vergifnis beperk (McCullough & Worthington, 1994:8). Hierdie veranderlikes sluit in die graad van pyn, die wil om te vergewe, die teenwoordigheid van geestesiektes, ouderdom, morele ontwikkeling en godsdienstigheid.

In sommige gevalle waar erge verwonding toegedien is, soos met 'n verkragting, bloedskande of verwerping, kan vergifnis moeilik en selfs in sekere stadiums *anti-terapeuties* wees (McCullough & Worthington, 1994:8). Om vergifnis in sulke gevalle

aan te moedig, kan meebring dat 'n lae selfwaarde bevorder word. Beradenes kan ook die aanmoediging ervaar as 'n minimalisering van die brutaliteit wat hulle deurgaan het. Beradenes moet eers die wil hê om te vergewe voordat daar oorgegaan word tot vergifnis. Waar beradenes vergifnis net as 'n plig beskou of dit doen as gevolg van verkeerde motiewe, soos selfregverdiging, sal dit net negatiewe emosies verder versterk.

3.8 DIE GEBRUIK VAN DIE SKRIF

Stedman (1992) verklaar dat die Skrif die enigste betroubare gids is wat die gelowige het om behoorlik as mens in 'n gebroke wêreld te funksioneer. Pattison (1993:106) oordeel dat die Bybel in alle sake rakende 'n gelowige se lewe geraadpleeg moet word. Die Bybel is God se Woord in mensetaal en daarom kan dit uitgelê, verklaar en toegepas word – veral omdat gelowiges die belofte van die Heilige Gees het (De Klerk & Van Rensburg, 2005:3). Volgens De Klerk en Van Rensburg besit die Bybel dan ook die innerlike krag dat mense daaruit beraad kan word. Die Skrif moet sentraal staan in die pastoraat; daarsonder is pastorale berading nie moontlik nie (Adams, 1981:85). Die Skrif is die standaard waarvolgens alles anders geëvalueer word (Clinton *et al.*, 2005:31). Dit is daarom noodsaaklik dat die berader 'n grondige kennis van en insig in die Woord sal hê. Cherry (1999:101) neem dit 'n stap verder as hy adviseer dat die beradene die Woord geleer moet word sodat hy intelligent kan meewerk aan sy heelwording. Die feit dat die gesprek nie van die Woord van God losgemaak kan word nie, stempel die pastorale gesprek tot 'n "trialoog" (Krankenburg, 1990:136).

Die Skrif is deur God geïnspireer en is daartoe in staat om 'n regte lewenswyse te kweek (2 Tim 3:16). Dit is dus by uitstek die middel om geloofsvolwassenheid te ontwikkel (Louw, 1993:405). Venter (2005:221) wys daarop dat God se doel met die Skrif transformering is. Vanuit 2 Tim 3:16 kan die doel van die Skrif as bron vir transformering aangedui word deur die volgende aksies:

- Om in die waarheid te onderrig: transformering – sodat die leuen nie seëvier nie.

- Om dwaling te bestry: transformering – sodat die ware leer geglo en geleef word.
- Om verkeerdhede reg te stel: transformering – sodat reg geglo en gelewe word.
- Om die regte lewenswyse te kweek: transformering – sodat verkeerde gewoontes en gedrag nie gelowiges se lewe beheer nie.

Daar kan dus afgelei word dat God se oogmerk met sy Woord is om te verander, te transformeer vanaf 'n (negatiewe) toestand wat was, tot 'n (positiewe) toestand in die hede en in die toekoms (Venter, 2005:221).

In die lig van die Woord kan daar gevolglik 'n totale heroriëntering van so 'n persoon se lewe plaasvind. Die uitvloeisel hiervan sal wees 'n bevryding van onderdrukte gevoelens asook 'n nuwe lewensperspektief (vgl. Kotze, 2006:20-23). Dit verg egter 'n totale gehoorsaamheid aan die Woord sodat die geloofsinhoud verbreed kan word tot 'n nuwe lewensvisie wat die krag word om nuwe besluite te neem, nuwe optrede te beplan en te weet wat die wil van God is (Rom 12:2 e.v.).

3.9 DIE ROL VAN DIE HEILIGE GEES IN DIE BERADINGSPROSES

Die belangrike rol van die Heilige Gees word deur Wentsel (1987:347) beklemtoon as hy verklaar dat die Parakleet Christus se lewendmakende werk hier op aarde voortsit. Louw (1993:200) beklemtoon ook die belangrike rol van die Heilige Gees as hy sê dat die Heilige Gees met behulp van die Skrif 'n mens se wese kan beoordeel, 'n insig kan skep, 'n radikale verandering teweegbring en 'n nuwe bestemmingsfunksie vir daardie mens ontwerp. Die Heilige Gees pas die heilswerk van Christus in die lewe van die mens toe en inisieer daardeur 'n proses van geloofsvolwassenheid. Venter (1988:33) wys op die noue verband tussen enersyds die Heilige Gees en andersyds die herderlike gesprek soos beskryf in die Nuwe Testament. Hierdie eenheid word bevestig deur die gebruik van die basiese Griekse term, *parakaleo*. Enersyds word hierdie term algemeen gebruik wanneer daar verwys word na die pastorale gesprekswerk in die Nuwe Testament; andersyds is dit

ook dieselfde term wat gebruik word in een van die benamings van die Heilige Gees, naamlik *Trooster* (Parakletos).

Seamands (2004:21) noem die Heilige Gees die *Goddelike Raadgewer* en *Goddelike Sielkundige,* asook die mens se *"Vennoot en Helper"* wat saamwerk in 'n gemeenskaplike poging om genesing te bewerkstellig. Ten opsigte van innerlike genesing verduidelik hy (Seamands, 2004:126) dat van die herinneringe aan seerkry en pyn te diep begrawe lê vir gewone gebed – die Heilige Gees alleen kan daar genesing bring.

Die Heilige Gees is teenwoordig om die mens tot inkeer te bring (Joh 16:8) en in die hele waarheid te lei (Joh 16:13). In hierdie lewe versterk (Hand 9:31) die Heilige Gees, Hy vernuwe (Titus 3:5), Hy oortuig van sonde (Joh 16:8) en Hy deursoek alle dinge (1 Kor 2:10). Van besondere belang is dat die Heilige Gees intree vir die mens (Rom 8:26-27):

> *" Die Gees staan ons ook in ons swakheid by: ons weet nie wat en hoe ons behoort te bid nie, maar die Gees self pleit vir ons met versugtinge wat nie met woorde gesê kan word nie. En God wat die harte deurgrond, weet wat die bedoeling van die Gees is, want Hy pleit, volgens die wil van God, vir die gelowiges."*

3.10 DIE ROL VAN ROU

Rou is 'n normale respons op die verlies van enige betekenisvolle persoon, voorwerp of geleentheid (Collins, 2005:402). Elke pynlike traumatiese gebeure behels 'n verlies van die een of ander aard wat net deur rou verwerk kan word (Stoop, 2003:93).

3.10.1 God verstaan pyn en rou

Die Bybel is baie duidelik oor die feit dat God pyn en rou verstaan. Gen 6:6 stel dit dat God "bedroef" geraak het omdat Hy die mens gemaak het. In die tuin van Getsemane en aan die kruis het Jesus Christus pyn en angs ondervind. Daar is talle emosioneel verwondes wat met Jesus kan identifiseer as Hy vir sy dissipels sê: "*Ek voel doodsbenoud*" (Mark 14:33). Soveel mense het ook al te midde van 'n verlies uitgeroep: "*Vader, as U wil, neem tog hierdie lydensbeker van My weg*" (Luk 22:42). In 'n mens se donkerste uur, wanneer trauma ondervind word, word die vraag van Mark 15:34 ook dikwels gevra: : "*My God, my God, waarom het U my verlaat?*"

Christus is die mens se voorbeeld – die Een wat die beste aandui hoe om te rou (Clinton & Ohlschlager, 2006:6). Indien die mens sy innerlike pyn en hartseer wegsteek of ontken en dit nie met ander deel nie, sal dit daardie persoon se heelwording groot skade berokken. Dit is daarom normaal om te rou oor 'n verlies en om te verlang en te treur oor hulle wat nie meer daar is nie. Die mens se Christelike natuur van medelye, empatie, liefde en sorg vir ander word so geopenbaar (Clinton & Ohlschlager, 2006:7).

Dit is dan ook karaktereienskappe soos hierdie wat Jesus by Lasarus se graf geopenbaar het. Nadat Jesus in Betanië aangekom het, na Lasarus se dood, het Hy gehuil oor Lasarus se dood (Joh 11:35). Lasarus se graf openbaar nie net Jesus as die Opstanding en die Lewe nie, maar dit openbaar ook God se trane (Clinton & Ohlschlager, 2006:7). Christus het Hom teruggetrek toe Hy van Johannes die Doper se onthoofding gehoor het (Matt 14:13). 'n God wat huil, rou en hartseer ken, is 'n God wat die mens so liefhet dat Hy Homself, ter wille van die mens, aan die pyn van die kruis onderwerp het.

3.10.2 Pastorale sorg en rou

Collins (2005:413-414) noem verskeie stappe wat die berader kan neem om die beradene te help om deur die rou te werk:

- Moedig mense aan om oor die verlies te praat.
- Wees teenwoordig en beskikbaar.
- Gee duidelik te kenne dat dit goed en aanvaarbaar is om uiting te gee aan gevoelens, sonder om druk op die beradene uit te oefen om gevoelens te wys.
- Luister fyn. Die beradene sal wil gesels oor kwessies soos die gevoelens en simptome wat hy ervaar, die besonderhede van die verlies, die rede vir die verlies en die toekoms. Skuldgevoelens, woede, verwarring en wanhoop sal by geleentheid uiting vind en dan moet die berader dit hoor. Dit is belangrik dat dit nie veroordeel, onderdruk of weggepraat word nie.
- Die berader moet homself beskikbaar stel, sonder om opdringerig te wees.
- Begelei die persoon wat rou indien daar groot besluite geneem moet word.
- Bevraagteken op 'n mooi manier patologiese of irrasionele gevolgtrekkings en gee daarna die persoon geleentheid om te antwoord en die sake te bespreek.
- Gee praktiese hulp.
- Moenie treurrituele ontmoedig nie.
- Bid vir die wat rou en troos hulle met Skrifgedeeltes sonder om die rouproses te onderdruk.

3.10.3 Weerstand teen rou

Indien daar nie gerou word nie, sal dit die proses van vergifnis kompliseer (Coetzer, 2006:8). By sommige getraumatiseerdes is daar die vrees dat die treurtaak onoorkomelik is (Herman, 1997:188). Herman beskryf dit soos volg:

> *"The descent into mourning is at once the most necessary and the most dreaded task of this stage of recovery."*

Hulle vrees dat indien hulle hulself eers toelaat om te rou, die proses nooit gaan eindig nie. Sommige getraumatiseerdes weerstaan die rouproses nie soseer vanweë *vrees* nie, maar as gevolg van *trots*. So 'n persoon sal byvoorbeeld bewustelik weier om te treur om daardeur as 't ware oorwinning van die oortreder te weerhou. In so 'n geval is dit belangrik om die persoon se rou te herdefinieer *(reframe)* as 'n daad van moed eerder as vernedering (Herman, 1997:188).

In die mate wat die persoon 'n onvermoë het om te rou, is hy afgesny van 'n deel van homself en beroof van 'n belangrike deel van sy genesing. Slegs deur te rou oor elke verlies, kan die treurende tot die ontdekking van sy onvernietigbare innerlike lewe kom.

Herman (1997:189) wys daarop dat weerstand teen rou verskillende maskers kan dra. Meestal kom dit na vore as 'n soort toweragtige fantasie wat dan die oplossing sou bied. Hierdie fantasie figureer dikwels in die vorm van óf wraak óf vergifnis óf kompensasie.

3.10.3.1 Wraak

Die wraakfantasie is dikwels 'n spieëlbeeld van die traumatiese geheue waarbinne die rolle van die oortreder en slagoffer omgekeer word (Herman, 1997:189). Die slagoffer is van mening dat hy ontslae kan raak van die angs, skande, pyn en trauma deur wraak te neem op die oortreder. Hierdie behoefte aan wraak spruit ook voort vanuit die evaring van totale hulpeloosheid. As gevolg van sy vernedering verbeel die slagoffer homself dat wraak die enigste wyse is waarop 'n eie gevoel van krag en beheer herstel kan word. Daar word ook gedink dat wraak die enigste wyse is waarop die oortreder gedwing kan word om die skade te erken wat die getraumatiseerde aangedoen is.

Herman (1997:189) wys egter daarop dat alhoewel die getraumatiseerde persoon die idee het dat wraak sal uitloop op verligting, die teenoorgestelde gebeur, want die

wraakfantasieë vererger eintlik maar net die lyding. Daarom moet die slagoffer tydens die rouproses vrede maak met die *"impossibility of getting even"* (Herman, 1997:189). Om die fantasie van wraak prys te gee, impliseer egter nie dat die strewe na geregtigheid laat vaar word nie; trouens, dit bied die eerste treë om saam met ander te sorg dat die oortreder verantwoording moet doen vir sy oortredinge.

3.10.3.2 Vergifnis

Die gedagte aan wraak stuit sommige slagoffers teen die bors en daarom verkies hulle om eerder hul woede geheel en al te systap deur 'n fantasie van vergifnis (Herman, 1997189). Hierdie fantasie, net soos die die teenpool hiervan (wraak), is eintlik maar 'n poging om *beheer* te verkry. Die slagoffer is van mening dat woede die impak van die trauma kan uitkanselleer deur 'n wilsbesluit betreffende 'n daad van liefde. Dit is egter nie moontlik om die impak van die trauma uit te kanselleer deur hetsy *liefde* of *wraak* indien dit beskou sou word as 'n kortpad waardeur die volledige rouproses eintlik gesystap word nie.

3.10.3.2 Kompensasie

Aangesien 'n onreg gepleeg is, voel die slagoffer op 'n natuurlike wyse geregtig op die een of ander vorm van kompensasie (Herman, 1997:190). Die soeke na billike kompensasie is dikwels 'n belangrike faset van die herstelproses. Tog bevat dit 'n potensiële slagyster in dié sin dat uitgerekte en vrugtelose pogings om kompensasie van die oortreder af te dwing, eintlik maar 'n refleksie van weerstand teen konfrontasie van die volle realiteit van die verliese kan wees.

Om te treur, is die enigste wyse waarop die nodige erkenning gegee word betreffende die verliese. Daar is geen kompensasie wat hierdie proses kan elimineer nie.

Die fantasie van kompensasie word dikwels aangevuur deur die begeerte na 'n oorwinning oor die oortreder wat dan die vernedering van die trauma sal uitwis (Herman, 1997:190). Die kompensasie is dan veronderstel om die vorm aan te neem van 'n erkenning, 'n apologie of 'n publieke vernedering van die oortreder. Wanneer die kompensasiefantasie in detail ontleed word, is daar dikwels psigologiese komponente aanwesig wat meer vir die oorlewende beteken as bloot materiële gewin (Herman, 1997:190). Aan die ander kant bevry die oorlewende hom van die oortreder wanneer hy die hoop prysgee om enige kompensasie van hom te ontvang. Dit berei dan die weg voor tot 'n rouproses en uiteindelik tot ware heling.

3.11 DIE ROL VAN GEBED IN DIE BERADINGSPROSES

Gebed moet die mens se eerste en nie laaste toevlug wees nie (Cherry, 1999:73). Dit sluit aan by Backus (1996:101) as hy verklaar dat gebed een van die belangrikste elemente in die beradingsproses is. Hy gaan so ver om te sê dat daar geen substituut vir gebed is nie, want niks doen meer vir 'n persoon as wat gebed doen nie. Indien die emosioneel verwondene vir God vertel hoe intens die pyn hom raak, beteken dit ook dat die persoon die moed het om aktief by sy eie pyn betrokke te raak (Louw, 2006:80).

Anderson *et al.* (2000:116-117) bring 'n belangrike perspektief na vore, naamlik dat geen mens verantwoordelikheid kan aanvaar vir iemand anders se gebedslewe nie. Alhoewel dit waar is, vanweë die feit dat alle gelowiges gelyke toegang tot God het en daar net een Middelaar is (1 Tim 2:5), kan die vraag tog ontstaan of 'n emosioneel verwonde persoon altyd vir homself kán bid.

Die volgende sake is verder van belang wanneer daar oor gebed gepraat word:

3.11.1 Genesing van wonde van die verlede

'n Emosioneel verwonde persoon moet herinner word dat Jesus Christus in beheer van tyd is en dat Hy saam met hom gaan terugstap deur die tyd heen en die traumatiese ervaring gaan hanteer soos wat Hy sou gedoen het indien die persoon Hom daarom gevra het tydens die oorspronklike krisis (Coetzer, 2007:102). Daar moet dus aan die persoon verduidelik word dat Jesus oral is, nie net in die hede nie, maar ook in die verlede (Kraft, 1993:110). Die persoon moet ook verstaan dat in talle gevalle die dieperliggende emosionele wortels ver terug in die verlede lê en daarom moet daar in gebed terugbeweeg word in die verlede in en moet Jesus Christus toegelaat word om die betrokke areas waar genesing nodig is, aan te raak (Kraft, 1993:100; Seamands, 1995:140). Daar moet verder aan die persoon verduidelik word dat hy met God moet praat asof hy nou 'n kind (of jongmens of jong volwassene) is wat die persoon was toe die oorspronklike trauma plaasgevind het. God beweeg nie slegs in die bewuste herinneringe in nie, maar Hy kan *"...even reach back into memories from the womb or early years to which we have no conscious access"* (Richardson, 2005:158).

In die genesing van die verlede is dit vervolgens belangrik om te poog om die presiese tydperk te identifiseer wanneer die traumatiese gebeure plaasgevind het. Die Heilige Gees kan lang vergete insidente weer in 'n persoon se gedagtes na die oppervlak bring (Kraft, 1993:83). In die gebed wat gebid word, word die Heilige Gees dan as't ware gevra om met die beradene terug te beweeg in tyd na die feitlike gebeurtenis. Die pynlike herinneringe word dan weer beleef, maar nou in die helende teenwoordigheid van die Heilige Gees. Deur die gebruikmaking van "geestelike verbeelding" (Seamands, 1995:140), word daar dan gebid asof die persoon op die spesifieke moment is toe die traumatiese gebeure plaasgevind het en hier laat hy toe dat die Heilige Gees hom bedien soos wat dit nodig was op daardie tyd.

Wanneer Christus deur Sy Gees in die traumatiese gebeure ingenooi word, oefen Hy Sy heerskappy uit oor die ervarings en herinneringe om dit te genees (Richardson, 2005:113). Kraft (1993:119) sluit hierby aan as hy sê: *"Our aim is to heal the damage to emotions that resulted from actual events."*

Die genesing van die wonde van die verlede is dus 'n geleentheid om terug te keer na die verlede, nie om dit te gaan verander nie, maar om die negatiewe impak daarvan op die beradene se lewe te verander. Die oogmerk is verder om heling te ervaar van die skaamte, skuld en pyn wat hierdie persoon soms vir jare lank kon getreiter het en wat moontlik steeds 'n effek kan hê. Dit is onmoontlik om 'n traumatiese ervaring uit 'n persoon se lewe te vee asof dit nooit gebeur het nie. In hierdie verband stel Richardson (2005:151) dit duidelik dat deur die genesing van herinneringe, Jesus nie die gebeure van die verlede as sodanig verander nie. Dit is egter wel moontlik om die "emosionele angel", asook die traumatiese impak daarvan, as 't ware "sagter" te maak deur middel van berading en gebed. Dit lei dan daartoe dat so 'n persoon agterna kan getuig dat die betrokke ervaring van die verlede hom emosioneel nie meer oorweldig wanneer hy daaraan terugdink nie.

3.11.2 Opstel van 'n gebedslys

Betreffende die opstel van die gebedslys word al die negatiewe herinneringe en emosies wat na vore kom, op hierdie lys geplaas (Kraft, 1993:98). Die aanvanklike gesprek is alreeds op sigself deel van die terapeutiese proses. Dit kan egter nie genoeg wees vir totale genesing nie en daarom moet daar ook in die daaropvolgende gebedsessie gefokus word op die detail van die herinneringe aan die emosionele seer en pyn.

Wanneer 'n oortreder vergewe moet word, moet sy naam en dit wat hy gedoen het spesifiek genoem word (Payne, 1994:83). Eers as die daad genoem en die persoon wat daarvoor verantwoordelik was, vergewe is, kan genesing intree.

Nadat 'n persoon vergewe het, is dit ook nodig dat die persoon vergifnis sal vra vir sy gedrag in reaksie teenoor hulle wat hom kwaad aangedoen het (Richardson, 2005:150). So 'n persoon moet sy bitterheid, vrees en wraak erken en bely. Die persoon moet ook die kwaad wat dit homself en diegene rondom hom aangedoen het, erken sodat daarvoor ook genesing gevind kan word (Richardson, 2005:152).

Indien 'n persoon kwaad is vir God, moet die berader die persoon begelei om dit voor God te bely (Seamands, 2003:70). So 'n persoon moet bid en die Heilige Gees, wat gelowiges in die waarheid lei (Joh 16:13), vra om hom te wys of hy kwaad is vir God as gevolg van pyn in die verlede en moontlik ook teleurstelling omdat God nie die pyn verhoed het nie.

3.12 ERKEN DIE PYN

Diegene op die pad van genesing moet gewillig wees om die pyn in die oë te staar en nie probeer wegvlug of die pyn probeer systap nie (Seamands, 2003:113). Richardson (2005:150) beskou vergifnis as progressief; dit kan soos die lae van 'n ui afgeskil word:

> *"The deeper we enter into our pain and loss, and then the more profoundly God speaks truth and healing into those places of pain and loss, the more fully we let go of the debt owed us and so we are healed."*

Om vergifnis aan te bied vir oortreders sonder om werklik die volle reikwydte te besef of die skade te noem wat hulle berokken het, lei dikwels tot kunsmatige vergifnis. So 'n vergewer sal dikwels die diep wonde en onverwerkte seerkry en kwaad net voortdra (Richardson, 2005:152).

Allender (1999:14) het vier wyses geïdentifiseer hoe mense pyn probeer systap:

- Paranoïes: So 'n persoon sien pyn in almal en alles en word daarom nooit verras deur pyn nie.
- Fatalisties: Hy aanvaar pyn as normaal en as deel van die lewe.
- Heldhaftig: Hy vermy pyn om dit as 'n geleentheid te sien om te groei. So 'n persoon sal nooit 'n nood of swakheid erken nie.
- Optimisties: Hy vermy pyn deur net op die goeie in ander areas van sy lewe te fokus.

3.12.1 Stephen Seamands se stappe betreffende die konfrontering van pyn

Voordat daar met die proses van vergifnis begin kan word, moet die pyn eers ten volle gekonfronteer en deurgewerk word. Om die pyn te konfronteer, behels volgens Seamands verskeie stappe (2003:119-127):

3.12.1.1 Breek deur die ontkenning

Die emosioneel verwonde moet die waarheid aangaande die pyn in die gesig staar. Om die waarheid te erken, kan "*agonizing*" (pynlik) wees. Voordat so 'n persoon beter gaan voel, sal hy eers slegter voel. 'n Persoon kan nie voor God erken dat hy pyn het voordat hy dit nie aan homself erken het nie.

3.12.1.2 Herwin pynlike herinneringe

Die herwinning van herinneringe kan volgens Seamands op verskeie maniere gebeur:

- *Drome en nagmerries*: God kan drome en nagmerries gebruik om 'n traumatiese gebeure na vore te bring. 'n Mens se bewuste is dikwels onwillig om met die pyn van die verlede te deel; daarom kom dit na vore in die realm van die onbewuste

terwyl 'n persoon slaap. Onderdrukte gevoelens soos woede, skaamte, vrees en hartseer kom dikwels simbolies en indirek in drome na vore. Die Heilige Gees kan dit gebruik om so 'n persoon dan in die waarheid te lei.

- *Terugflitse*: Dit word ook deur die Heilige Gees gebruik om herinneringe na vore te bring.

3.12.1.3 Erken die woede

Woede kan 'n vernietigende emosie wees indien dit onderdruk word. Vir baie behels die genesingspad juis die erkenning van woede.

3.12.1.4 Erken eie skuld

In 'n persoon se reaksie teenoor onregverdige dade teenoor hom kan so 'n persoon sondige gesindhede of gedrag openbaar. As gevolg van wat ander aan hom gedoen het, kon so 'n persoon homself ook leed aangedoen het. Hierdie eie skuld moet dan ook erken word.

3.12.1.5 Rou oor verliese

Wanneer 'n persoon 'n verlies ervaar, moet daaroor gerou word. Dikwels gebeur dit egter dat so 'n persoon nie oor die verlies kon rou nie en met tyd het daar dan 'n roof oor die wonde van die verlies gekom. Hierdie wonde, wat gepaard gegaan het met die verlies, kan tydens die genesingsproses weer oopgemaak word sodat die onafgehandelde rou hanteer kan word. Jesus het gesê: "*Geseënd is die wat treur, want hulle sal vertroos word*" (Matt 5:4). Maar Hy het nie gesê dat die rou aangenaam sal wees nie, veral om 'n diep wond en verlies te genees nie.

3.12.1.6 Sink in depressie

As gevoelens van pyn, woede, hartseer en rou na die oppervlakte kom, kan dit so 'n persoon in die donkerte van depressie laat sak. Dit is juis in tye soos dié waar 'n ondersteuningsnetwerk so 'n persoon moet lei, bemoedig en liefhê terwyl die persoon in die donker tonnel van pyn is.

Al hoe 'n persoon sy pyn kan verduur, is om dit na die voet van die kruis te bring. Daar word die emosioneel verwonde versterk en bemoedig. In Christus se oopgestrekte arms ontdek die verwondene God se uitgestrekte arms. Hy sal ontdek dat sy pyn nie bodemloos is nie, want God se arms is onder hom.

> *"Die ewige God is 'n skuilplek, sy arms is altyd onder jou."* (Deut 33:27)

Op hierdie stadium is die pyn volgens Seamands ten volle geïdentifiseer en gekonfronteer en is die persoon gereed om verder te beweeg na die eerste fase van die proses van vergifnis. In 3.13.3 sal vervolgens gefokus word op Seamands se uiteensetting van die proses van vergifnis.

3.13 DIE HELENDE KRAG VAN VERGIFNIS

Die Bybel is baie duidelik daaroor dat 'n Christen sy vyande moet vergewe (Matt 6:12,14; 16:21-22; Mark 11:25). Vergifnis is die een unieke eienskap wat navolgers van Christus van ander onderskei (Jones & Ledwith, 2005:14). Pingleton (1989:27) verklaar dat vergifnis die hart van die Evangelie verteenwoordig. Volgens Richardson (2005:154) moet die genesing van herinneringe dan ook lei na vergifnis en vryspraak van sonde. Voordat 'n mens kan vergewe, moet daar eers 'n keuse gemaak word om te vergewe (Arterburn, 2005:XIV). Vergifnis is 'n keuse om te weier om in die verlede te leef (Pritchard, 2005:24). Dit is 'n bewuste keuse om die oortreder vry te laat gaan en so self vry te kom van die verlede. Dit ontken nie die pyn of verander die verlede nie, maar dit

breek die sirkel van bitterheid wat die slagoffer aan die wonde van die verlede vasbind (Pritchard, 2005:24). Gelowiges wat ander kan vergewe, is vir Retief (1994:156) 'n teken dat hulle self reeds vergifnis ontvang het.

Seamands (2004:29) kom in sy ondersoeke tot die gevolgtrekking dat die hoofoorsake van die meeste emosionele probleme by Christene die volgende is:

- Die onvermoë om God se onvoorwaardelike genade en vergifnis te verstaan, te aanvaar en daaruit te leef;
- asook die onvermoë om hierdie onvoorwaardelike liefde, vergifnis en genade met ander te deel.

3.13.1 Wat vergifnis nie is nie

Om verder te kan verstaan wat vergifnis is, moet eers verstaan word wat dit nié is nie, aangesien vergifnis soms gekompliseer word deur 'n paar algemene wanpersepsies.

3.13.1.1 Vergifnis is nie om die oortreding of impak gering te skat nie

Vir genesing en vordering is dit gewoonlik nodig om die pyn ten volle te erken. Die slagoffer het in 'n sekere sin die reg om bitter en woedend te wees oor alles wat hom aangedoen is. Talle van diegene wat worstel met emosies soos onvergewensgesindheid het emosioneel ontsettend seergekry as gevolg van ander se optredes. Daarom moet hulle besef dat hulle menslik die reg het om te voel soos wat hulle voel. Volgens Coetzer (2006:16) kan dit vir slagoffers bevrydend wees as hulle bevestiging ontvang dat hulle gevoelens onder die omstandighede normaal is.

God self het nooit die impak van sonde gering geag nie. So ernstig was Hy oor sonde dat Hy sy Seun gestuur het om te sterf vir die mens se sonde.

3.13.1.2 Vergifnis is nie die goedkeuring van die verkeerde nie

God het nooit sonde goedgekeur nie; trouens, God haat sonde. Dat die Here nooit sonde goedgekeur het nie, word duidelik geïllustreer deur Jesus as Hy die owerspelige vrou vergewe. Hy vergewe haar sonder om haar sonde goed te keur (Joh 8:11). Net soos God mense se sonde vergewe sonder dat Hy die sonde goedkeur, so moet die slagoffer besef dat vergifnis nie die goedkeuring van die verkeerde daad teen hom is nie (Kendall, 2002:12).

3.13.1.3 Vergifnis is nie om 'n verskoning te soek nie

Kendall (2002:12) maak dit duidelik dat daar nie na omstandighede verwys kan word in 'n poging om verkeerde gedrag te verstaan en dus verskoning te maak daarvoor nie. Die Here wou die volk Israel uitwis (Num 14:11-12), maar Moses tree vir hulle in sonder om verskoning te maak vir hulle gedrag. Al waarop hy hom beroep, is God se liefde (vs. 19). Op grond daarvan vergewe die Here die volk.

3.13.1.4 Vergifnis is nie regverdiging nie

Nooit kan dit wat boos en sleg is, geregverdig word nie. God sal nooit iets wat boos is, "reg" noem nie en Hy sal ook nie van die mens verwag om dit te doen nie (Kendall, 2002:13).

3.13.1.5 Vergifnis is nie 'n algemene kwytskelding van straf nie

'n Kwytskelding (*pardon*) beteken dat die oortreder nie hoef te boet vir die gevolge van sy oortreding nie. Dit is nie wat vergifnis bedoel is om te wees nie (Enright, 2002:26).

Daarom byvoorbeeld sal 'n verkragter steeds die vonnis wat hom opgelê word, moet uitdien.

3.13.1.6 Vergifnis en versoening is nie sinoniem nie

Versoening veronderstel beide partye, naamlik die oortreder en slagoffer, se deelname (Kendall, 2002:14). Selfs indien versoening nie moontlik is nie, kan vergifnis nogtans op enige stadium plaasvind (Coetzer, 2006:18). 'n Verwonde persoon kan 'n oortreder dus vergewe sonder dat die oortreder verantwoordelikheid vir sy dade aanvaar het (McMinn, 1996:207). Helm *et al.* (2005:32) kom in hulle studies tot die gevolgtrekking dat in gevalle van seksuele misbruik, versoening in talle gevalle nie moontlik of wenslik is nie.

3.13.1.7 Vergifnis is nie ontkenning nie

Vir sommiges is dit wat gebeur het net te pynlik om in die gesig te staar en daarom sal hulle die traumatiese gebeure ontken (Kendall, 2002:15). In sommige gevalle is die pyn net te veel om dit op 'n bewustelike vlak te ervaar en daarom sal so 'n persoon dit onwillekeurig onderdruk. Dit moet egter nie gesien word as gelykstaande aan vergifnis nie (MacMinn, 1996:206). Kendall (2002:16) toon dat veral slagoffers van kindermishandeling en verkragting geneig is om die herinneringe van hulle ervarings te onderdruk. Vir die slagoffer is dit oor die algemeen moeilik om te aanvaar dat die ander persoon, hetsy 'n ouer, familielid of vriend, so iets kon doen en daarom leef hulle in ontkenning.

Vergifnis kan egter nie plaasvind indien die traumatiese herinneringe onderdruk word nie (Kendall, 2002:16). Ware vergifnis kan net plaasvind nadat die ander persoon se oortreding ten volle geëvalueer is en die slagoffer erken wat met hom gebeur het. Daarom is vergifnis nie die onderdrukking van gevoelens nie (Day, 2004:12).

God self weet presies wat die mens verkeerd gedoen het en tog vergewe Hy. So ernstig was Hy oor sonde dat Hy sy Seun gestuur het om te sterf vir die mens se sonde.

3.13.1.8 Vergifnis is nie om te vergeet nie

Dit is gewoonlik onmoontlik om betekenisvolle gebeure in 'n mens se lewe te vergeet (Kendall, 2002:17). Volgens Kendall (2002:18) is dit juis 'n demonstrasie van genade wanneer 'n mens ten volle bewus is van wat gebeur het en nogtans kies om te vergewe. Coetzer (2006:16) maak 'n belangrike punt as hy sê dat dit eerder nodig is om die oortreding te onthou sodat dit kan verhoed dat die slagoffer op dieselfde wyse seergemaak word. Vergifnis is dus nie *"putting the past behind"* nie (Day, 2004:12).

3.13.1.9 Vergifnis is nie 'n teken van swakheid nie

Mans is soms geneig om vergifnis te wil systap, aangesien hulle dit as 'n teken van swakheid en vernedering sien (Coetzer: 2006:17). Hierteenoor kan dit egter gestel word dat vergifnis dui op moed en krag en 'n sterk karakter (Day, 2004:12). Om iemand anders te kan vergewe, vereis ook stamina, daadkrag en gedetermineerdheid (Coetzer, 2006:17).

3.13.1.10 Vergifnis is nie selfblamering nie

Vergifnis beteken nie dat die slagoffer verantwoordelikheid aanvaar vir dit wat verkeerd geloop het nie (McMinn, 1996:207). By geleenthede kan 'n persoon wel verantwoordelikhede deel en by ander geleenthede nie. In albei gevalle is vergifnis moontlik.

3.13.2 Wat vergifnis wel is

Kendall (2002:19-35) bespreek verskeie aspekte waaruit totale vergifnis bestaan:

1. Om bewus te wees wat iemand jou aangedoen het en dan nog steeds die persoon te vergewe. Vergifnis weet en erken ten volle wat gebeur het, maar ten spyte daarvan word die oortreder steeds vergewe.
2. Vergifnis hou nie rekord van die kwaad nie. Liefde hou nie "*boek van die kwaad nie*" (1 Kor 13:5). Totale vergifnis vernietig die rekord voordat dit in 'n mens se hart posvat en so bitterheid kweek.
3. Totale vergifnis weier om te straf. Daarom word die reg op wraak prysgegee.
4. Om nie oor te vertel van dít wat gedoen is nie. Dit is terapeuties om te praat oor 'n mens se pyn. Wanneer daar egter geskinder word oor dit wat die oortreder gedoen het, word dit slegs 'n manier om hom te straf. Wanneer die emosioneel verwonde onthou dat sy sondes vergewe is en dat Christus dit nie meer teen hom hou nie, moet so 'n persoon dieselfde gesindheid ook teenoor die oortreder openbaar.
5. Om barmhartig en genadig teenoor die oortreder te wees. Soos God barmhartigheid en genade teenoor die mens betoon (vgl. Luk 6:36; Joh 8:10-11), so moet die slagoffer ook barmhartigheid en genade teenoor die oortreder betoon.
6. Vergifnis is 'n innerlike toestand. Totale vergifnis moet uit die hart kom, anders is dit waardeloos, want "*waar die hart van vol is, loop die mond van oor*" (Matt 12:34).
7. Dit is die afwesigheid van bitterheid.
8. Totale vergifnis sal ook bereid wees om vir God "te vergewe". Elkeen wat worstel waarom God die kwaad toegelaat het, moet Hom vergewe, anders gaan daar bitterheid teenoor Hom in hulle harte wees. (Die uitdrukking "om God te vergewe", dui hier nie soseer op die feit dat God sonde kan doen nie (wat nie kan nie) maar op die bitterheid en opstand in die hart van die mens wat nie kan verstaan waarom sekere dinge met hom gebeur het nie).

9. Totale vergifnis impliseer ook selfvergifnis.

3.13.3 Seamands se sewe stappe vir vergifnis

Vergifnis sluit volgens Seamands (2003:132) die deur oop tot genesing, restourasie, vryheid en vernuwing. Voordat die deur nie oopgesluit word nie, sal die emosioneel verwonde vasgevang bly in die verlede. Wat sou Jesus bedoel as Hy die opdrag gee dat ons mekaar *"van harte moet vergewe"* (Matt 18:35)? Seamands (2003:132-143) gee sewe stappe of elemente in die proses tot hierdie vergifnis. Stappe 1 tot 3 is gerig op die verlede en behels die voorbereiding vir vergifnis. Stappe 4 en 5 is gerig op die teenswoordige en is volgens hom die essensie van vergifnis. Stappe 6 en 7 is gerig op die toekoms en die moontlikheid om van nuuts af te begin. Hierdie moontlikheid is juis as gevolg van die vergifnis geskep.

Die sewe stappe behels dan die volgende:

3.13.3.1 Voorbereiding tot vergifnis

1. *Kyk die feite in die oë*

Vergifnis begin wanneer die persoon eerlik is ten opsigte van dit wat hom aangedoen is. Die slagoffer probeer dus nie om dit wat gebeur het weg te steek, weg te redeneer, homself te blameer of verskoning namens die oortreder te maak nie. Die waarheid moet realisties en vierkantig in die oë gekyk word. Wanneer daar na die feite gekyk word, is dit ook belangrik om spesifiek te wees oor dit wat gebeur het.

Vir talle persone sal die eerste stap in die vergifnisproses onder andere impliseer om uit ontkenning uit te kom. Die waarheid kan by geleentheid baie pynlik wees en mense is soms geneig om moeite te doen om dit te vermy.

2. ***Ervaar die pyn***

Nie net moet die pynlike insidente in die gesig gestaar word nie, maar so 'n persoon moet ook probeer om die emosies wat deel daarvan was, te identifiseer. Gevoelens wat ter sprake is, is verwerping, alleenheid, vrees, angs, woede, skaamte en depressie. Alhoewel die insidente in die verlede gebeur het, kan sodanige gevoelens steeds by die persoon aanwesig wees. Aangesien persone gevoelens kan onderdruk, moet die berader telkens die vraag vra: "*Wat was jou gevoelens toe dit met jou gebeur het?*" Om hierdie vraag te beantwoord, kan by geleentheid baie moeilik wees, omdat persone nie dieselfde slegte ervarings wil herbeleef nie. Daar kan egter nie by die basis van vergifnis uitgekom word, tensy daar ten minste in 'n sekere mate iets van die emosies herbeleef kan word wat ingebed is in die pynlike feite rondom die trauma nie.

3. ***Konfronteer die haat***

Vergifnis impliseer om afstand te doen van alle haat en bitterheid teenoor die persoon wat die verwonding gedoen het. Voordat daar egter afstand gedoen kan word van haat, moet daar eers 'n erkenning wees dat dit aanwesig is. Die verwonde moet erken dat hy bitter is teenoor dié wat hom verontreg het en dat 'n deel van hom 'n haat teenoor die oortreder(s) koester oor dit wat hulle gedoen het.

Vergifnis impliseer nie dat die slagoffer homself blameer vir dit wat gebeur het nie. So 'n persoon is moontlik nie ten volle onskuldig nie, maar dít wat die oortreders gedoen het, is onverdedigbaar. Hulle is te blameer vir die pyn en daarom is daar haat teenoor hulle aanwesig. Vergifnis vereis gevolglik die moed om die haat te konfronteer.

In die eerste drie stappe van vergifnis eien die slagoffer hom dít toe wat in die verlede gebeur het en hoe hy daaroor voel. Die feite word in die oë gekyk, die pyn word ervaar en die haat word gekonfronteer. Nou staan die emosioneel

verwonde egter by 'n kruispad. Die persoon moet 'n keuse maak: om te vergewe of om nie te vergewe nie.

3.13.3.2 Die hart van vergifnis

4. *Deurleef die pyn*

Wanneer iemand verontreg is, is daar 'n gebiedende stem in sy binneste wat uitroep: *"Dit wat hulle gedoen het, is nie reg nie. Hulle behoort te betaal vir dit wat hulle gedoen het!"* Hierdie is 'n Godgegewe stem. Die begeerte na geregtigheid is deur God in die mens se hart geplant.

Die vraag wat nou egter na vore kom, is: Indien die persoon sy oortreder vergewe, ignoreer die persoon nie dan daarmee hierdie goddelike ingeplante begeerte na geregtigheid nie? Nee, die oortreding en ongeregtigheid moet ernstig opgeneem word. In plaas daarvan om geregtigheid te verkry deur daarop aan te dring dat die skuldige party betaal vir die oortreding, kies die slagoffer om self die prys te betaal. Dus, alhoewel die slagoffer onskuldig is, kies hy om die pyn van die ongeregtigheid te betaal. Vergifnis word dan soos die Skrif in Jak 2:13 sê:

"... barmhartigheid triomfeer oor die oordeel." Dit triomfeer egter nie deur die oordeel te ignoreer of te ontken nie, maar deur dit self te dra.

Die voorbeeld by uitstek met betrekking tot die koste van vergifnis, is die kruis van Jesus Christus. Die Skrif verklaar: *"Hy het self ons sondes in sy liggaam aan die kruis gedra"* (1 Pet 2:24). In Christus het God die mens se sondes, skuld, die straf, pyn en die skande op Hom geneem. In 'n baie geringer mate vind dieselfde plaas wanneer iemand vergewe – die straf wat die oortreder verdien, neem en absorbeer die slagoffer self en dra dit in sy binneste rond.

5. ***Spreek die oortreder vry***

Alhoewel vergifnis nie die eise van geregtigheid eenkant toe skuif nie, is daar by sommige tog die gevoel dat dit nie heeltemal regverdig is nie. Hul gevoel is dan dat indien hulle vergewe, die oortreder skotvry wegstap. Die oortreder is immers aan die verkeerde kant van die reg en behoort te betaal vir dit wat hulle gedoen het!

Die slagoffer se woede en bitterheid is gedeeltelik 'n manier om weer beheer te verkry oor 'n onregverdige situasie. Dit is ook 'n manier om terug te reageer teenoor diegene wat hulle verontreg het. Op hierdie wyse word die telling gelyk gemaak.

Om te vergewe, beteken egter om die oortreder(s) vry te spreek en hulle aan God se sorg toe te vertrou. Die slagoffer sê daardeur dat hy weet wat die oortreder gedoen het en ervaar ook die pyn daarvan, maar kies om nie die een te wees wat moet besluit oor die oortreder se lot nie. Om te vergewe, impliseer dus dat die slagoffer afstand doen van die rol as regter, jurie en voltrekker van die vonnis. Die oortreder word bloot aan God oorgegee.

Om die pyn te beleef en om die oortreder vry te spreek, het met die hart van vergifnis te doen. Seamands stel dit egter duidelik dat wanneer 'n misdaad gepleeg is, die oortreders verantwoordelik gehou moet word vir hulle dade.

3.13.3.3 Om van vooraf te begin

6. ***Om verantwoordelikheid te aanvaar***

Solank as wat die slagoffer ander vir sy probleme blameer, hoef hy nie self verantwoordelikheid daarvoor te aanvaar nie. Deur die oortreder egter vry te

spreek, word geïmpliseer dat die slagoffer nou self verantwoordelikheid moet aanvaar en kan hy nie meer ander vir sy probleme blameer nie.

Vergifnis verpletter die basis van 'n persoon se slagofferstatus. 'n Persoon mag moontlik 'n slagoffer gewees het, maar dit beteken nie dat daardie persoon daarin moet vasval nie. Deur verantwoordelikheid vir homself te neem, verklaar so 'n persoon dat dit wat gebeur het, nie bepaal wie hy is nie.

Dit is bevrydend wanneer 'n persoon deur vergifnis verantwoordelikheid vir homself aanvaar, want dit beteken dat die oortreder nie meer beheer oor so 'n persoon uitoefen nie. Deur die oortreder te vergewe, stel die emosioneel verwonde nie net die oortreder vry van die greep wat die oortreder op hom gehad het nie, maar ook homself. Dit beteken verder dat die emosioneel verwonde nou 'n toekoms los van sy verwonding kan bou.

7. ***'n Begeerte na versoening***

Die uiteindelike doelwit met vergifnis is versoening of die restourasie en vernuwing van gebroke verhoudings. Vergifnis is dus meer as om net afstand te doen van bitterheid en wraak. Alhoewel laasgenoemde aspekte inderdaad genesend en bevrydend is, is dit egter net die negatiewe kant van vergifnis. Die positiewe kant is versoening – die saamkoms van persone wat van mekaar vervreem was.

Vanuit 'n Christelike perspektief moet daar by vergifnis ook 'n verlange na versoening wees. Die aard en omvang van versoening hou egter verband met verskillende faktore. Die belangrikste hiervan is die oortreder se bereidwilligheid om versoen te raak en ook om die prys te betaal wat dit moontlik sou maak.

3.13.4 Struikelblokke op die pad na vergifnis

'n Belangrike rede waarom die meeste Christene sukkel om ander te vergewe, het weinig te doen met hoogmoed, afkeur, bitterheid, of 'n gebrek aan insig om die omvang van God se vergifnis vir hulself te begryp. Dit het meestal te doen met die vraag na geregtigheid (Schmidt, 2006:9). Eers as hierdie vraag aangespreek word, sal mense vergewe. Dit kan selfs so ver gaan dat sodanige mense emosioneel oortuig moet word dat God self die geregtigheidsvraagstuk sal hanteer voordat hulle bereid is om ten volle te vergewe.

Kraft (1993:190) noem twee verdere hindernisse, naamlik:

- Vrees vir die verlede: Mense kan bang wees vir wat hulle gedoen het of aan deelgeneem het in die verlede en wil daarom nie daaraan herinner word nie.
- Onwilligheid of onvermoë om die waarheid in die gesig te staar: Mense kan in ontkenning wees oor wat gebeur het of wil die pynlike herinneringe nie weer beleef nie.

3.14 SELFVERGIFNIS

(Navorser stem saam met Jones en Ledwith (2005:116) dat net God waarlik die mens se oortredings kan vergewe en dat 'n term soos *selfvergifnis* teologies waarskynlik nie korrek is nie. Dit is egter die term wat tans deur baie navorsers gebruik word en daarom word daar volstaan met die term.)

Dawid skryf in Ps 38:4 die volgende: "*...deur my sonde is daar nie meer 'n heel plek aan my lyf nie.*" Dawid het hier erken hy was verantwoordelik vir sy eie dade en dat hierdie dade hom net pyn gebring het. Persone wat seergekry het in die verlede, ondervind dikwels 'n probleem wanneer dit kom by selfvergifnis (Coetzer, 2006:40). Selfs al was

die traumatiese ervaring nie hulle skuld nie, kan daar 'n bitterheid en woede teenoor hulself wees, asof hulle die oortreders was. Hierdie bitterheid en woede kan maklik op selfveroordeling, selfverwerping en selfhaat uitloop (Coetzer, 2006:40). Vir die terapeutiese proses is die "vergifnis van self" gevolglik absoluut noodsaaklik (Wicks & Parson, 1993:483). Kendall (2002:53) stel dit baie duidelik dat daar nog nie totale vergifnis plaasgevind het as 'n persoon nie homself ook vergewe het nie. Onvergewensgesindheid wat op 'n persoon self gerig is, is meer skadelik vir so 'n persoon as enige ander vorm van onvergewensgesindheid (Meyer, 2006:68).

Meyer (2006:67) noem verskeie redes waarom selfvergifnis moeilik is:

- 'n Persoon kan ander se aksies regverdig, maar nie sy eie nie.
- 'n Persoon voel steeds skuldig, ten spyte van wat ander sê.
- So 'n persoon aanvaar nie mislukking nie.
- So 'n persoon moet nog steeds met homself saamleef.
- 'n Mens kan nie die verlede ontsnap nie.
- Dit is makliker om genade te gee as om te ontvang.
- 'n Mens kan nie betaal vir dit wat gebeur het nie.
- So 'n persoon wil homself straf.
- 'n Mens voel hy is nie vergifnis waardig nie.
- Die insident speel hom gedurig in so 'n persoon se denke af.
- 'n Mens glo nie ander of God het hom vergewe nie.
- So 'n persoon weier om ander te vergewe.
- Die persoon weet nie hoe om homself te vergewe nie.

Indien 'n persoon skuldig voel, homself blameer en nie normaal funksioneer nie, kan dit 'n aanduiding wees dat so 'n persoon nie homself vergewe het nie (Kendall, 2002:139). Wanneer iemand wel skuldig was aan 'n oortreding, moet so 'n persoon verantwoordelikheid vir sy oortreding aanvaar (Jones & Ledwith, 2005:114). So 'n persoon moet dan nie na homself nie maar wel na God kyk vir vergifnis. Indien 'n persoon sy sonde bely het, moet God se belofte aanvaar word en moet hy homself ook

vergewe (vgl. 1 Joh 1:9 asook Lotter, 1987:53). Alleen by Christus kan 'n mens vergifnis van sonde vind (Lotter, 1987:45). Wanneer 'n persoon nie aanvaar dat hy vergewe is nie, maar eerder fokus op sy mislukkings, ontneem so 'n persoon homself die vryheid wat God se vergifnis vir die mens bring (Jones & Ledwith, 2005:115).

Vir Stoop (2003:117) begin selfvergifnis waar die blaam vir die verkeerde aanvaar word. Dit moet erken en hardop gesê word. Daarna moet so 'n persoon as 't ware deur 'n rouproses gaan. So 'n persoon sal ook woede ten opsigte van sy eie gedrag ervaar, asook hartseer vir die pyn wat hy homself en ander aangedoen het. Nadat die rouproses voltooi is, moet daar oorgegaan word tot vergifnis. Indien so 'n persoon aan andere ook pyn berokken het, moet versoening met sodanige mense gesoek word.

3.15 OM "GOD TE VERGEWE"

In 'n mens se opstand oor trauma in sy lewe, kan God maklik as die oorsaak van die lyding gesien word. Dit sien 'n mens reeds sedert Job se dae.

> *"God het my in sy toorn verskeur en vervolg, in sy woede het Hy my lewe bedreig, Hy, my Teëstander, deurboor my met sy oë."* (Job 16:9)

Wanneer geestelike of fisieke pyn iemand se lewensideale dwarsboom en sy toekoms pootjie, mag so iemand vir God kwalik neem (Louw, 2006:81). In die rouproses sal 'n persoon se woede ook teenoor God, wat die verlies toegelaat het, gerig wees (Minirth & Meier, 2007:37). Volgens Seamands (2003:60) kan 'n traumatiese ervaring dikwels die gevolg hê dat die getraumatiseerde 'n teleurstelling in God kan ervaar. Hierdie teleurstelling het weer die gevolg dat die persoon 'n gebreekte vertroue in God ervaar, dat hy woede teenoor God koester en dat valse verwagtinge wat die persoon ten opsigte van God gekoester het, ontbloot word (Seamands, 2003:62-65).

Wanneer dit ter sprake kom of 'n persoon God moet vergewe, moet daar ook gelet word op die Bybelse perspektief in hierdie verband. In Ps 103 staan dit dat God altyd

regverdig is, doen wat reg is en liefde teenoor almal bewys. Wanneer iemand kwaad is vir God, moet so iemand met God daaroor praat en weet dat die woedereaksie menslik is. Alhoewel daar woede teenoor God kan wees, stel Minirth en Meier (2007:155) dit duidelik dat 'n mens nie God hoef te vergewe nie, want Hy het niks verkeerd gedoen nie. Die verontregte moet eerder sy woede teenoor God bely, met Hom daaroor praat en Hom vra om dit op te los (Minirth & Meier, 2007:155).

3.16 VERDERE ASPEKTE VAN VERGIFNIS

Indien 'n verkragter of 'n moordenaar tot inkeer kom en sy lewe toewy aan die Here, moet so 'n persoon vrygelaat word? Ten opsigte van hierdie vraag, wys Retief (1994:146-151) op drie aspekte van vergifnis. Indien 'n misdaad gepleeg is, moet dit op drie verskillende vlakke hanteer word, naamlik:

- Die oortreder in sy verhouding met God: Vergifnis word hier teologies hanteer. God alleen kan op hierdie vlak vergifnis gee.
- Die oortreder se verhouding ten opsigte van die gemeenskap: Indien wette verbreek is, tree 'n juridiese element na vore. Die slagoffer het dan geen magte om namens die regstelsel te vergewe nie. Met ander woorde, die reg sal sy gang moet gaan.
- Die oortreder in verhouding met die slagoffer: Dit is net op hierdie vlak waar die slagoffer sy oortreder kan vergewe.

3.17 GEVOLGTREKKINGS

- Berading het verskeie doelwitte in 'n persoon se lewe. Drie van die belangrikste doelwitte is verandering, heelwording en genesing van herinneringe.

- Die beradingsverhouding bestaan uit drie partye, naamlik die Drie-enige God, die berader en die beradene. Berading het dus 'n horisontale sowel as 'n vertikale dimensie.
- 'n Vaardige berader, wat onder leiding van die Heilige Gees werk, moet 'n duidelike prentjie hê van wat sy rol en doelwitte in die beradingsproses is.
- Die beradene moet ook verantwoordelikheid aanvaar vir sy rol in die beradingsproses.
- Die versameling van inligting, oor die beradene, is 'n belangrike aspek in die beradingsproses.
- Die Skrif moet sentraal staan in die beradingsproses.
- Indien die emosioneel verwonde persoon sy hartseer en pyn wegsteek of ontken, sal dit daardie persoon se heelwording groot skade berokken; daarom is dit belangrik dat so 'n persoon sal rou oor 'n verlies.
- Tydens die gebedsessies is die genesing van herinneringe belangrik. Die genesing van herinneringe moet lei na vergifnis en vryspraak.
- Voordat daar tot vergifnis oorgegaan kan word, moet die emosioneel verwonde persoon eers sy eie pyn en seer konfronteer.
- Seamands stel sewe stappe vir vergifnis voor.
- Daar is verskeie algemene wanpersepsies en struikelblokke op die pad na vergifnis.

AFDELING B: METATEORIE

HOOFSTUK 4

METATEORETIESE PERSPEKTIEWE TEN OPSIGTE VAN DIE PROSESSE VAN ROU EN VERGIFNIS IN DIE HERSTELPROSES VAN DIE EMOSIONEEL VERWONDE PERSOON

4.1 INLEIDING

Beraders vanuit ander dissiplines as teologie werk elke dag met mense wie se verhoudings skipbreuk gely het en wat pyn ervaar as gevolg van ervarings uit hulle verlede. Al hoe meer sielkundiges (Helm *et al*,. 2005:25) en psigoterapeute (Avgoustidis, 2006:1) besef dat vergifnis wel nodig is vir die heelwording van die emosioneel verwonde persoon. So skryf Hope (1987:242), 'n psigoterapeut, byvoorbeeld dat *vergifnis 'n logiese keuse is om woede en wraak te hanteer.* Dat daar 'n toenemende belangstelling ten opsigte van vergifnis vanuit ander vakdissiplines as teologie is, word ook bevestig deur die gegewens wat McMinn (1996:207) verskaf wanneer hy wys op die feit dat daar in die tydperk 1980-84 slegs 32 artikels wat met vergifnis verband hou, in sielkundige joernale gepubliseer is. In die tydperk 1990-94, 'n dekade later, het die aantal artikels rondom hierdie selfde tema tot 90 gegroei. Worthington (1998:59) bevestig ook die feit dat empiriese navorsing oor vergifnis in die jare negentig aansienlik toegeneem het.

Teen hierdie agtergrond word daar vervolgens in hierdie hoofstuk gekyk na metateoretiese perspektiewe soos belig vanuit die mediese, sosiologiese en psigologiese

vakgebiede aangaande die stappe van rou en vergifnis in die herstelproses van die emosioneel verwonde persoon.

4.2 DOELSTELLING

Die doel van hierdie hoofstuk is om te bepaal in watter mate die psigologie, asook die mediese wetenskap, kan bydra tot 'n beter verstaan van die rol wat die proses van rou en die proses van vergifnis in die heelwording van die emosioneel verwonde persoon speel.

By wyse van inleiding gaan dit eers belangrik wees om vas te stel wat die rol is wat trauma vervul met betrekking tot die emosionele verwonding van die individu.

4.3 METATEORIE

Metateoretiese perspektiewe speel 'n belangrike rol in die vorming van praktykteoretiese riglyne en kan daarom nie geïgnoreer word nie (Van Wyk, 1985:341). Venter (1996:89) verduidelik dat onder metateorie die volgende verstaan moet word:

> "*Onder metateorie word verstaan 'n teorie waarin wetenskaplike vertrekpunte uitgespel word wat raakvlakke met ander vakke deel, dit wil sê vakke wat aspekte van dieselfde werklikheidsveld ondersoek.*"

Op grond van bogenoemde is dit duidelik dat sonder die integrering van metateoretiese insigte, die ontwerp van 'n praktykteorie wetenskaplik onvolledig sal wees (Heystek, 2000:56).

Vanuit die metateoretiese perspektiewe wat in hierdie hoofstuk, asook die volgende hoofstuk (empiriese navorsing), na vore sal kom, tesame met die basisteoretiese perspektiewe van die vorige hoofstuk, sal gepoog word om uiteindelik praktykteoretiese

riglyne daar te stel vir die pastorale begeleiding van die proses van vergifnis by persone wat emosioneel verwond is.

4.4 TRAUMA

4.4.1 Verwonding

Die term "trauma" is afgelei van die Griekse term *trauma,* wat "verwonding" beteken (Matsakis, 1996:17). Die "emosioneel verwonde persoon" verwys na iemand wat 'n traumatiese ervaring ondergaan het en in die proses emosionele pyn ervaar. Die behoefte aan vergifnis begin juis waar verwonding plaasvind (Worthington, 1998:60).

Sulke emosioneel traumatiese ervarings kan 'n persoon dekades later nog steeds affekteer (Van der Kolk, 1994:2; Lyles *et al.*, 2005:389). Indien die verwonding nie hanteer word nie, sal dit destruktief op so 'n persoon inwerk.

Creamer *et al.*(1992:456) beklemtoon die feit dat in die wetenskaplike bestudering van trauma daar nie net vrae oor die oorsake van die trauma gevra moet word nie, maar die aspekte van blaam en verantwoordelikheid moet ook ondersoek word.

4.4.2 Trauma en vergifnis

Die getraumatiseerde moet daarom gehelp word om in die hede te leef, sonder gevoelens of gedrag wat tot die verlede behoort (Van der Kolk, 1994:6). Tyd maak nie noodwendig alles gesond nie. Arterburn (2005:81) bevestig dit as hy die volgende stelling maak: *"The big lie is that time will heal your deep wounds."* (vgl. ook Felitti, 2004:1) Wanneer 'n persoon die emosionele bagasie van die verlede saam die toekoms indra, het so 'n

persoon nodig om eers deur die verlede te werk (Arterburn, 2005:71). Pynlike emosies soos woede, skuld, skaamte, vrees, angs en rou is aanduidings dat iets ernstigs verkeerd is (Arterburn, 2005:42). Die getraumatiseerde moet daarom gehelp word om die traumatiese ervaring te oorkom en in hierdie opsig speel vergifnis 'n uiters belangrike rol. Stoop en Masteller, (1991:247-251) beklemtoon die feit dat vergifnis 'n persoon in staat stel om vry te kom van verborge haat, kwaadheid, bitterheid, skaamte, hartseer, skuld en ander toksiese emosies wat 'n mens emosioneel en fisies siek kan maak. Na so 'n traumatiese ervaring het hierdie emosioneel verwonde persoon dan ook die keuse om óf 'n pad van bitterheid óf 'n pad van vergifnis te betree. Slegs ware vergifnis kan so 'n persoon egter van al die negatiewe innerlike, opgehoopte emosies vry maak (Colbert, 2003:163).

Die pad van vergifnis is egter nie 'n maklike pad nie. McMinn (1996:205) beskryf die pad as *"arduous and difficult."* Aangesien dit 'n moeilike pad is, vereis interpersoonlike genesing doelbewuste aksie en dikwels buitengewone moed.

Bogenoemde opmerkings is net 'n paar voorlopige opmerkings betreffende vergifnis. Later in die hoofstuk (vgl. punt 4.7) sal daar meer volledig hierna teruggekom word.

4.5 VERLIESE

Met betrekking tot trauma en krisisse bring Wright (2003:60) 'n belangrike perspektief na vore wanneer hy wys op die feit dat in die kern van elke traumatiese ervaring daar 'n element van *verlies* is. Wright (2006:13) beskou enige ervaring wat 'n mens se verstaan van die betekenis van die lewe vernietig, as 'n verlies. Belangrike verliese kan gevolglik lei tot oorweldigende negatiewe emosies, ontwrigting van so 'n persoon se lewe en langtermynprobleme om die verlies te verwerk. Al hierdie aspekte dra uiteindelik by tot algehele emosionele verwonding (Wright, 2003:62).

4.5.1 Verskillende vorme van verlies

Van Niekerk (2002:18) maak 'n onderskeid tussen tasbare verliese en simboliese verliese. Tasbare verliese kan 'n afsterwe van 'n lewensmaat wees, verlies van 'n ledemaat, die steel van 'n motor, of 'n huis wat deur 'n brand verwoes word. Simboliese verlies is abstrak en as gevolg van menslike interaksie. Onder simboliese verliese val byvoorbeeld egskeiding, die verlies van status nadat 'n persoon sy werk verloor het of die verlies van vriendskap na 'n konfliksituasie.

May (2005:373-374) se onderskeid ten opsigte van verliese behels die volgende:

- Konkrete verliese: Dit is tasbare verliese, soos die afsterwe van 'n geliefde, verlies aan inkomste of 'n egskeiding.
- Abstrakte verlies: Dit kan verliese insluit soos die verlies aan hoop vir die toekoms of verlies aan ambisie.
- Verbeeldingsverliese: Dit is verliese wat in 'n persoon se gedagtes en emosies bestaan.
- Verwagte verliese: Dit is verliese waar 'n persoon byvoorbeeld 'n vrees het dat hy nooit weer gelukkig gaan wees nie, of vrees dat hy nooit weer liefde gaan ken nie. Hierdie vrese kan moontlik waar word, soos wanneer daar die verlies van inkomste of die verlies van 'n huis kan wees.

Traumatiese ervarings soos egskeidings, mishandelings, molestering, verkragting, werksbeëindiging, verlies van gesondheid, dood, verlies van werk en ander soortgelyke lewenservarings, beklemtoon oor die algemeen die feit van verlies in die mens se lewe (Walsh & McGoldrick, 1991:2; Piper *et al.*,1992:10-13; Gunzberg en Steward, 1994:5). Gebeure soos hierdie het normaalweg rou tot gevolg (Griffen, 1984:158). Gunzberg en Steward (1994:5) stel dit soos volg:

" ...many of our patients come to us practitioners to learn for the first time that their experience of depression, stagnation and impotence may in fact be grief, triggered by an event, or the anniversary of an event."

Tauke (2004:28) wys op verskeie emosionele en sosiale verliese wat 'n gemolesteerde kan lei: verlies van kindwees, oueraanraking, ouerrolmodel, vertroue, sekuriteit, eiewaarde, veiligheid en emosionele intimiteit.

Griffen (1984:155) wys daarop dat daar ses onderafdelings is waarbinne skeiding en verliese geplaas kan word, te wete: (1) materiële verliese, (2) verhoudingsverliese, (3) intrapsigiese verliese, (4) funksionele verliese, (5) rolverliese, (6) verlies aan ondersteuningsisteme.

'n Verlies en die gepaardgaande rou is vir elke individu persoonlik, met ander woorde verskillend van iemand anders s'n (Kübler-Ross & Kessler, 2005:29). Die analise van 'n verlies is hoogs subjektief, aangesien mense verskillende verliese verskillend weeg. Die reël is dat wanneer dit vir 'n spesifieke persoon 'n betekenisvolle verlies is, ongeag die waarde wat ander daaraan heg, dan is dit 'n verlies (Hemfelt *et al.*, 2006:205). Daarom het 'n verlies 'n spesifieke betekenis vir daardie persoon, asook die gepaardgaande unieke pyn wat daarop volg. Alle verliese is pynlik en daarom is dit sinloos om verskillende mense se verliese met mekaar te wil vergelyk (Kübler-Ross & Kessler, 2005:30).

4.5.2 Algemene reaksies

Day (2004:15) noem dat daar 'n paar dinge met 'n persoon gebeur wanneer hy seergekry het:

- So 'n persoon kan oor die situasie tob en eintlik in die proses die seerkry vererger. Hoe meer die persoon bewustelik oor die gebeurtenis of gebeurtenisse nadink, hoe meer word die onderbewussyn deur die gif van onvergifnis geïnfekteer.

- So 'n persoon kan probeer om die seer te begrawe. Hierdie emosionele en geestelike verdedigingsmeganisme wil verhoed dat die persoon verder seerkry.
- 'n Ander opsie is om wraak te neem. Hulle besluit om die mense wat hulle seergemaak het, terug seer te maak.

Bogenoemde reaksies het oor die algemeen net een gevolg, naamlik bitterheid.

4.6 ROU

In alle gevalle waar skeiding en verlies voorkom, is rou teenwoordig. Griffen (1984:158) stel dit soos volg: *"There are griefs involved in each of these losses and together they constitute a major burden."* Rou is 'n natuurlike helingsproses wat ná 'n verlies of 'n verandering in 'n individu se lewe volg (SAAP, 2007:5). Rou is 'n vermoë wat God in die mens ingebou het sodat daar emosionele en geestelike heling kan plaasvind (Arterburn, 2005:X). Wanneer iemand 'n geliefde of iets wat doel, sin, mening en sekuriteit gee, verloor, sal so 'n persoon daaroor rou. So 'n ervaring raak 'n mens op fisiese, emosionele, intellektuele, sosiale en geestelike vlak. Rou is onvermydelik, terwyl genesing opsioneel is (Clinton & Ohlshlager, 2006:5). Daarom is dit nodig dat diegene wat rou, bereid sal wees om die rou te aanvaar en deur die proses te werk. Rou behels hartseer, angs, berou, verlange, vrees en verlies (Clinton & Ohlshlager, 2006:5). Indien die rouproses weerstaan word, sal so 'n persoon die pyn regdeur sy lewe met hom saamneem.

Volgens Clinton en Ohlshlager (2006:5) hang die intensiteit van die rou van drie veranderlikes af:

- 'n Persoon se gehegtheid aan die ander persoon of verlies
- Hoe die verlies ontstaan het
- Of die verlies skielik, voortydig of gewelddadig was

Dit is ook nodig om oor sekondêre verliese te rou (Hemfelt *et al.*, 2006:204). So kon 'n alkoholis byvoorbeeld as gevolg van sy drinkery 'n betrekking, 'n huwelik en gesin verloor het. 'n Werkolis sal rou oor die tyd wat sy gesin verloor het, want die tyd kan nooit weer ingehaal word nie.

4.6.1 Emosionele respons op rou

4.6.1.1 Kübler-Ross en Kessler

Kübler-Ross (1969) het in haar boek, *On death and dying,* verskeie fases geïdentifiseer waardeur 'n terminale pasiënt beweeg, naamlik skok, ontkenning, woede, onderhandeling, depressie en aanvaarding. Hierdie fases is instrumente wat 'n persoon kan help om sy gevoelens binne 'n gegewe raamwerk te identifiseer (Kübler-Ross & Kessler, 2005:7). Kübler-Ross en Kessler (2005:7) stel dit egter duidelik in hul boek, *On grief and grieving,* dat nie almal deur al die fases beweeg nie of dat daar nie 'n bepaalde volgorde is waardeur almal gaan nie. Dit kan ook gebeur dat mense deur sekere fases beweeg net om die volgende oomblik weer terug te wees waar hulle begin het.

Vervolgens word die vyf fases kortliks bespreek (Kübler-Ross & Kessler, 2005:7-28):

- **Ontkenning**

Anders as in *On death and dying* (1969) wat fokus op die persoon wat sterf, fokus *On grief and grieving* (2005) op die persoon wat 'n geliefde verloor het, met ander woorde die verlies ervaar het.

Vir 'n persoon wat iemand aan die dood afgestaan het, is die ontkenning meer simbolies as letterlik. Dit beteken egter nie dat 'n persoon nie konkreet besef dat sy geliefde gesterf het nie, maar dit gaan eerder om die onvermoë om werklik te kan glo dat sy geliefde gesterf het. Wanneer iemand in die fase van ontkenning is, *"...we may respond at first by*

being paralyzed with shock or blanketed with numbness" (Kübler-Ross & Kessler, 2005:8).

Die ontkenning is nie 'n ontkenning van die dood nie, selfs al sê iemand: *"Ek kan nie glo dat hy dood is nie."* Die agtergeblewene kan selfs vra of dit waar is en of dit regtig gebeur het. Die persoon sal so iets sê of vra omdat die skok te groot vir sy psige is om te absorbeer. Persone kan ook glo dat hulle droom, al dui hulle optrede die teenoorgestelde aan. So kan iemand wat in ontkenning oor 'n geliefde se dood is byvoorbeeld wel besig wees met die begrafnisreëlings van die persoon.

Ontkenning kan 'n persoon onbewustelik help om gevoelens onder beheer te kry, aangesien dit 'n mens help om net 'n sekere hoeveelheid gevoelens op 'n keer te verwerk. In hierdie verband is gevoelens soos skok, ontkenning en verlamming belangrik, aangesien dit die psige se verdedigingsmeganisme is. Om al die gevoelens wat gepaard gaan met 'n verlies gelyktydig te ervaar, sal by geleentheid net te veel wees vir die betrokke persoon se psige.

Persone wat 'n verlies ervaar het, sal herhaaldelik en gedurigdeur die verhaal van hulle verlies vertel. Dit is 'n manier hoe 'n persoon sy trauma verwerk. Op hierdie wyse word die pyn in 'n sekere sin nog ontken terwyl die realiteit van die verlies aanvaar word.

Wanneer 'n persoon vrae begin vra rondom die *hoekom* van die verlies en die omstandighede rondom die verlies onder oë begin neem, begin die realiteit van die verlies insink. Die genesingsproses begin wanneer iemand die realiteit van die verlies aanvaar. So 'n persoon word emosioneel sterker en die ontkenning vervaag. Daarmee saam begin al die gevoelens wat ontken is nou na die oppervlak kom.

- **Woede**

Woede kan gerig wees teen mense, omstandighede en situasies. Woede kan ook gerig wees teen God. Dit kan gebeur wanneer getraumatiseerdes nie verstaan hoekom Hy nie

ingegryp het en die verlies gekeer het nie. Juis die nieverstaan van die verlies kan 'n persoon in 'n geloofskrisis bring. 'n Persoon kan ook kwaad vir homself wees omdat hy nie die verlies kon verhoed het nie. Iemand kan ook kwaad wees omdat hy in 'n onverwagse, onverwagte en onregverdige situasie beland het.

Onderliggend aan 'n persoon se woede is gewoonlik sy pyn. So 'n persoon kan ook verlate en alleen voel. Woede word gewoonlik gevolg deur gevoelens van hartseer, paniek, pyn en alleenheid. Woede kan ook as anker dien vir 'n persoon deurdat dit 'n tydelike struktuur gee aan die betekenisloosheid van die verlies. Rou het aanvanklik geen vashoupunt nie, maar wanneer die woede teenoor iemand of iets losbars, begin die rou struktuur kry. Nou vind daar 'n verbinding plaas tussen die getraumatiseerde en die objek van die woede en het die getraumatiseerde iets om aan vas te hou, al is dit deur middel van woede.

Woede beteken dat die persoon vordering maak op die pad van genesing. Nou kan so 'n persoon toelaat dat al die gevoelens wat vantevore te veel was om te hanteer, na die oppervlak kom. 'n Getraumatiseerde kan ook in hierdie fase skuldgevoelens ervaar, met ander woorde woede wat teen homself gerig is. Woede bevestig net dat 'n persoon kan voel, liefhê en 'n verlies ervaar het. Hoe meer woede toegelaat word, hoe meer sal onderliggende gevoelens na vore kom. Die waarskynlikste gevoel is die pyn van die verlies.

- **Onderhandeling**

Na 'n verlies neem die onderhandeling die vorm van 'n tydelike ooreenkoms aan. Die persoon wat die verlies ervaar het, verval in sinne waarin die woorde "as net..." of "wat as..." voorkom. Wat as die lewe maar net kan terugkeer soos dit was? Die persoon wil dus in tyd terugbeweeg sodat die verlies herstel kan word.

Skuld vorm dikwels deel van die onderhandelingsproses. Die persoon vind fout met homself en dink wat hy anders kon gedoen het. So 'n persoon kan selfs met die pyn "onderhandel". Die persoon sal enigiets doen om nie die pyn van die verlies te ervaar nie. Daarom word daar dikwels terugbeweeg in die verlede sodat die pyn van die verlies ontduik kan word. Onderhandeling is gevolglik 'n belangrike komponent van die rouproses, want dit bring tydelike verligting van die pyn.

Na die afsterwe van 'n geliefde kan die onderhandeling nie net op die verlede fokus nie, maar kan dit ook beweeg na die toekoms. 'n Agtergeblewene kan onderhandel om sy afgestorwe geliefde weer eendag te sien. Of daar kan onderhandelings wees dat geen verdere tragedies die persoon se familie moet tref nie.

Terwyl die persoon steeds die "Wat as..."-vrae vra, kom die persoon elke keer tot dieselfde gevolgtrekking: die tragiese realiteit is dat die verlies waarlik plaasgevind het.

- **Depressie**

In hierdie fase vind die rouproses op 'n dieper vlak plaas. Die persoon ondervind gevoelens van leegheid en alleenheid, is geïrriteerd, beleef 'n konsentrasieverlies, kan in die oggend nie uit die bed uit kom nie en gee nie om vir dit wat rondom hom gebeur nie. Verder begin so 'n persoon al hoe meer onttrek, beleef intense hartseer en wonder dikwels of daar sin is om aan te gaan. Selfs daaglikse aktiwiteite word as sinloos en leeg gesien.

Om 'n geliefde aan die dood af te staan, is 'n depressiewe gebeurtenis en daarom sal depressie 'n normale reaksie wees op 'n abnormale gebeurtenis. In die rouproses is depressie ook 'n wyse waarop die betrokke individu beskerm word deurdat die senuweestelsel afgesluit word, sodat die persoon kan aanpas in 'n situasie wat na sy gevoel onhanteerbaar geraak het.

As rou 'n proses van genesing is, dan is depressie 'n belangrike fase in hierdie proses. Dit bring die persoon wat rou tot stilstand en laat hom deeglik kennis neem van die realiteit van die verlies. Volgens Kübler-Ross en Kessler (2005, 24) help dit ook dat die persoon as't ware weer van die grond af opgebou word. 'n Persoon wat dus 'n verlies ervaar het, moet daarom kans gegun word om ook op hierdie wyse oor die verlies te kan treur.

- **Aanvaarding**

Aanvaarding moet nie verstaan word dat 'n persoon dink alles is reg of dat hy dit wat gebeur het goedkeur nie. Dit gaan egter hier om die feit dat die persoon die realiteit van die verlies aanvaar en dus erken dat die realiteit 'n permanente werklikheid is. Alhoewel die persoon nie van die realiteit kan hou nie, begin hy dit tog eventueel te aanvaar. Die persoon leer om daarmee saam te lewe. Dit word dan die nuwe norm waarvolgens die persoon voortaan gaan lewe.

Aanvanklik is daar teenstand teen hierdie nuwe norm en wil die persoon die lewe handhaaf soos wat dit was voor die verlies. Deur die fase van aanvaarding word daar egter besef dat die verlede nie in stand gehou kan word nie en daarom sal die individu begin aanpas. By die dood van 'n geliefde leer die individu dan ook om rolle te herorganiseer of self van die oorledene se rolle oor te neem.

Soos wat die persoon deur hierdie fase beweeg, leer die persoon wie hy is en wie sy geliefde is. In hierdie proses bring die heelwording die betrokke individu ook nader aan hom wat hy liefgehad het - 'n nuwe verhouding begin waarin daar begin word met 'n lewenswyse sonder die geliefde wat gesterf het. 'n Proses van reïntegrasie begin, waar die stukke van die lewe weer bymekaar gemaak word.

Dit is belangrik om daarop te let dat die klem in hierdie fase op 'n proses is en nie soseer 'n finale fase met 'n eindpunt nie. Die persoon in rou se energie beweeg geleidelik weg vanaf die verlies na die lewe toe. Nuwe verhoudinge word gevorm en nuwe uitdagings

word aangepak. Die verlies kan nie vervang word nie, maar die persoon begin leer om aan te beweeg en dit kan net bereik word indien die rouproses op sy tyd deurloop is.

4.6.1.2 Rando se ses prosesse van rou in verhouding tot die drie fases van treur en rou

Rando (1993:30) wys in haar navorsing op drie tydperiodes of fases ten opsigte van rou en hartseer, naamlik *vermyding, konfrontasie* en *akkommodasie*. Hierdie drie fases moet nie totaal los van mekaar verstaan word nie. Nie alle treurende persone sal noodwendig al die reaksies in die onderskeie fases beleef nie. Gelyktydig met die drie fases ervaar die treurende ses prosesse van rou. Deur te fokus op die prosesse kan die berader dan ook meer begrip kry betreffende die punt waar die treurende in die rouproses is. Hierdie prosesse kan geëvalueer, gemonitor en regdeur die rouproses beïnvloed word (Rando, 1993:43). Hierdie prosesse word dus die teikens van intervensie. Daar moet deur hierdie ses prosesse van 'n verlies gewerk word om dit uiteindelik op 'n gesonde wyse te kan akkommodeer. Hierdie prosesse is onderling verwant en geneig om op mekaar voort te bou. Sommige van hulle kan egter selfs gelyktydig plaasvind, terwyl sommige elemente ook in meer as een fase kan voorkom (Rando, 1993:44). Die volgorde van die prosesse is nie belangrik nie, alhoewel die basiese orde die tipiese gang voorstel van die treurproses by 'n groot aantal persone. Treurendes kan ook voorwaarts en terugwaarts tussen die prosesse beweeg.

Kortliks kan die fases en die prosesse soos volg voorgestel word (Rando, 1993:45):

Vermydingsfase

Proses 1: Erken die verlies *(recognize)*

- Erken dat die dood plaasgevind het
- Verstaan die dood

Konfrontasiefase

Proses 2: Reageer op die skeiding (*react*)

- Ervaar die pyn
- Voel, identifiseer, aanvaar en gee die een of ander vorm van uitdrukking aan al die psigologiese reaksies op die verlies
- Identifiseer en treur oor sekondêre verliese

Proses 3: Onthou en herbeleef alles omtrent die oorledene en die verhouding (*recollect and reexperience*)

- Hersien en onthou op 'n realistiese wyse
- Herroep en herleef die gevoelens

Proses 4: Doen afstand van die verbintenisse aan die oorledene, asook die vorige veronderstelde wêreld (*relinguish*)

Akkommodasiefase

Proses 5: Bring veranderings aan om aan te pas by die nuwe fase sonder om die oue te vergeet (*readjust*)

- Hersien die veronderstelde wêreld (*revise the assumptive world*)
- Ontwikkel 'n nuwe verhouding met die oorledene
- Ontwikkel nuwe wyses van bestaan
- Vorm 'n nuwe identiteit

Proses 6: Herbelê (*reinvest*)

Bogenoemde skema kan dan meer in detail soos volg beskryf word:

- **Vermydingsfase**
  - **Proses 1: Erken die verlies**

Indien die treurende persoon wil begin met 'n aktiewe treurproses, moet daar erkenning gegee word aan die dood wat plaasgevind het. Aanvanklik is hierdie erkenning op 'n *intellektuele* vlak (Rando, 1993:44). Dit gaan egter tyd neem om hierdie feit te *internaliseer* en dit *emosioneel* te aanvaar. Om steeds 'n mate van orde te kan ervaar, is dit ook belangrik dat die treurende 'n mate van begrip sal verkry betreffende die redes vir die geliefde se dood.

- **Erken dat die dood plaasgevind het**

Indien die treurende nie erkenning gee aan die realiteit van die dood of die implikasies daarvan nie, is daar geen nodigheid vir 'n treurproses nie (Rando, 1993:44). Deur nie erkenning te gee aan die dood of die onherroeplikheid daarvan nie, kan die treurende die verlies bloot as 'n tydelike afwesigheid beskou. Alhoewel dit hartseer mag inhou as gevolg van die skeiding, vereis dit nie dieselfde tipe heroriëntasie en aanpassing wat nodig is as in die geval van dood nie. Dit is egter net natuurlik dat die treurende weerstand sal bied teen die wete dat die geliefde gesterf het, aangesien die natuurlike drang is om die realiteit van die dood te ontken en die konfrontasie daarmee te vermy (Rando, 1993:44).

- **Verstaan die dood**

Die treurende sal 'n mate van begrip moet verkry betreffende die redes vir die geliefde se dood (Rando, 1993:46). Die redes is die feite wat aanleiding gegee het tot die dood, asook die omstandighede daar rondom. Alhoewel die verduideliking intellektueel sin moet kan maak, hoef dit nie noodwendig aanvaarbaar te wees vir die treurende nie. Sonder sodanige konteks van begrip vir die geliefde se dood, is die treurende geneig om

beangs en verward te raak en kan die treurende steeds wonder wat met die geliefde gebeur het.

- **Konfrontasiefase**
  - **Proses 2: Reageer op die skeiding**

As die dood eers erken is, moet die treurende reageer op hierdie realiteit en dit hanteer (Rando, 1993:47).

- **Ervaar die pyn**

Om die verlies suksesvol te akkommodeer, moet die treurende die pyn van skeiding ervaar (Rando, 1993:47). Net soos intense hartseer kan pyn deur alle dimensies van menslike funksionering heen ervaar word, naamlik deur die psigologiese, geestelike, gedragsmatige, sosiale en fisiese dimensies.

- **Voel, identifiseer, aanvaar en gee die een of ander vorm van uitdrukking aan al die psigologiese reaksies op die verlies**

Emosie wat nie erken word of aan uitdrukking gegee word nie, is een van die hoofoorsake van patologie (Rando, 1993:47). Daarom is dit belangrik dat die treurende oorwinning sal kry oor alle persoonlike, sosiale, kulturele, etniese of godsdienstige weerstand teen die rouproses.

- **Identifiseer en treur oor sekondêre verliese**

Die treurende reageer ook op sekondêre verliese as gevolg van die dood (Rando, 1993:48). Hier gaan dit byvoorbeeld om die herkenning en treur ten opsigte van die verlies van die rolle wat deur die oorledene vervul is. Verder gaan dit ook om die onvervulde behoeftes, gevoelens, hoop, wense, fantasieë, drome, veronderstellings, verwagtinge en geloofsoortuiginge wat nou in die afwesigheid van die oorledene hanteer moet word (Rando, 1993:48). Elkeen van hierdie sekondêre verliese impliseer 'n eie stukkie rou wat tot die treurende se totale rou-ervaring bydra.

- **Proses 3: Onthou en herbeleef alles omtrent die oorledene en die verhouding**

Met verloop van tyd moet die treurende nuwe wyses ontdek waarop hy in verhouding tot die oorledene, die eksterne wêreld en ook tot homself kan staan (Rando, 1993:48). Die emosionele verbintenisse aan en investering in die oorledende moet verander. Dit sal dan psigologies die weg baan vir verdere veranderinge. 'n Suksesvolle roufase impliseer egter nie 'n totale onttrekking van die emosionele belegging nie. Dit impliseer eerder 'n transformasie van die verhouding vanaf een van *teenswoordig* na een van *herinnering.* Hierdie proses van herbelewing en herinnering kan ook die treurende help om enige onafgehandelde sake met die oorledene te identifiseer.

- **Hersien en onthou op 'n realistiese wyse**

As deel van 'n gesonde rouproses word die oorledene op 'n realistiese wyse onthou. Dit impliseer dat alle aspekte van die persoon en die wedersydse verhouding onthou word wat dan ook insluit alle positiewe, negatiewe en neutrale aspekte (Rando, 1993:49). Deur te onthou, kan die treurende alle tersaaklike gevoelens en gedagtes evalueer.

Die verhouding moet herhaaldelik in totaliteit beskou word (Rando, 1993:49). Eers dan sal die treurende in staat wees om die gevoelens en gedagtes te identifiseer wat verwerk moet word. Dit sal hom uiteindelik help om sy emosionele verbintenis en investering in die oorledene te verander.

Die treurende kan 'n gevoel van weerstand ervaar teen die herkenning van negatiewe gevoelens en gedagtes wat met die oorledene geassosieer is. Dit kan uitloop op skuld, angs, selfverwyt en talle ander ongemaklike reaksies (Rando, 1993:49). Om 'n suksesvolle rouproses te hê, moet hierdie weerstand egter deurgewerk word. Alhoewel dit aanvanklik tipies is vir die treurende om die oorledene te idealiseer, skuif dit met verloop van tyd op die agtergrond. Die treurende raak dan meer realisties en kan selfs negatiewe aspekte van die oorledene herroep en daarmee deel.

- **Herroep en herleef die gevoelens**

Die treurende is gekoppel aan die oorledene deur duisende bande van verbintenis (Rando, 1993:49). Al hierdie verbintenisse dra by tot die treurende se veronderstelde beskouing van homself en van die wêreld. As deel van die rouproses moet al hierdie bande wat die treurende met die oorledene verbind, nou losgemaak word. Dit beteken dat alle behoeftes, gevoelens, gedagtes, herinneringe, gedrag en interaksiepatrone, hoop, wense, fantasieë, drome, veronderstellinge, verwagtinge en beskouinge - asook die gevoelens daarmee geassosieer - herroep en herleef word (Rando, 1993:50). Op hierdie wyse word die emosionele lading van elke verbintenis stelselmatig ontlont. Die effek wat daarmee saamgaan, verloor stelselmatig intensiteit en dit lei ook daartoe dat die bande losser raak. As die bande losser gemaak word, beteken dit egter nie dat die oorledene vergeet word nie; dit beteken eerder dat die verhouding ten opsigte van die oorledene aangepas word en in 'n sekere sin sal die verhouding met die geliefde dan hierdeur gereflekteer word. Hierdie nuwe verhouding moet uiteindelik ontwikkel word, aangesien die oue nie meer funksioneer nie.

- **Proses 4: Doen afstand van die verbintenisse met die oorledene, asook die vorige veronderstelde wêreld**

Voordat die vorige verhouding verander kan word, moet van al die ou verbintenisse afstand gedoen word. Eers dan kan nuwes gevestig word wat ook die realiteit van die dood sal reflekteer (Rando, 1993:50). Daarmee saam moet die treurende van sy *veronderstelde wêreld* afstand doen (Rando, 1993:50). Die veronderstelde wêreld is 'n georganiseerde skema wat alles bevat wat hierdie persoon aanvaar as die waarheid betreffende die wêreld en ook betreffende *homself.* Die veronderstelde wêreld bepaal dan ook die persoon se behoeftes, emosies en gedrag. Al hierdie dinge gee aanleiding tot hoop, fantasieë en drome en van al hierdie dinge moet nou afstand gedoen word.

- **Akkommodasiefase**
  - **Proses 5: Bring veranderings aan om aan te pas by die nuwe fase, sonder om die oue te vergeet**

Op hierdie stadium is daar nou reeds afstand gedoen van die ou verbintenisse met die oorledene sowel as met die ou veronderstelde wêreld. Die treurende is nou in staat om nuwe verbintenisse te vestig (Rando, 1993:52). Binne hierdie proses neem die individu nou stappe om die verlies te akkommodeer. Hierdie akkommodasie vind plaas in die *interne realm* waar hersiene veronderstellinge aangaande die wêreld, 'n gewysigde verhouding met die oorledene en die vorming van 'n nuwe identiteit moet plaasvind. Dit vind ook plaas in die *eksterne realm* waar aanpassings ten opsigte van gedrag plaasvind. Die frase *"moving adaptively into the new world without forgetting the old"*, (Rando, 1993:52) is 'n goeie beskrywing van wat die ideaal aangaande die rouproses behoort te wees.

  - **Hersien die veronderstelde wêreld**

Die treurende moet die veronderstelde wêreld hersien – dit wat aangetas is deur die dood (Rando, 1993:52). Die mate van hersiening wat nodig is, hang af van (a) hoe sentraal en belangrik die oorledene was binne die treurende se lewensmilieu; (b) die tipe en aantal rolle wat hy vervul het; (c) die betekenis wat hy gegee het; (d) die patrone van interaksie wat gevestig is; (e) die dood en die omstandighede daarvan, asook die negatiewe invloed wat dit het op ander behoeftes, gevoelens, gedagtes, gedrag en interaksiepatrone, wense, fantasieë, drome, veronderstellinge, verwagtinge en beskouinge; (f) die aantal, tipe en kwaliteit van sekondêre verliese. Hoe meer ingrypend hierdie dinge deur die dood geraak is, hoe meer behoefte gaan daar wees aan 'n herkonstruksie van die treurende se veronderstelde wêreld.

Baie van die reaksies wat toegeskryf word aan rou as gevolg van die dood, is eintlik reaksies op sekondêre verliese vanweë die aftakelingsproses van die veronderstelde wêreld in die fase ná die dood (Rando, 1993:53). Of dit kan reaksies wees wat

voortspruit uit die treurende se pogings om aan te pas by die verlies deur die prosesse van assimilasie en akkommodasie.

- **Ontwikkel 'n nuwe verhouding met die oorledene**

Die ontwikkeling van 'n gesonde nuwe verhouding met die oorledene is 'n kritieke deel van die rouproses (Rando, 1993:53). Hierdie is een van die areas ten opsigte waarvan treurendes sowel as beraders waarskynlik die minste kennis van dra. Vir talle persone is daar in hierdie opsig gesê dat *gesonde* treur en rou impliseer dat die treurende *die verlede agter hom sit en aangaan met die lewe* (Rando,1993:53). Volgens voorstanders van hierdie beskouing is dit in orde om aan die oorledene te dink tydens die akute fase van rou. Om egter suksesvol te handel met 'n groot verlies, moet alle verbintenisse met die gestorwene gesny word. Vir baie treurendes sal dit egter impliseer dat die belangrikheid van die oorledene vergeet of ontken moet word. So 'n benadering is volgens Rando (1993:54) onaanvaarbaar. Treurendes bied gewoonlik weerstand hierteen en in hul poging om steeds 'n band te behou, ontwikkel hulle dan 'n tipe verbintenis wat ongesond is en dít lei dan tot die ontwikkeling van patalogiese bande met die oorledene.

Menslike wesens is simboliese kreature. Die mens het nie 'n konkrete teenwoordigheid nodig om wel 'n verhouding te kan handhaaf nie. Dit is dus nie ongewoon of onrealisties om steeds 'n spesiale plek te hou vir 'n spesiale persoon nie en dan by tye ook op 'n simboliese wyse interaksie te kan hê met daardie persoon nie. Op hierdie wyse kan 'n verhouding met 'n afgestorwe geliefde gesond en positief wees. Die treurende het dus afstand gedoen van die konkrete liefde van iemand wat fisies teenwoordig is en dit vervang met die abstrakte liefde vir 'n afwesige geliefde (Rando, 1993:55). So 'n verhouding kan gesond wees indien dit gelyktydig aan twee kriteria voldoen. Eerstens moet die treurende werklik erken dat die persoon dood is en ten volle die implikasies van die dood begryp - die treurende se verwagtinge en abstrakte interaksies met die oorledene moet dan ook kennis van hierdie feit reflekteer. Tweedens moet die treurende voortgaan om op 'n aanpassende wyse voorwaarts te beweeg die nuwe lewe in.

- **Ontwikkel nuwe wyses van bestaan**

Om op die langtermyn gesond te wees, kan die treurende nie voortgaan om op te tree soos wat die geval was toe die oorledene nog geleef het nie. Hy moet begin optree in ooreenstemming met die feit dat die geliefde gesterf het (Rando, 1993:58). Hy moet gewoond raak aan die nuwe wêreld sonder die oorledene en hy moet in hierdie nuwe wêreld inbeweeg op wyses wat die feit reflekteer dat die oorledene nie meer teenwoordig is soos vroeër nie. Die implikasie hiervan is dat die treurende wyses moet vind waarop behoeftes aangespreek kan word wat vantevore deur die oorledene vervul is. Dit kan gedoen word deur byvoorbeeld self hierdie behoeftes te vervul of iemand anders te vind of ander wyses vas te stel waarop die behoeftes vervul kan word. Om te kompenseer vir die geliefde se afwesigheid moet die treurende dikwels aanpassings maak ten opsigte van nuwe rolle, vaardighede, gedrag en verhoudings (Rando, 1993:59).

- **Die vorming van 'n nuwe identiteit**

Vanweë sy nuwe veronderstelde wêreld, 'n nuwe verhouding met die oorledene en met ander en nuwe vaardighede, gedrag en rolle, is die treurende nie meer dieselfde persoon as wat hy was nie. Sy beeld van homself moet ook verander ten einde hierdie realiteit te reflekteer (Rando, 1993:59). In baie noue verhoudings is dit so dat die interaksie met geliefdes help om iemand se selfbeeld en identiteit te bepaal. Wanneer die man dus sterf, sterf in 'n sekere sin dan ook daardie deel van die vrou wat 'n eggenote was. Selfs indien hierdie vrou eendag weer sal trou, sal dit 'n totaal nuwe verhouding wees. Vir die treurende is 'n groot deel van die krisis rondom verlies gevolglik grootliks geleë in 'n verlies van die eie self en van sy identiteit. Daarom moet dit wat verander (beide positief en negatief) erken en oor getreur word (Rando, 1993:59). Dit wat voortgaan, moet bevestig word en dit wat nuut is, moet geïnkorporeer word. Die ou en die nuwe self (identiteit) moet ook geïntegreer word. Al hierdie veranderinge in die interne en eksterne wêrelde dra by tot 'n nuwe self en dit lei uiteindelik tot 'n nuwe identiteit (Rando, 1993:60).

- **Proses 6: Herbelê**

Die emosionele energie wat êrens in die verlede in die verhouding met die oorledene geïnvesteer is, moet nou herbelê word (Rando, 1993:60). Sommige van hierdie energie sal gebruik word in die nuwe verhouding met die oorledene, maar 'n baie groter gedeelte sal egter in 'n nuwe rigting gestuur moet word. Die verhouding met die oorledene mag nie al die emosionele reserwes van die treurende uitput en absorbeer nie (Rando, 1993:60). Daarom moet die emosionele energie hergekanaliseer word in die rigting van nuwe vervullende beleggings in ander persone, asook in objekte, rolle, hoop, beskouinge, ideale, doelwitte en oogmerke. Hierdie nuwe areas en aspekte kan alles uiteindelik bydra om betekenis en motivering in die treurende se lewe terug te bring.

4.6.1.3 Wright

Volgens Wright (2003:257-260) is daar gewoonlik vyf fases van emosionele respons betreffende die rouproses na groot verliese:

- **Fase 1 – Ontkenning en isolasie**

Die eerste reaksie is: *"Dit kan nie wees nie."* Die persoon weier om te glo wat gebeur het. Sommige mense sal opmerkings maak, soos: "Iemand het 'n fout gemaak en hulle gaan binnekort kom sê dat alles reg is."

Dikwels ervaar 'n persoon 'n skokreaksie wanneer die slegte nuus gehoor word. Een wyse waarop skok manifesteer, is ontkenning. Ontkenning is die menslike skokabsorbeerder in tye van tragedie. Deur middel van ontkenning word 'n persoon se emosies tydelik gedesensitiseer. Selfs so 'n persoon se sin van tyd kan opgeskort word omdat hy poog om die gevolge van die tragedie uit te stel. In sommige gevalle kan die ontkenningsaspek

van skok manifesteer in misplaaste besorgdheid. Sommiges kan so geskok wees oor wat plaasgevind het dat hulle optree as of hulle emosioneel afsydig (*detached*) staan.

'n Persoon wat in hierdie fase is, moet nie veroordeel word vir dít wat hy op daardie oomblik sê nie. Daar moet ook nie te veel respons van so 'n persoon verwag word nie. Die berader moet ook nie mismoedig word en ophou bemoeienis maak met die persoon nie. Uiteindelik sal so 'n persoon reageer omdat hy wel iemand nodig het om sy alleenheid te deel.

- **Fase 2 – Woede**

In hierdie fase ondervind die persoon gevoelens van woede, kwaadheid, afkeur en gegriefdheid. Die woede kan gerig wees tot familie, vriende en dokters. Die persoon kan ook kwaad wees vir God wat die traumatiese gebeure toegelaat het en omdat Hy nie ingegryp het om dit te verander nie.

Woede moet erken word as 'n normale reaksie en daarom moet daar nie aan die persoon gesê word dat hy nie woede mag ervaar nie.

- **Fase 3 – Onderhandeling**

Dikwels onderhandel mense in gebed met God oor die verlies of moontlike verlies. Die persone maak beloftes, soos: *"As ek gesond word, sal ek die Here meer dien."* Of so 'n persoon kan dalk sê: *"As ek maar net tot Junie kan lewe sodat ek my seun se troue kan bywoon."* Indien Junie aanbreek, kan daar weer 'n volgende "onderhandeling" plaasvind deur woorde, soos: *"As ek nou maar net my kleinkinders kan sien."*

'n Deel van die onderhandelingsproses reflekteer die persoon se reaksie teenoor die dood en teenoor God. So 'n persoon kan onbewustelik (en soms ook bewustelik) die standpunt

hê dat God nie weet wat Hy in sommige gevalle doen nie en daarom moet Hy reggehelp word.

- **Fase 4 – Depressie**

Wanneer ontkenning, woede en onderhandeling nie werk nie, tree daar 'n besef in dat niks gaan werk nie. Depressie tree dan in. Dit bestaan uit 'n *reaktiewe* depressie - waar daar oor die herinneringe van die verlede nagedink word - en 'n *voorbereidende* depressie – waar daar aan die dreigende verliese gedink word.

Die depressiefase is veral die fase waartydens die persoon intens rou en die berader kan maar net daar wees vir hom. So 'n emosioneel verwondene moet dan ook aangemoedig word om sy gevoelens te wys. In hierdie fase moet daar ook nie geargumenteer of gedebatteer word met so 'n persoon nie, aangesien die gevolge net negatief sal wees.

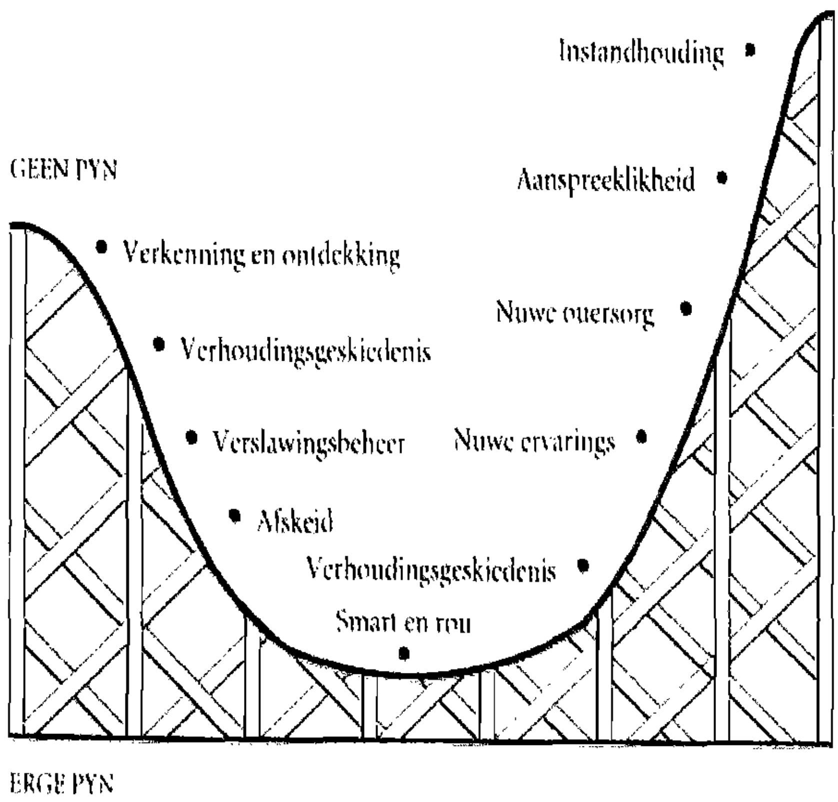
- **Fase 5 – Aanvaarding**

Die persoon bereik nou die fase waar hy die onvermydelike wat gebeur het, aanvaar.

4.6.1.4 Hemfelt, Minirth en Meier se stappe na herstel

Hemfelt *et al.* (2006:167-262) stel tien stadiums voor vir die herstel van iemand met intense emosionele pyn. Hierdie stadiums kan met behulp van die volgende grafiek geïllustreer word (die outeurs beskryf dit as 'n wipwa-rit - *rollercoaster ride*):

DIE TIEN STADIUMS VAN DIE HERSTELGRAFIEK



Op grond van die grafiek dui die opwaartse beweging op minder emosionele pyn en die afwaartse beweging op meer. Die onderkant van die lus dui op die heel laagtepunt van hierdie terapeutiese proses, die diepste pyn. Die eerste vyf stadiums blyk op die oog af aanvanklik in die verkeerde rigting te beweeg, na erger en erger pyn. Stadium vyf wat dan die laagste punt, maar ook die draaipunt verteenwoordig, is veral van belang vir hierdie studie, aangesien dit oor die rouproses van 'n verlies handel (Hemfelt *et al.*, 2006:203-224).

Hemfelt *et al.* gebruik hoofsaak dieselfde fases van die rouproses wat Kübler-Ross aanvanklik beskryf het, maar met die verskil dat hulle 'n bykomende stap byvoeg, naamlik dié van *hartseer*. Die proses wat hulle beskryf, is dan soos volg:

- **Skok en ontkenning**

Van die eerste reaksies wat 'n emosioneel verwonde persoon beleef, is 'n verlammende skok. Hemfelt *et al.* sê dat dit byna is soos 'n persoon wat in 'n hipnotiese toestand is. In hierdie fase is dit vir die individu moeilik om enigiets emosioneels te voel terwyl hy in 'n toestand van skok is. Skok en ontkenning gaan saam, en albei hierdie reaksies sal probeer keer dat die betrokke persoon rou.

Wanneer iets onverwags of gewelddadigs gebeur, sal die liggaam in 'n skoktoestand ingaan ter oorlewing van die persoon. Sekere bloedvate sal afsluit en ander sal vergroot. Die hart en longe sal sekere aanpassings maak. Baie adrenalien sal deur die liggaam afgeskei word. Selfs die vel ondergaan verdedigende veranderings en die brein sal ook meer suurstof kry om te oorleef. Dit is lewensgevaarlik vir die persoon as die liggaam egter in hierdie traumatiese skok bly.

Net so gaan 'n kind - ten einde te kan oorleef - in 'n posttraumatiese skoktoestand in na 'n traumatiese ervaring. Wanneer daardie toestand egter voortduur tot in so 'n kind se volwasse lewe, sal dit emosioneel en geestelik uiters nadelig vir so iemand wees. Nie net die skok nie maar ook die ontkenning van die gebeurtenis sal nadelige gevolge hê op die langtermyn.

- **Woede**

Woede is 'n natuurlike, gesonde, godgegewe, emosionele meganisme om pyn en verlies te hanteer en dit volg spontaan op skok en ontkenning. Vir sommige persone is dit makliker om uitdrukking te gee aan hul woede as ander. Vir sommiges is dit byna onmoontlik om woede te herken en uit te druk. Ander sal weer hul woede onderdruk sodat hulle dit vir diegene rondom hulle maklik en gemaklik kan maak. Die berader moet, vir diegene wat sukkel om uiting te gee aan hulle woede, help om weer in aanraking te kom met hierdie heel basiese emosie.

- **Depressie**

Een van die redes waarom daar afgereken moet word met woede, is die feit dat dit later kan manifesteer in die vorm van depressie, wat in baie opsigte soortgelyk is aan 'n sekondêre skoksindroom. Dit is gewoonlik dan ook die resultaat van woede wat na binne gekeer is. Diepe depressie asook 'n innerlike gevoel van doodsheid, wat lewenslank kan duur, word veroorsaak wanneer depressie "ondergronds" gaan. Onder sulke omstandighede is genesing, volgens Hemfelt *et al.*, dan byna onmoontlik.

Depressie kan ook bloot die gevolg wees van basiese woede wat deel uitmaak van die rouproses. Dit verskil van depressie as gevolg van woede wat na binne gekeer is. Depressie wat op hierdie wyse ontstaan, is gewoonlik tydelik van aard en klaar mettertyd vanself op. Dikwels gaan dit gepaard met valse skuldgevoelens. Terwyl 'n persoon rou, kan die depressie erger wees as voordat hy begin het, maar dit is egter net 'n halte langs die pad – dit is nie die eindbestemming nie.

Indien 'n persoon egter vassteek by die depressiegedeelte, moet hy begelei word om weer deur die voorafgaande stappe van die rouproses te werk.

- **Onderhandeling en wensdenkery**

Tydens hierdie fase kan persone onderhandelings veral met God of hulself aangaan. As God hulle uit 'n sekere situasie red, dan sal hulle dit of dat doen. Hulle gaan ook bewustelik of onbewustelik kontrakte met hulself aan. Hierdie ooreenkomste is eintlik maar net wensdenkery, want dit het geen werklike mag nie. Tog dink hulle dat hulle deur sulke ooreenkomste hulle lyding op die een of ander wyse kan verlig.

Ritualistiese gedrag, soos kompulsiewe handwassery of eetversteurings wat na vore kom, kan 'n aanduiding wees dat die betrokke persoon gedeeltelik vasgesteek het in hierdie stadium.

Om "tot siens te sê", is 'n noodsaaklike stap tot heling en uiteindelik ook tot emosionele volwassenheid. Mense moet hulle wensdenkery waarmee hulle die wêreld wou verander, prysgee. Eers wanneer hulle afskeid geneem het hiervan, is die pad oop om te rou oor hul verliese.

- **Hartseer**

Hartseer is normaal en die gepaste reaksie op treurige gebeurtenisse. Hartseer kan gemaklik hanteer word met trane. Anders as chroniese depressie, herhalende kompulsies of woede, is hartseer nie eindeloos nie. Die hartseer kom, dit word herken en dit gaan weer verby.

- **Vergifnis, afhandeling en aanvaarding**

Wanneer 'n persoon hierdie stadium wat as doelwit is, bereik, is die wipwa op pad boontoe. Hierdie fase dui dus gewoonlik op 'n keerpunt.

Wat tot dusver met die persoon gebeur het, is hoofsaaklik "a-logies", met ander woorde dit is nie teenstrydig of versoenbaar met logika nie. So 'n persoon het verby logika en rede gegaan na die binneste ruimtes van sy siel. Daar is uit die diepste emosionele putte wat God juis vir hierdie doel voorsien het, getap. Om die genesingsproses te voltooi, moet daar vervolgens uit die gebied van die logiese denke na die donker heiligdom van die emosies gegaan word. Mense sukkel dikwels om af te sien van hul logiese begeerte na vergelding en dit blokkeer dan ook die vergifnisproses. Eers wanneer die persoon afsien van logika, kan hy losbreek uit die plek waar hy vasgesteek het en hierdie allerbelangrikste stap na genesing neem. Ware, opregte vergifnis is nodig om vrede te maak met die verlede en dit is dus eers wanneer 'n mens afsien van die blokkerende logika dat die verwonde kan begin vergewe.

Om af te sien van logika, moet 'n mens eers vra wat logika voorafgegaan het. Die antwoord hierop dui gewoonlik op emosionele reaksies – die "gedagtes" van die hart. In

die samelewing word die mens geleer om die boodskappe van die hart sorgvuldig te vermy en net die boodskappe van die verstand te aanvaar. Om dit te verduidelik, gebruik Hemfelt *et al.* die voorbeeld van verlies as gevolg van dood. Wanneer 'n weduwee onder sulke omstandighede byvoorbeeld haar gevoelens wegsteek en haar waardig gedra, ondersteun haar vriende haar. As sy egter telkens ineenstort - die gepaste reaksie op so 'n verlies - maan haar vriende haar om nie so emosioneel te wees nie, maar om dapper te wees. Indien sy nie gehoor gee nie, voel hulle ongemaklik en bly liewer weg.

Om te kan vergewe, moet 'n persoon as't ware sy redelike verstand omseil en vanuit die hart werk. Hierdie vermoë om met die hart in plaas van die verstand te reageer, is in die mens ingebou.

Aanvaarding en afhandeling gaan saam met vergifnis. As die persoon die kwessies in sy lewe aanvaar, erken so 'n persoon die dinge soos dit was, maar ook dat hul uitwerking nie onomkeerbaar is nie. As dit dan wel afgehandel word, word die uitwerking omgekeer. Afhandeling is om die verhaal bevredigend af te sluit en so 'n persoon kry dan 'n bevredigende einde vir die verhaal van sy lewe.

Afhandeling is egter nie die einde van die pad nie. In Hemfelt *et al.* se model van herstel moet so 'n persoon nog die sesde tot tiende stadium van die herstelproses ook deurgaan sodat die afhandeling finaal voltooi kan word.

4.6.1.5 Fases of nie?

Van Niekerk (2002:7) wys daarop dat indien daar van fases gepraat word, daar in gedagte gehou moet word dat dit relatief is en van wisselende faktore afhang. So bring verskillende maniere van sterwe verskillende reaksies mee en bepaal dit ook die tydsduur van 'n bepaalde treurproses. Kübler-Ross en Kessler (2005:7) erken dat daar nie 'n tipiese

reaksie op verlies is nie en dat daar nie 'n tipiese verlies is nie. Tog kan hierdie fases waardevol wees sodat kennis geneem kan word van die reaksies waarmee 'n treurende gekonfronteer gaan word. Indien die beradene die dinamiek van die fases ken, sal dit nie die rouproses ná 'n verlies keer nie, maar sal dit die persoon help om vinniger en sonder vrees deur die fases te beweeg (Minirth & Meier, 2007:41). Wat ook van belang is, is dat die aanvanklike rou-reaksies nie met kliniese depressie verwar moet word nie (Minirth & Meier, 2007:36).

Alhoewel navorsers verskil oor hoe die taak om te rou, afgehandel moet word, is hulle dit tog eens dat die proses wel deurloop moet word. Indien dit nie gebeur nie, "*...they cannot move on with the business of living. Instead the feelings go underground.*" (Walsh & McGoldrick, 1991:52).

4.6.1.6 Die vier treurtake

Na die verlies van 'n geliefde is daar vier essensiële treurtake wat deurgewerk moet word alvorens die treurproses voltooi is sodat persoonlike groei en geestelike ontwikkeling en daarmee saam innerlike heling kan plaasvind. Die rouproses (treurwerk) kan eers as afgehandel beskou word wanneer die betrokke persone weer voluit lewe en die dood nie meer hul lewens oorheers nie. Van Niekerk (2002:40-43) beskryf die vier treurtake na die verlies van 'n geliefde soos volg:

- **Eerste taak: Aanvaarding van die feit van die verlies**

Die eerste taak is om die finaliteit van die verlies te leer aanvaar. Meestal sal iemand die feit van die dood wel intellektueel besef, maar dit nie emosioneel aanvaar nie. Die nie-aanvaarding van die werklikheid kom dan soms na vore in "mummifikasies" - die hele fisiese omgewing word in stand gehou asof die persoon wat dood is enige tyd weer kan terugkom. 'n Ander vorm van ontkenning bestaan in die relativering van die verlies in 'n poging om die hartseer te versag. Opmerkings soos: *"Ons was nie naby mekaar nie";*

"Ek sal hom nie mis nie; hy was nie die maklikste mens om saam te leef nie" word dan gehoor.

- **Tweede taak: Die ervaring van die intense pyn van treur**

Om 'n geliefde af te gee, veroorsaak intense psigiese en fisieke pyn - tot so 'n mate dat dit selfs moontlik is om te sterf aan 'n gebroke hart. Voordat daar enige emosionele aanvaarding kan plaasvind, moet die persoon deur die smart van die treurproses beweeg. Sommige persone soek egter kortpaaie en probeer dit ontvlug en die treurproses word hiermee bloot verleng en gekompliseer. 'n Tweede manier om die treurpyn te ontwyk, is om *nie te voel nie* - alle emosie word onderdruk en die realiteit van die dood word weggepraat. *"Die lewe moet aangaan,"* word gesê. Persone wat nie bewustelik oor 'n geliefde se dood getreur het nie, kan psigies knak – wat gewoonlik in die een of ander vorm van depressie manifesteer.

Persone moet aangemoedig word om te huil ten einde te verhoed dat hulle die pyn 'n leeftyd lank in die een of ander verdraaide vorm ervaar.

- **Derde taak: Aanpassing by die nuwe situasie**

Aanpassings vir die naasbestaandes sal op verskillende terreine lê, afhangende van die rol van die oorledene. Die verlies van 'n eggenoot mag byvoorbeeld die verlies van 'n broodwinner, seksuele maat, kameraad, finansier, beplanner, tuinier, besluitnemer, mede-ouer, gespreks- en geesgenoot beteken.

Meestal word eers na iemand se dood besef watter en hoeveel rolle hy vervul het. 'n Deel van die aanpassing lê juis daarin dat sommige van hierdie rolle dadelik deur die agtergeblewene oorgeneem moet word. Hierdie roloorname vorm deel van die derde treurtaak. Indien hierdie roloorname nie plaasvind nie, pas die treurendes nie by die nuwe omstandighede aan nie en gebeur dit dikwels dat hulle in 'n soort hulpeloosheid en hopeloosheid verval waarby alle persoonsgroei eenvoudig geblokkeer word. So sal die

treurendes geen nuwe vaardighede ontwikkel ten einde die nuwe situasie oorwinnend en suksesvol te kan hanteer nie.

Die mate waarin hierdie derde treurtaak suksesvol deurgewerk word, sal meebring dat so 'n persoon tot groter verantwoordelikheid en persoonsrypheid sal groei of dat hy 'n hulpelose gevangene van sy eie omstandighede en verlies gaan bly.

- **Vierde taak: Geleidelike onttrekking van emosionele energie vir herbelegging in ander verhoudings**

By die normale verloop van die treurproses is daar 'n geleidelike afname in die intensiteit van verlange en emosionele binding aan die oorledene. Hartseer oomblikke sal nog sporadies, maar gaandeweg al hoe minder, voorkom. Die beeld van die oorledene begin algaande vervaag. Hierdie onthegtingsproses sal meestal spontaan geskied, maar soms moet dit ook doelbewus geaktiveer word sonder om daaroor skuldig te voel. Dit moet as 'n noodsaaklike taak en doelstelling beskou word. Dit is egter nie 'n proses wat geforseer moet word nie, veral nie deur persone van buite deur byvoorbeeld 'n voortydige aanmoediging om weer met ander uit te gaan nie. Om iemand te gou na die dood van 'n lewensmaat aan ander te wil voorstel, maak net seer en wek skuldgevoelens op.

Indien die treurproses egter normaal verloop, word die belangstellingsgerigtheid al hoe meer van die verlede na die toekoms verskuif. Die emosionele verbintenis met die oorledene word geleidelik ontknoop totdat hierdie vierde treurtaak voltooi word met die soeke na nuwe verhoudinge en die bereiking van innerlike ewewig.

4.6.1.7 Tydsverloop en nuwe doelwitte

Daar is nie 'n rigiede voorgeskrewe tydsverloop vir 'n persoon om te rou nie. Vir baie kan die rouproses twee tot drie jaar duur (Zonnebelt-Smeenge & De Vries, 2006:11). Vir

ander is dit in 'n sekere sin 'n lewenslange reis, maar die intensiteit van die emosies sal met die tyd afneem (Clinton & Ohlshlager, 2006:10). Tydens die hele roufase moet so 'n persoon goed na homself omsien, aangesien rou baie energie absorbeer. Alhoewel dit aanvanklik moeilik is om spesifieke doelwitte te identifiseer betreffende die toekoms, is dit tog belangrik dat daar gaandeweg al meer gefokus sal word op nuwe doelwitte, aangesien dit die persoon dwing om stelselmatig al meer huidige energie in langtermyn projekte te begin investeer (Clinton & Ohlshlager, 2006:10).

4.6.2 Positiewe boustene in rou-terapie

Zonnebelt-Smeenge en De Vries (2006:11) gebruik vier boustene (*constructs*) as basis om persone te help om deur rou te werk:

- Die eerste bousteen is om van die rouproses as 'n "reis" te praat - 'n reis wat begin waar die persoon absolute pyn ervaar totdat 'n punt bereik word waar daar nie meer pyn ervaar word nie, al word daar aan die verlies gedink. Hierdie reis is nie 'n reguit en gelyk pad nie, aangesien dit gekenmerk word deur tye van hartseer maar ook tye van hoop. Indien die persoon wat die verlies gely het, nie die reis meemaak nie, sal dit die reis net uitrek (Zonnebelt-Smeenge & De Vries, 2006:12). So 'n persoon kan negatiewe fisiese of emosionele manifestasies van die rou tot gevolg hê, wat weer aanleiding kan gee tot "vertraagde" of "gekompliseerde" rou.

- 'n Tweede bousteen is om die beradene aan te moedig om 'n gesonde selfwaarde te ontwikkel (Zonnebelt-Smeenge & De Vries, 2006:12). Hier moet die beradene gehelp word om te bepaal enersyds wie hy is sónder die verlies in sy lewe en andersyds wie hy is mét die verlies. Spesifieke vrae kan hier gevra word, soos:
  - *"Wie was jy voordat die verlies plaasgevind het?"*
  - *"Watter veranderinge is daar nou ná die verlies?"*
  - *"Hoe het jou identiteit verander en oor watter rolverliese moet jy rou?"*

  Dis vir die rouproses belangrik om antwoorde op die vrae te kry. Om die reis te kan beplan, moet die beradene homself ken. Dit sluit in dat die beradene gebalanseerde

insig sal hê met betrekking tot sy gedagtes, gevoelens en gedrag, sodat spesifieke aksies beplan kan word met die oog op die voltooiing van die reis.

- Die derde bousteen behels dat rou as 'n doelgerigte en aktiewe proses gesien moet word (Zonnebelt-Smeenge & De Vries, 2006:12). Rou behels dat 'n taakgerigte raamwerk daargestel word sodat die persoon deur die rouproses gehelp kan word. In hierdie opsig is dit belangrik om daarop te let dat die persoon nie *om* of *oor* die rou werk nie, maar "deur" dit. Komponente en simptome wat op emosionele, fisiese, gedragsmatige, geestelike en kognitiewe vlak manifesteer, moet erken en hanteer word. Take wat die persoon in die geval van dood kan verrig, sluit byvoorbeeld die volgende in:
  - Sorteer aandenkings en besittings.
  - Besoek weer gunsteling plekke.
  - Hanteer die simpatiekaartjies.
  - Besoek die plek van afsterwe en kyk deur foto's.

  Selfs die taal wat gebruik word, ook deur die berader, moet die permanensie van die verlies bevestig.

  Rou behels aktiewe werk, maar rou het ook tyd nodig. Dit kan tot twee tot drie jaar neem voordat die pyn in intensiteit en frekwensie verminder.

- Die vierde bousteen behels dat die meerderheid persone wat rou, 'n gesonde oplossing vir hulle rou vind. 'n Oplossing word beskryf as daardie punt waar die ervaring van die persoon se pyn nie meer geassosieer word met die verlies nie (Zonnebelt-Smeenge & De Vries, 2006:13). In effek beteken dit dat die verlies wat gely is as iets van die verlede beskou word. Die persoon kan enige tyd daaroor nadink, maar dan sonder om die pyn te ervaar wat daaraan gekoppel is.

Daar moet egter besef word dat genesing nie staties is nie, aangesien daar wel tye na vore kan kom waar die persoon hartseer kan wees oor die verlies. Hierdie hartseer kan byvoorbeeld deur gebeure gesneller word.

'n Positiewe teken van genesing is wanneer die persoon wat rou, erken dat hy besig is met die roufases en dat hy gereed en gedetermineerd is om steeds in hierdie proses voorwaarts te beweeg. Hierdie doelwit moet ook met ander geliefdes rondom hom gedeel word.

4.6.3 Emosies moet hanteer word

Die verloop van so 'n proses kan soms gekompliseer en vertraag word vanweë sekere emosies wat die rouproses kan blokkeer. Iets hiervan word soos volg verwoord deur Lendrum en Syme (1992:133):

> *"In complicated grief, when ambivalance cannot be tolerated and guilt is excessive, protective patterns develop and grief fails to progress... This actually hinders them from moving through the grief process towards a letting go of that which is lost."*

Wanneer 'n persoon 'n traumatiese ervaring beleef deur die toedoen van iemand anders, het dit spesifieke, eg-menslike emosies tot gevolg. Die getraumatiseerde kan gevoelens soos woede, haat, afsku, wraak en verontwaardiging teen die ander persoon koester (Retief, 2004:156). McCullough en Worthington (1994:3) wys ook daarop dat so 'n persoon se emosionele seerkry kroniese bitterheid, woede, depressie en 'n voortdurende versteuring in verhoudings kan voortbring. So 'n persoon kan ook gevoelens van skaamte (Brannan, 2005), angs en skuldgevoelens (Van Niekerk, 1984:135) ervaar. Volgens Colbert (2003:20) en Wicks *et al.* (1993:458) is die emosies met die mees destruktiewe invloed op die mens se liggaam die volgende: woede, onvergewensgesindheid, depressie, kwaadheid, bekommernis, frustrasie, vrees, skuld, angs en droefheid. Colbert (2003:41)

verduidelik dat die skadelike emosies oor die algemeen teen ander mense, situasies of omstandighede gerig is.

Dit is dus duidelik dat in die herstelproses daar aandag geskenk sal moet word aan die emosies wat die emosioneel verwonde ervaar (vgl. ook De Kooker, 2005:85).

Vir die doeleindes van hierdie studie het navorser na verskeie modelle ten opsigte van die proses van rou gaan kyk. Die eerste model het reeds in hoofstuk 3 aan die orde gekom met Seamands (2003:119) se stappe betreffende die helingsproses (vgl. hoofstuk 3.11.1). Alhoewel sy model sterk fokus op gevoelens wat die emosioneel verwonde ervaar en die feit dat die emosioneel verwonde sy pyn na die kruis toe moet bring, brei hy egter te min uit op die proses van rou. Rando (1993:30) se model het verskeie winspunte. Indien die berader fokus op die onderskeie fases van die rouproses, kan die berader begrip kry betreffende die punt waar die treurende hom in die rouproses bevind. Hierdie fases kan ook geëvalueer, gemonitor en regdeur die rouproses in 'n sekere sin beïnvloed word. Hierdie fases word gevolglik die teikens van intervensie. Hierdie fases is onderling ook verwant en geneig om op mekaar voort te bou. Dit is egter vir navorser 'n vraag of die model maklik aan 'n verwonde verduidelik kan word. Kübler-Ross en Kessler (2005:7), asook Wright (2003:257), se modelle is in wese dieselfde en kan maklik verduidelik en oorgedra word. Deur op die fases te fokus, kan die berader ook meer begrip kry in watter fase die treurende is. Aansluitend by hulle modelle kan Hemfelt *et al.* (2006:167) se stappe na herstel baie sinvol geïntegreer word. (Navorser sal by laasgenoemde model aansluit in hoofstuk 6). Hemfelt *et al* se model brei nie slegs uit op Kübler-Ross en Kessler (2005:7) se model nie, maar kom ook uiteindelik uit by vergifnis wat 'n belangrike punt in 'n persoon se herstel is.

4.7 VERGIFNIS

Die belangrikheid van vergifnis as deel van die proses om emosionele pyn en seer te genees, kan nie genoeg beklemtoon word nie. Vervolgens word daar daarom in meer diepte op hierdie aspek ingegaan. Nadat 'n persoon gerou het oor sy verliese, moet hy ook op die punt kom waar hy dié wat hom leed aangedoen het, kan vergewe.

4.7.1 Wat is vergifnis?

Vir Stoop (2005, 20) is daar geen ander manier om effektief met die verlede te deel as deur vergifnis nie. Om egter 'n eenvormige definisie te vind wat deur navorsers gebruik word om vergifnis beskryf, is moeilik. McCullough *et al.* (2000:8) wys juis op hierdie dilemma met 'n moontlike definisie:

> *"No consensual definition of forgiveness exists. Indeed some interpret the lack of consencus in definition to be one of the most pernicious problems in the field today."*

David Augsburger (1988:15), een van die pioniers betreffende navorsing op die gebied van vergifnis, maak die volgende belangrike opmerking:

> *"To 'forgive' is, in the English language, an extended, expanded, strengthened form of the verb to give. By intensifying the verb we speak of giving at it's deepest level, of self-giving, of giving forth and giving up deeply held parts of self."*

Deur vergifnis gee die emosioneel verwonde sy reg tot wraak, perfektheid en geregtigheid prys en open as't ware die deur tot vryheid van die verlede asook 'n openheid ten opsigte van die toekoms (Stoop, 2005:20). Vergifnis word ook beskryf as die aksie "waardeur 'n persoon sy reg om terug seer te maak, prysgee" (Pingleton, 1989:27).

Hierdie siening sou aansluit by dié van Vitz en Mango (1997:72 – sien hoofstuk 1), asook Enright en Fitzgibbons. Enright en Fitzgibbons (2000:29) beskryf vergifnis soos volg:

> *"People, upon rationally determining that they have been unfairly treated, forgive when they wilfully abandon resentment and related responses (to which they have a right), and endeavor to respond to the wrongdoer based on the moral principle of beneficence, which may include compassion, unconditional worth, generosity, and moral love (to which the wrongdoer, by nature of the hurtful act or acts, has no right)."*

Vergifnis word daarmee as't ware 'n paradoks (Hope, 1987:240), want die verontregte tree anders op teenoor 'n persoon wat onregmatig teenoor hom opgetree het.

Vergifnis kan nie net as 'n geïsoleerde term beskou word nie. Wanneer vergifnis geadresseer word, is daar ook verskeie emosies, gesindhede en aksies ter sprake (Lotter, 1987:11; Brannan, 2005:145). Worthington (2003:42) maak dit duidelik dat die vergifnis wat nodig is vir 'n persoon om waarlik te kan vergewe, *emosionele vergifnis* is. Emosies soos onvergewensgesindheid en bitterheid sal in hierdie opsig byvoorbeeld groot blokkasies wees in 'n emosioneel verwonde persoon se herstelproses (Payne, 1994:81; MacNutt, 2001:172).

DiBlasio (1998:78) beskou vergifnis as 'n wilsbesluit wat die slagoffer moet neem om te laat gaan of om vas te hou. Deur vergifnis só te beskou, kan slagoffers 'n skeiding maak tussen hul negatiewe gedagtes van afkeur en bitterheid en hul seer of pyn.

Vir die emosioneel getraumatiseerde persoon se herstel is dit nodig dat 'n bewustelike keuse gemaak moet word om te vergewe (Minirth & Meier, 2007:154). In hierdie verband kan daar aansluiting gevind word by Wicks en Parsons (1993:483) wat verklaar dat vergifnis feitlik altyd noodsaaklik is ten einde uiteindelik emosionele genesing te verkry. Richardson (2005:151) beklemtoon hierdie selfde aspek wanneer hy verklaar dat "... *forgiveness lies at the heart of most true healing.*" Waar die wonde van die lewe

diep lê, kan die salf van vergifnis genesing bring (Van der Watt, 1998:7). Vergifnis is 'n krag wat genees en bou, terwyl "onvergifnis" verdeel en vernietig (Aponte, 1998:39). Om te vergewe, impliseer gevolglik vrede en vryheid in 'n individu se hart, en liefde en openheid in verhoudings.

Dit sou egter kortsigtig wees om te beweer dat vergifnis die antwoord is op alle vrae van persone met emosionele pyn. Tog vind daar oor die algemeen reuseveranderings plaas in emosioneel verwonde persone se lewens wat die besluit geneem het om te vergewe (Enright, 2002:6). Die persoon wat vergewe, is in staat om uiteindelik vryheid, vrede, gesondheid en 'n groei in verhoudinge te ervaar (Worthington, 2003:26). Daarom dat daar met sekerheid gekonstateer kan word dat vergifnis 'n belangrike element in 'n emosioneel verwonde persoon se heelwording is.

4.7.2 Voordele van vergifnis

Die motivering van 'n verwonde om te vergewe, moet in die eerste plek wees om sy eie pyn en seer te stop (Enright, 2002:75). So 'n persoon wil aangaan met sy lewe en daar is 'n begeerte dat daar persoonlike genesing en vryheid kan wees. Hierdie siening van vergifnis is gebaseer op selfbeskerming: " *Ek sal jou vergewe, want ek gaan nie toelaat dat jou oortredings my verder seermaak nie.*" Vergifnis kan ook gesien word as 'n manier waarop die vergewer beter kan voel, of ook as 'n manier om emosionele bagasie af te laai (Hope, 1987:242). Brannan (2005:146) wys ook op die verhoudingsvoordeel wat vergifnis kan bring – dit bevorder die moontlikheid van herstelde verhoudings. Wanneer vergifnis gegee word, maak dit altyd die moontlikheid oop vir groter vertroue en intimiteit (Stoop, 2005:136).

Wanneer die slagoffer vergewe, verkry hulle beheer oor hulself en die situasie. McCullough *et al.* (1997:201) verwoord dit soos volg:

> *"For those people who forgave from the heart, their sense of personal power increased over time. They felt more in control of their personal decisions, finances, feelings, and responses to the offender."*

Vergifnis herstel ook die oortuiging by so 'n persoon dat hy voortaan 'n groter mate van beheer het oor wat in sy lewe gebeur.

Enright (2002:14) verwys in hierdie verband na navorsing wat bevind het dat ware vergifnis tot 'n algemene verbetering van 'n persoon se emosionele volwassenheid lei. 'n Persoon wat vergewe, sal ook in die proses as persoon groei. So 'n persoon kan selfs weer die vermoë ontwikkel om te waag, om vir ander om te gee en om selfs vir ander lief te wees. Enright (2002:13) wys ook op die potensiële faktor van 'n moontlike gesondheidsvoordeel. Hy wys na navorsing wat bevind het dat persone wat 'n verskeidenheid psigologiese simptome ervaar het, óf genesing as gevolg van vergifnis ondervind het, óf ten minste 'n verligting van simptome agterna ervaar het (Enright, 2002:15).

4.7.3 Proses van vergifnis

4.7.3.1 Enright se prosesmodel

Robert Enright is verbonde aan die Universiteit van Wisconsin se Departement van Opvoedkundige Sielkunde. Die afgelope 13 jaar doen hy en sy kollegas al navorsing oor die tema van vergifnis (Enright & Reed, 2007:1). Enright (2007:1) lei ook 'n finansieringsveldtog vir vergifnisnavorsing in 46 navorsingsprojekte wat oor die effek van vergifnis handel. Enright se navorsing en onderrig oor vergifnis as 'n *psychological health intervention* het tot die ontwikkeling van 'n prosesmodel vir interpersoonlike vergifnis gelei (Enright & Reed, 2007:1). Hierdie model het 'n reeks van 20 stappe wat in vier duidelike fases georganiseer is. Vergifnis is nie die antwoord op alle emosionele

pyn nie; tog vind daar oor die algemeen veranderings plaas in die lewens van persone wat besluit het om wel te vergewe (Enright, 2002:6).

Een van die belangrike aspekte van vergifnis is dat dit 'n proses is wat gevolg moet word (Enright, 2002:11; Enright & Reed, 2007:1). Aangesien persone nie op dieselfde manier vergewe nie, is die proses nie 'n rigiede opeenvolging van stappe wat te alle tye gevolg moet word nie. Daarom gaan sekere persone moontlik al die stappe en ander net sommige van die stappe deurwerk (Enright & Reed, 2007:1). Wanneer Enright (2007:1) riglyne rondom die proses van vergifnis aan die orde stel, maak hy dit duidelik dat die proses van vergifnis nie uit *stappe* as sodanig bestaan nie, maar dat dit eerder wegwysers (*guideposts*) is waardeur 'n persoon moet beweeg. In hierdie proses moet persone eers hulle eie gevoelens verstaan en erken voordat daar oorgegaan kan word tot 'n konkrete aksie om te vergewe (Enright, 2002:11). Vir Enright (2002:24) begin vergifnis dus daar waar die slagoffer besef dat hy seergekry het en dat hy daarop geregtig is om seer, kwaad en verwerp te voel.

Die volgende *wegwysers* tot vergifnis word deur Enright (2007:1) aan die orde gestel:

- **Fase 1: Identifiseer die woede**
  - Het die persoon sy woede vierkantig in die oë gekyk?
  - Is die persoon bang om sy woede en skuld te ontbloot?
  - Het die woede so 'n persoon se gesondheid beïnvloed?
  - Is die persoon obsessief met die seer of met die oortreder wat die pyn veroorsaak het?
  - Vergelyk die persoon sy omstandighede met dié van die oortreder?
  - Het die seerkry die persoon se lewe of beskouing van die wêreld verander?

- **Fase 2: Besluit om te vergewe**
  - Besluit dat dít wat tot nou toe gedoen is, nie gewerk het nie.

- Wees gewillig om met die vergifnisproses te begin.
- Besluit om te vergewe.

- **Fase 3: Werk aan vergifnis**

  Die verwonde moet:

  - Werk na vergifnis toe.
  - Werk na medelye toe.
  - Sy eie pyn erken.
  - 'n Daad van goedhartigheid aan die oortreder bewys, of sy eie keuse om te vergewe, eer.

- **Fase 4: Ontdek vryheid betreffende die emosionele gebondenheid**

  Die emosioneel verwonde ...

  1 Ontdek die betekenis van lyding.
  2 Moet sy eie behoefte aan vergifnis ontdek.
  3 Moet ontdek dat hy nie alleen is nie.
  4 Ontdek die doel van die lewe.
  5 Moet die vryheid van vergifnis ontdek.

Tydens die eerste fase van identifisering (*uncovering*) raak die persoon bewus van die emosionele pyn wat die gevolg van 'n onregverdige daad was (Enright & Reed, 2007:1). Woede en selfs haat is kenmerkende gevoelens wat in hierdie fase aanwesig kan wees. Indien hierdie negatiewe emosies gekonfronteer word en die pyn eerlik verstaan word, kan sodanige persone emosionele skommelinge ervaar. 'n Belangrike oorweging in hierdie fase is die keuse wat gemaak moet word tussen die hoeveelheid energie wat bestee gaan word aan die woede enersyds, en andersyds om nog steeds effektief as mens te funksioneer. Alhoewel hierdie 'n pynlike proses is, kan genesing net begin as die woede en ander negatiewe emosies in die ope gebring word.

Fase twee is die keusefase (Enright & Reed, 2007:1). Die emosioneel verwonde moet besef dat om op die pyn en die oortreder te fokus, net verdere onnodige pyn kan voortbring. Daarom moet so 'n persoon besef dat daar 'n verandering by homself moet plaasvind sodat genesing kan begin. Die slagoffer neem vervolgens 'n doelbewuste keuse om die oortreder wat hom soveel pyn veroorsaak het, te vergewe. Volledige vergifnis het nog nie gerealiseer nie, maar die verwonde het besluit om die aanvanklike stappe in die rigting van vergifnis te neem. 'n Belangrike stap op hierdie punt is om enige negatiewe gedagtes, gevoelens of intensies van wraak teenoor die oortreder te laat vaar (Enright & Reed, 2007:1). Vergifnis vereis dus dat die verwonde sy reg tot woede en haat sal prysgee (Enright, 2002:25).

Tydens die derde fase - wat die werksfase is - het die persoon nodig om konkrete stappe te neem om sy vergifnis te laat realiseer. In hierdie fase kan die verwonde moontlik anders begin dink oor die oortreder. Die doel hiervan is nie om die oortreder te verskoon van dit wat hy gedoen het nie, maar eerder om die oortreder as mens en sy omstandighede beter te verstaan. Dikwels lei hierdie beter verstaan na 'n empatie en medelye teenoor die oortreder. Hierdie fase sluit ook die hart van vergifnis in, naamlik om die pyn te aanvaar wat die oortreder teweeggebring het (Enright & Reed, 2007:1). Dit moet nie verstaan word asof die persoon die pyn verdien het nie, maar eerder dat die persoon die pyn wat onregverdig toegedien is, sal verduur. In die proses om die pyn te verduur, kies die persoon om nie die pyn aan ander, insluitende die oortreder, oor te dra nie. Dit is juis hier waar dit 'n uitdaging is om wel die goeie te doen. Wanneer iemand daarin kan slaag om werklik te vergewe, begin negatiewe gevoelens, gedagtes en optredes teenoor die oortreder stelselmatig af te plat. Die persoon kan nou gereed wees om welwillendheid, positiewe gevoelens, gedagtes en optredes teenoor die oortreder te begin bewys (Enright, 2002:34). Die welwillendheid kan versoening insluit, of ook nie. Terwyl welwillendheid gewys word, moet die huidige kwessies soos vertroue en veiligheid in die verhouding tussen die slagoffer en oortreder in ag geneem word.

Tydens die vierde fase (vrywordingsfase) begin die emosioneel verwonde ontdek dat hy emosionele verligting ervaar as gevolg van die proses om die oortreder te vergewe (Enright & Reed, 2007:1). Die verwonde kan selfs begin om 'n mate van betekenis te ervaar in die lyding wat beleef is. Die emosionele verligting en die nuutontdekte betekenis mag selfs lei tot 'n verhoogde medelye teenoor andere, asook die oortreder self. Die persoon mag selfs 'n nuwe doel in die lewe ontdek, asook 'n aktiewe omgee vir die gemeenskap ontwikkel. In hierdie hele proses ontdek die vergewer die paradoks van vergifnis: soos wat die gawes van genade, welwillendheid en morele liefde aan die oortreder bewys word, ontvang die persoon self genesing.

Enright (2002:80) beklemtoon baie sterk dat 'n proses soos hierdie eintlik gefasiliteer en begelei moet word deur iemand wat deur die slagoffer vertrou kan word. Hierdie begeleier moet iemand wees met volle begrip vir die situasie, asook iemand wat voortdurend as klankbord kan dien tydens die hele proses.

4.7.3.2 Worthington se REACH model

Worthington (2006:33) het twee tipes ervarings van individuele vergifnis geïdentifiseer, naamlik 'n keusemakende (*decisional*) vergifnis en 'n emosionele (*emotional*) vergifnis. Die eerste manier is wanneer vergifnis slegs 'n rasionele keuse is wat die persoon uitoefen en wat bloot impliseer dat so 'n persoon slegs sy gedrag verander. Hierdie tipe vergifnis is dikwels gewortel in 'n etiese raamwerk wat van die persoon vereis om te vergewe. Die tweede manier van vergifnis hou verband met emosionele vergifnis wat op 'n baie dieper vlak lê. 'n Persoon se emosies is veel meer as wat hy voel - dit sluit ook so 'n persoon se gedagtes, herinneringe, assosiasies, hormone, neurochemikalieë en "terugvoering" vanaf die spierstelsel in. Emosionele vergifnis is 'n proses waar negatiewe, onvergewensgesinde emosies met positiewe emosies, soos empatie, simpatie, liefde, vervang word. Hierdie veranderende emosies word met veranderende motiverings verbind, wat die keuse om te vergewe weer kan versterk. Worthington werk hoofsaaklik

met emosionele vergifnis. Voordat hy 'n persoon help om te kan vergewe, word daar ook seker gemaak die persoon weet wat die verskil tussen *keusemakende* vergifnis en *emosionele* vergifnis is.

Worthington (2003:73-74; 2005:126-131) se vergifnismodel staan bekend as die 'REACH'- model. Elke letter in 'REACH' dui 'n faset van die vergifnisproses aan:

- ***Recall* (Herroep die seer)**

  Wanneer 'n persoon pyn ervaar, probeer hy normaalweg homself teen verdere pyn en seer beskerm. Dit gebeur gewoonlik deur die pyn te ontken. Saam met die aksie van die herroeping van die seer - waarom dit hier gaan - moet die persoon aangemoedig word om eerstens die pyn so objektief as moontlik weer in herinnering te roep. Ten einde dit reg te kry, moet die emosioneel verwonde die gebeurtenis/ervaring so volledig moontlik beskryf. Tydens hierdie fase moet die persoon ook aandui in watter mate daar moontlik onvergewensgesindheid ontwikkel het. Vrae moet gevra word oor watter emosies die persoon in die begin ervaar het en hoe hy tot nou toe die gebeurtenis asook die emosies probeer hanteer het.

  Die berader moet ook die *injustice gap* aan die emosioneel verwonde verduidelik (vgl. Worthington *et al.*, 2006:35). Hierdie gaping is die verskil tussen enersyds hoe 'n persoon die oortreding hanteer wil hê (*desired outcome*) en andersyds die persoon se perspektief van hoe dinge tans daarna uitsien (*current outcome*). Persone moet gelei word om te poog om hierdie gaping te verklein ten einde hulle onvergewensgesindheid te verminder. Maniere waarop die huidige situasie verbeter kan word, sluit in 1) die ontvang van 'n apologie of restitusie; 2) meer begrip vir die oortreder; en 3) die soeke na wetlike of goddelike geregtigheid.

- ***Empathy* (Empatie)**

  Om die oortreder te vergewe, moet die slagoffer negatiewe, onvergewensgesinde emosies na minder negatiewe en meer positiewe emosies verander. Indien die slagoffer simpatie, 'n mate van empatie, medelye of selfs liefde teenoor die slagoffer kan toon, kan dit meewerk tot die afplatting van gevoelens van onvergewensgesindheid. Volgens Worthington sal sodanige persone selfs in staat wees om gaandeweg al meer positiewe gevoelens teenoor die oortreder te toon. Om empatie te betoon, behels verder om die saak van die ander persoon se kant af te benader. In die vergewingsproses moet die slagoffer ook probeer beleef wat die oortreder beleef en probeer verstaan wat in die oortreder se lewe aangaan.

  Om te probeer beleef wat die oortreder beleef het, gee Worthington huiswerk aan die slagoffer: hy moet die oortreding neerskryf asof hý die oortreder is. Hierdie skrywe moet die moontlike gedagtes, gevoelens en motivering ten opsigte van die oortreding insluit.

  Die emosioneel verwonde moet nie net empatie met die oortreder hê nie, maar ook simpatie en medelye. Simpatie is om jammer te voel vir die oortreder. Medelye is empatie plus simpatie, plus 'n motivering om iets vir die persoon te doen. Worthington vra dan ook die persone om "*agape*"-liefde teenoor die oortreder te betoon. Hierdie liefde word gemotiveer deur Christus se gebod om jou vyande lief te hê (Matt 5:44; Luk 6:27-28) en om jou broer lief te hê (1 Joh 4:20-21). Hoe hierdie liefde teenoor 'n mens se vyande moet lyk, moet met die slagoffer bespreek word.

- ***Altruistic gift* (Onbaatsugtige gawe)**

  Dit gaan in hierdie moment daarom dat die vergewer ter wille van die ander persoon (die oortreder) sal vergewe. Die herbelewenis van die gevoel van vergifnis ten opsigte van sy eie skuld voor God, help die persoon om andere te vergewe.

- ***Commit publicly*** **(Verbind openlik)**

  Die vergewer moet sy bereidheid om die oortreder te vergewe openlik met iemand anders deel. Dit sal die vergewer help om te onthou dat hy vergewe het.

  Verder stel Worthington *et al.* (2000:16) ook voor dat persone hulself simbolies moet verbind aan vergifnis en wel op die volgende moontlike maniere:

  - Verbaliseer die vergifnis wat hulle ervaar het nadat vergifnis gegee is.
  - Brei uit oor die gevoelens wat met die vergifnis gepaard gegaan het.
  - Ontwerp 'n "Sertifikaat van Vergifnis" waarop verklaar word dat op daardie spesifieke dag die oortreder vergewe is.
  - Skryf 'n brief en lees dit hardop voor. Verbrand dit dan of pos dit.
  - Tel 'n klip op en laat dit val. Dit simboliseer die opgee van die gewig van onvergewensgesindheid.

  Ander simboliese verbintenisse tot vergifnis kan die volgende insluit (Worthington, 2003:137-138):

  - Die persoon kan sy hande was as simbool van vergifnis.
  - Teken simbolies 'n kruis oor die seer as bevestiging van die vergifnis.
  - Indien die persoon nie self kan vergewe nie, kan so 'n persoon die handpalms na bo rig, vergifnis van God ontvang, en dit dan simbolies aan die oortreder gee.

- ***Hold on to forgiveness*** **(Hou aan die vergifnis vas)**

  Daar gaan tye kom dat die persoon twyfel of hy waarlik vergewe het. Dan moet die persoon vashou aan die feit dat vergifnis daadwerklik en konkreet gegee is. Onvergewensgesindheid kan na vore kom indien die persoon aanhoudend oor die gebeure nadink. Daarom moet so 'n persoon begin om positiewe gedagtes oor die oortreder te dink of om ander dinge te doen in die plek van negatiewe gedagtes.

Ten einde die hele proses van vergifnis op die langtermyn in stand te kan hou en te kan handhaaf, stel Worthington (2003:149) ook nog die volgende riglyne voor:

- Daar moet 'n besef wees dat die pyn van 'n emosionele wond wat onthou word, nie vanweë die vergifnis is nie.
- Die persoon moet nie op negatiewe emosies fokus nie.
- Die persoon moet homself gereeld herinner dat vergifnis gegee is.
- Die persoon moet by 'n vriend of eggenoot bevestiging soek dat vergifnis gegee is.
- Die persoon moet met behulp van die aantekeninge wat gemaak is homself herinner dat vergifnis gegee is.
- Gaan weer deur al die stappe aan die hand van die "REACH"-model.

4.7.3.3 Stoop en Masteller

Stoop en Masteller (1996:169-179) stel die volgende stappe voor rakende die proses van vergifnis:

- **Erken die seerkry**

Die proses van heelwording begin wanneer die emosioneel verwonde persoon eerlik is oor die pyn en verwonding wat hom aangedoen is. Om die feite in die oë te kyk, moet die verwonde persoon die volgende vrae vra:

1 Wat het presies gebeur?
2 Wie is verantwoordelik daarvoor?
3 Watter effek het dit op die persoon gehad?

Wanneer daar na die feite gekyk word, is dit belangrik om spesifiek oor die gebeure en gepaardgaande gevolge te wees. Die klem moet hier op die *oorsaak* van die persoon se pyn en seerkry val. Om die verlede te onthou, is daarom die eerste kritiese stap om uiteindelik vrede met die verlede te maak.

- **Identifiseer die emosies wat betrokke was**

Namate die persoon van die pynlike insidente bewus raak, moet so 'n persoon ook probeer om die emosies wat aan die insidente gekoppel was, te identifiseer. Die emosies

wat 'n persoon met pyn uit die verlede assosieer, sal oor die algemeen 'n kombinasie wees van dít wat in die oorspronklike situasie beleef is en dít wat die persoon tans beleef. Volgens Stoop en Masteller sal daar veral drie tipes oorheersende emosies wees, naamlik vrees, skuld/skaamte en woede.

- **Gee uitdrukking aan die seer en woede**

Dit is belangrik om nie net die gevoelens te identifiseer nie, maar ook om uitdrukking daaraan te gee. Die term om *uitdrukking daaraan te gee,* bevat iets van die betekenis van *"to press something out, like squeezing the juice from a lemon."* Om uitdrukking te gee aan destruktiewe emosies is belangrik, aangesien hierdie emosies uit so 'n persoon se sisteem verwyder word en die emosionele vergiftigingsproses dan ook getermineer word.

Van die konkrete maniere wat voorgestel word om uitdrukking te gee aan emosies, is om byvoorbeeld hieroor te praat of om die gevoelens op skrif te stel. Die doel hiervan is dat so 'n persoon duidelikheid sal kry oor sy gevoelens en emosies.

- **Stel grense ter wille van eie beskerming**

Grense is beperkinge wat daargestel word. Namate daar deur die proses van vergifnis gewerk word, is dit dikwels nodig om nuwe grense daar te stel. Grense kan help sodat die emosioneel verwonde persoon vir homself *"spasie"* (ruimte) gee terwyl daar aan spesifieke probleme gewerk word. Hierdie grense het dikwels te doen met die wyse waarop die persoon in verhouding tot andere staan, of die wyse waarop die persoon ander toelaat om tot hom in 'n verhouding te staan.

In baie gevalle gaan die daarstel van grense impliseer dat só 'n persoon fisies diegene sal moet vermy wat 'n hindernis in hul heelwording kan wees – hetsy vir 'n sekere tyd of permanent. Die meeste mense ervaar dat sommige grense slegs tydelik is. Dit gee aan hulle die tyd om deur spesifieke probleme te werk. Ander grense verkry egter 'n permanente karakter en help gewoonlik met die vestiging van permanente veranderings.

- **Kanselleer die skuld**

Die volgende stap is om die oortreder te vergewe – *"to cancel the debt."* Stoop en Masteller (1996:178) noem dat dit help as die daad van vergifnis 'n konkrete vorm aanneem, byvoorbeeld om 'n persoon se naam op 'n papier te skryf en dan die papier te verbrand. Met dié daad sal die emosioneel verwonde weet dat die verkeerde van die verlede afgeskryf en verby is.

- **Oorweeg die moontlikheid van versoening**

Vergifnis is in 'n sekere sin eensydig (*unilateral*). Dit is iets wat 'n persoon heeltemal op sy eie kan doen sonder dat die ander party daaraan meedoen of selfs daarvan bewus is. Versoening verskil egter in dié opsig dat indien twee persone wat van mekaar vervreemd was, versoen gaan word, albei betrokke moet wees. Die hoofdoel van vergifnis is by uitstek versoening, maar dit is nie altyd moontlik nie.

4.8 KONJUNKTIEWE EN DISJUNKTIEWE VERGIFNIS

Berecz (2001:253) beskryf twee tipes vergifnis, naamlik konjunktiewe en disjunktiewe vergifnis. Konjunktiewe vergifnis sluit versoening tussen twee partye in. Berecz (2001:253) argumenteer egter dat versoening nie altyd moontlik en altyd wenslik is nie (vgl. ook die studie van Helm *et al.*, 2005:32). In gevalle waar seksuele misbruik voorgekom het, is dit dikwels noodsaaklik dat daar 'n *"disconnection"* tussen die slagoffer en oortreder sal plaasvind sodat heling kan begin (Berecz, 2001:253). Disjunktiewe vergifnis is ook nie afhanklik van gevoelens van berou of empatie van die kant van die oortreder nie (Helm *et al.*,2005:26).

Berecz (2001:253) maak dit duidelik dat disjunktiewe vergifnis nie noodwendig kwytskelding is nie. Hierdie perspektief is belangrik vir die slagoffer van seksuele misbruik wat in die proses van vergifnis is, maar steeds daarop aandring dat die oortreder wetlik vervolg moet word. Disjunktiewe vergifnis plaas nie die verpligting op die

slagoffer tot "emosionele nabyheid" met die oortreder nie, aangesien dit die verdere verpligting tot toekomstige versoening kan impliseer – iets wat op hierdie stadium vir die slagoffer ondenkbaar kan wees. Hierdie tipe vergifnisstyl help egter die slagoffer om wel sy bitterheid agter te laat (Helm *et al.* 2005:27). In hierdie opsig is disjunktiewe vergifnis dus 'n belangrike instrument om byvoorbeeld slagoffers van seksuele misbruik te help om met die helingsproses te begin sonder om hulle te forseer om in 'n onrealistiese en ongemaklike versoeningspoging met die misbruiker te staan te kom.

4.9 WANNEER MOET VERGIFNIS PLAASVIND?

McMinn (1996:211) maak dit duidelik dat die proses van vergifnis nie oorhaastig afgejaag moet word nie. Indien dit wel die geval sou wees, toon die berader 'n gebrek aan insig en kan moontlik ook 'n gebrek aan empatie en verstaan kommunikeer. Worthington *et al.* (2000:18) kom na aanleiding van empiriese studies ook tot die gevolgtrekking dat vergifnis in die meeste gevalle tyd neem:

> *"The main conclusion from these efforts is that anything done to promote forgiveness has little impact unless substantial time is spent at helping participants think through and emotionally experience their forgiveness."*

Vir Retief (2004:158) is dit baie duidelik: vergifnis is die laaste onontbeerlike stap in die genesingsproses. DiBlasio (1998:78) sluit ook hierby aan as hy aandui dat die literatuur daarop wys dat vergifnis 'n proses is wat tyd en emosionele gereedheid vereis. Hy wys egter daarop dat in sekere gevalle waar emosies baie intens is en die omstandighede ook uiters kritiek is, soos by 'n sterfbed, persone wel die kapasiteit het om vinnig te kan vergewe.

4.10 AS DAAR NIE VERGIFNIS IS NIE

'n Persoon se onvermoë om te kan vergewe, kan per geleentheid verband hou met 'n mengsel van verskillende emosies, soos verwerping, vyandigheid, haat, bitterheid, woede en lae vlakke van vrees (Worthington, 2003:31). Na 'n tydsverloop waarin die persoon kon nadink oor die seer en onreg wat plaasgevind het, kan hy 'n keuse maak om nie te vergewe nie. Persone wat nie vergewe nie, word dikwels gevangenes van emosies soos haat en woede.

Indien iemand 'n keuse maak om nie te vergewe nie, kan dit destruktief op so 'n persoon inwerk. As hy nie vergewe nie, word die emosioneel verwonde dan self die gevangene van sy emosies, soos haat en woede. Enright (2002:18) beskryf dit as volg:

> *"Our hatred affects us emotionally more than it affects the one who hurt us."*

Verdere gevolge is deur verskeie navorsers gedokumenteer en sluit die volgende in:

Serotonien- en norepinefrienvlakke sal uitgeput raak indien haatgedagtes te lank te hoog bly (Minirth & Meier, 2007:153). Dit kan weer depressie tot gevolg hê. Wanneer emosies soos bitterheid en haatdraendheid onderliggend lê by die individu, kan dit ook lei tot 'n inflammatoriese outoïmmune siekte, soos rumatoïede artritis (Colbert, 2003:28; Orr & Patient, 2004:45; Schedlowski & Tewes, 1999:510). Vrees en bekommernis kan ook versteurings van die laer spysverteringskanaal veroorsaak (Hemfelt *et al.*, 2006:222). Onderdrukte woede kan verder die liggaam se immuunstelsel benadeel. Hemfelt *et al.* (2006:213) verwys daarna as "*geestelike gif.*" Onderdrukte woede en bitterheid kan so 'n persoon se weerstand teen infeksies verminder wat gevolglik lei tot 'n kwesbaarheid ten opsigte van sekere soorte kanker (Hemfelt *et al.*, 2006:222; Sheridan en Radmacher, 1992:276). Hemfelt *et al.* (2006:213) haal navorsing aan wat bevestig dat daar by talle kankerpasiënte benewens hul gesondheidsprobleme ook ernstige, diepliggende pyn en wrok voorkom. Coetzer (1994:105) dui ook in sy navorsing aan dat emosies soos onvergewensgesindheid, bitterheid, wrok en haat in sekere gevalle 'n rol kan speel met

betrekking tot die ontwikkeling van kanker. Colbert (2003:39) wys op verskeie studies wat toon dat vyandiggesinde mense geneig is om hul emosies te onderdruk of te begrawe en dat dit aanleiding kan gee tot onder andere koronêre hartsiektes. Daar kan dus in sekere gevalle 'n verband wees tussen enersyds innerlike opstand en woede en andersyds sekere hartsiektes.

Die persoon wat moet vergewe, beskik dus oor die sleutel waarmee die deur na sy eie vryheid oopgesluit kan word. Daarom moet beradenes aangemoedig word om tot die daad van vergifnis oor te gaan. Wanneer die emosioneel verwonde sy oortreder kan vergewe, is die ervaring van vryheid, vrede en groei in verhoudings dikwels deel van die uitvloeisels van vergifnis. Volgens Worthington (2003:39) is die kanse ook groot dat so 'n persoon in die algemeen gesonder sal wees.

Uit die bestudering van die onderskeie modelle wat aan die orde gestel is, kan die volgende gevolgtrekkings gemaak word:

- Seamands (2003:132; vgl. 3.12.3), Enright (2002:11), Worthington (2003:73) sowel as Stoop en Masteller (1996:169) maak dit duidelik dat vergifnis 'n proses is.
- In al hierdie modelle moet die slagoffer eers sy eie gevoelens verstaan en erken voordat daar oorgegaan kan word na 'n konkrete aksie om te vergewe. Aan hierdie twee vertrekpunte sal dus pertinent aandag geskenk moet word by die formulering van 'n eie model vir vergifnis. Volgens navorser is dit ook belangrik vir die emosioneel verwonde om die proses van vergifnis te verstaan voordat oorgegaan kan word na die aksie van vergifnis. Alhoewel Enright (2002:11) en Worthington (2003:73) se modelle sekerlik bruikbaar is en belangrike stof bied, vind navorser eerder aanklank by die modelle van Seamands (2003:132) en Stoop en Masteller (1996:169). Hierdie is modelle wat maklik verstaanbaar en maklik bruikbaar is in die praktyk. Indien al die tersaaklike perspektiewe vanuit die verskillende modelle egter gekombineer word, kan 'n voorlopige model vir vergifnis geformuleer word wat bestaan uit die volgende 3 fases en 9 stappe:

- Fase 1 - **Voorbereiding tot vergifnis:**

    1. ***Vergifnis moet verstaan word***
    2. ***Erken dat vergifnis nodig is***
    3. ***Identifiseer die emosies wat betrokke was***
    4. ***Konfronteer die haat***

- **Fase 2 - Die hart van vergifnis:**

    5. ***Deurleef die pyn***
    6. ***Stel grense ter wille van eie beskerming***
    7. ***Spreek die oortreder vry***

- **Fase 3 - Om van vooraf te begin:**

    8. ***Aanvaar verantwoordelikheid***
    9. ***Die begeerte na versoening***

Op hierdie model sal daar in hoofstuk 6 (praktykteorie) verder uitgebrei word.

4.11 GEVOLGTREKKINGS

- Traumatiese ervarings veroorsaak pyn en verwonding. Dit gee ook aanleiding tot sekere emosies, soos woede, angs, vrees, haat en skuldgevoelens wat destruktief op so 'n getraumatiseerde kan inwerk. In die herstelproses moet daar vervolgens aandag geskenk word aan die emosies wat die emosioneel verwonde ervaar.
- In die kern van elke traumatiese ervaring is daar 'n element van verlies. Belangrike verliese kan lei tot oorweldigende negatiewe emosies, ontwrigting van so 'n persoon se lewe asook langtermynprobleme om die verlies te verwerk. Rou is 'n natuurlike helingsproses wat ná so 'n verlies volg.

- Navorsers soos Kübler-Ross en Kessler, Rando, Wright, Hemfelt, Minirth en Meier sien rou as fases of stappe waardeur beweeg moet word. Zonnebelt-Smeenge en De Vries (2006:11) gebruik vier boustene (*constructs*) as basis om persone te help om deur rou te werk.
- Na die verlies van 'n geliefde is daar ook sekere treurtake wat deurgewerk moet word alvorens die treurproses voltooi is.
- Indien die traumatiese gebeurtenis nie hanteer word nie, sal dit 'n invloed bly uitoefen op die emosioneel verwonde, sowel as op die verhoudings en lewens van diegene ná aan so 'n persoon. Deur middel van vergifnis kan so 'n persoon effektief met die verlede deel. Die rouproses moet egter eers voltooi wees voordat daar tot vergifnis oorgegaan kan word.
- Vergifnis hou verband met die wyse waarop die emosioneel verwonde persoon die gebeure van die verlede hanteer. Vergifnis begin in die mens se denke, maar dit moet ook 'n persoon se emosies insluit.
- Navorsers soos Enright, Worthington, Stoop en Masteller gee 'n georganiseerde struktuur wat gebruik kan word om mense te help om andere te vergewe.
- Indien 'n persoon 'n keuse maak om nie te vergewe nie, kan dit destruktief op so 'n persoon inwerk.
- Vergifnis is 'n proses wat tyd en emosionele gereedheid vereis.
- Konjunktiewe vergifnis sluit versoening tussen twee partye in, terwyl disjunktiewe vergifnis dit nie noodwendig insluit nie.

HOOFSTUK 5

EVALUERING VAN DIE RESULTATE VAN 'N EMPIRIESE ONDERSOEK

5.1 INLEIDING

Volgens De Vos *et al.* (2006:262) verskaf teorie 'n verduideliking vir verskynsels. Vir sinvolle teorievorming is empiriese navorsing noodsaaklik. Louw (1993:67) toon dat "empirie" eksistensiële houdinge, refleksie, gesindhede, norme, waardes, situasies, kwaliteite, uitwerkinge en handelinge insluit. Empiriese navorsing hou verband met die aktiwiteit waarmee 'n mens besig is wanneer jy noukeurig en sistematies te werk gaan om 'n probleem op te los (Dreyer, 1991:229). Geesteswetenskaplike navorsing word deur Mouton en Marais (1992:7) beskryf as 'n gemeenskaplike menslike aktiwiteit waardeur 'n bepaalde verskynsel in die werklikheid op 'n objektiewe wyse bestudeer word ten einde 'n geldige begrip van die verskynsel daar te stel. Van belang hier is De Vos *et al.* (2006:41) se definisie van navorsing:

> *"Social science research is the systematic, controlled, empirical and critical investigation of social phenomena, guided by theory and hypotheses about the presumed relations between such phenomena."*

In hierdie hoofstuk word die empiriese proses wat vir hierdie navorsing gebruik is, verduidelik. Hiermee saam sal die empiriese data ook geïnterpreteer word om te sien watter rol die prosesse van rou en vergifnis op die emosioneel verwonde persoon het.

5.2 DOELSTELLING

De Vos *et al.* (2006:45) wys daarop dat die navorsingsproses moet verseker dat kennis opgebou word sodat daar 'n basis is waarvan gewerk kan word. In die lig hiervan is die doel van die empiriese ondersoek in hierdie studie om op 'n wetenskaplike wyse ondersoek in te stel na die proses van rou en die proses van vergifnis by emosioneel verwonde persone. Daar sal onder andere dan ook gepoog word om sommige van die oorsaaklike verbande tussen trauma en onvergewensgesindheid te probeer begryp. Die gevolgtrekkings wat gemaak word op grond van die navorsing, kan bydra om uiteindelik praktykteoretiese riglyne te formuleer waarvolgens emosioneel verwonde persone meer efffektief tot heelheid begelei kan word.

5.3 METODOLOGIESE VERANTWOORDING

Sinvolle teorievorming is van empiriese ondersoeke afhanklik (Heyns & Pieterse, 1990:21). Deur middel van 'n empiriese ondersoek word die praktyk en situasie ontleed waarvoor 'n nuwe praktykteorie daargestel word (Venter, 1996:89). Heyns en Pieterse (1990:21) wys daarop dat met "empiriese ondersoeke" 'n analise van die praktyk deur die versamel, beskryf en bywerk van empiriese gegewens bedoel word. Dit gaan dus in die eerste plek nie soseer om die beoefening van die praktyk nie, maar om die nadink of besinning oor die praktyk (Heyns & Pieterse, 1990:24).

Onderhoude is die *"... predominant mode of data or information collection"* in kwalitatiewe navorsing (De Vos *et al.,* 2006:287). Onderhoude word deur Henning (2004:79) as "kommunikatiewe gebeure" bekryf wat daarop gerig is om uit te vind wat die deelnemers dink, weet en voel. Onderhoude kan ook beskryf word as 'n ontmoeting tussen mense in 'n poging om groter begrip vir mekaar te hê (Silverman, 2001:92).

‘n Gevallestudie, volgens Wester (1995:40), is gerig op die diagnose of evaluering van ‘n spesifieke situasie. Die ondersoek is dus gerig op ‘n konkrete ondersoekgeval wat hanteer word volgens uitgewerkte teoretiese en substantiewe insigte.

Die empiriese ondersoek van hierdie studie is gedoen aan die hand van ‘n kwalitatiewe ondersoek met emosioneel verwonde persone wat pastoraal begelei is. Die data is deur middel van ’n vraelys ingesamel (Dreyer, 1991:264). Die vraelyste is deur die respondente tydens ’n onderhoudsessie ingevul. Sodoende kon hulle vrae gevra het indien iets onduidelik was. Die vraelys is eers ingevul en daarna is daar gesprekke met die onderskeie respondente gevoer. Hierdie vraelys is oorspronklik in oorleg met professor H S Steyn, Hoof van die Statistiek Konsultasiediens aan die Noordwes Universiteit, Potchefstroom kampus, opgestel. (Die vraelys word aangeheg as Bylaag A.)

5.4 KWALITATIEWE NAVORSING

Betreffende empiriese navorsing is daar veral twee hoofkategorieë, naamlik kwalitatiewe en kwantitatiewe navorsing (Neuman, 1997:14). Strydom (1999:75) wys daarop dat daar ook ’n neiging onder ondersoekers is om elemente van die twee benaderings in navorsingsprojekte te kombineer. In hierdie studie val die fokus veral op ‘n kwalitatiewe benadering.

5.4.1 Kwalitatiewe navorsing gedefinieer

Kwalitatief beteken volgens Henning (2004:5) die volgende:

> “... *the term that denotes the type of inquiry in which the qualities, the characteristics or the properties of a phenomenon are examined for better understanding and examination*”.

Vir Denzin en Lincoln (2003:13) impliseer kwalitatief 'n klem op die kwaliteite, prosesse en betekenismoontlikhede wat nie eksperimenteel ondersoek of gemeet word in terme van kwantiteit, hoeveelheid, intensiteit of frekwensie nie. Kwalitatiewe navorsing beklemtoon eerder die sosiaal-gekonstrueerde aard van die werklikheid, die intieme verhouding tussen navorser en respondent en die situasiebepaaldheid van die navorsing. Strydom (1999:74) maak dit duidelik dat die fokus by kwalitatiewe navorsing op interaktiewe prosesse val en dat die egtheid van die situasie die sleutel is. Waardes is pertinent teenwoordig en slegs enkele gevalle of proefpersone word bestudeer.

Kwalitatiewe navorsing dui daarop dat die navorser in direkte en persoonlike interaksie met die beradenes moet tree (Strydom, 1999:75). Die navorser moet waarneem en as't ware oor 'n tydperk in die proefpersone se wêreld leef ten einde deel daarvan te kan word.

5.4.2 Die doel van kwalitatiewe navorsing

Die doel van kwalitatiewe navorsing is gewoonlik om by 'n oorspronklike of egte of betroubare verstaan van mense se *ervarings* uit te kom (Silverman, 2001:13). Kwalitatiewe navorsing bied gevolglik die geleentheid om by inligting uit te kom wat die egtheid of oorspronklike aard van mense se ervarings weergee (Silverman: 2001:87). Die term "kwalitatief" gee reeds 'n aanduiding dat die navorsing die klem laat val op die kwaliteite van menslike handelinge eerder as meetbare (kwantitatiewe) aspekte.

Volgens Steyn en Lotter (2006:107) is die grootste sterk punt van kwalitatiewe navorsing die vermoë om dít te analiseer wat werklik in 'n natuurlike situasie gebeur. Daarom word daar in kwalitatiewe navorsing sterk gefokus op die ervaarde werklikheid van 'n respondent of die werklikheid waaruit 'n respondent kom.

Kwalitatiewe navorsing gee dus aan respondente die geleentheid om op 'n eie unieke manier die werklikheid te beskryf. Die beste wyse om daarby uit te kom, is die gebruik maak van oop vrae (Silverman, 2001:13). In hierdie studie is daar tydens onderhoude met 'n vraelys gewerk, maar daar is ook van die veronderstelling uitgegaan dat een stel vrae nie presies sal pas by elke respondent nie en dat respondente die geleentheid gegee word om self sake te opper wat moontlik buite die vraelys lê maar wat tog ter sake mag wees. Individuele kriteria wat ook in ag geneem is by die onderskeie respondente, is aspekte soos nieverbale kommunikasie (byvoorbeeld angstigheid, vroetel met vingers, hande geklem of nie), hantering van emosies, gesigsuitdrukkings, spontaneïteit of terughoudendheid, skaamte, woede en of hulle 'n hooploosheid of hoopvolheid uitstraal.

5.4.3 Metodiese uitgangspunte vir kwalitatiewe navorsing

Wester (1995:16) gee die volgende metodiese uitgangspunte vir kwalitatiewe navorsing:

1. Mense se gedrag word bepaal op grond van betekenisse wat hulle aan hul omgewing toeken. Die objek van sosiale wetenskappe is 'n voor-geïnterpreteerde werklikheid.
2. Om die gedrag van mense as sinvolle gedrag te bestudeer, moet die ondersoeker die werklikheid sien soos die mense dit sien. Die ondersoeker het daarom die taak van rekonstruksie. 'n Sentrale begrip in die kwalitatiewe metode is die *verstaan*-metode. Vir die ondersoeker sou dit beteken rolneming - die vermoë om homself te verplaas in die posisie van 'n individu of groep. Vir die ondersoeker beteken dit ook dat hy dan die gedragsituasie sal definieer volgens die betekenisse wat die mense self aan die situasie gee.
3. Uit die voorafgaande kan dan twee metodiese konklusies bereik word:

   a) Die leefwêreld van die betrokkenes moet ondersoek word. Soveel moontlik direkte kontak met die werklikheid moet gesoek word. Teorieë en begrippe moet *via* die ondersoek van die werklikheid ontwikkel word.

b) Die ondersoekprosedure moet so oop moontlik wees, maar gerig op die direkte kontak met die werklikheid - vandaar die voorkeur vir deelnemende waarneming en gevallestudies. Deelnemend moet ook verstaan word as meelewend. Daarby moet van soveel moontlik verskillende dataversamelingstegnieke gebruik gemaak word sodat 'n beskrywing met die maksimum detail uiteindelik verkry kan word.

4. Die ondersoeker kan hom egter nie beperk tot hierdie "na-binne-gekeerde perspektief" op die sosiale werklikheid nie; die betekenisvolle werklikheid moet vervolgens in begrippe *geobjektiveerd* word. Hierin lê die kern van die kwalitatiewe analise. In die ondersoekontwerp word die objektivering moontlik gemaak deur die feit dat die siklus van versameling en analise, refleksie en toetsing, verskeie kere deurloop word.

5.4.4 Kenmerke van kwalitatiewe navorsing

In kwalitatiewe navorsing gaan dit dus nie net om die wyse van dataversameling nie. Die volgende kenmerke kan ook daaraan toegevoeg word:

- Kwalitatiewe navorsing word gewoonlik in 'n natuurlike omgewing onderneem. Een van die uitgangspunte van kwalitatiewe navorsing is dat die konteks belangrik is (Neuman, 1997:331). 'n Handeling kan dus die beste verstaan word indien dit binne die konteks waarbinne dit gewoonlik voorkom, bestudeer word (Dreyer, 1991:246).
- Die waarde van die gevallestudie is belangrik (Neuman, 1997:331). Teenoor die kwantitatiewe navorsers wat spesifieke inligting oor 'n groot aantal gevallestudies insamel, sal die kwalitatiewe navorser soveel moontlik inligting oor 'n enkele of slegs 'n paar gevalle insamel deur dit meer in diepte te bestudeer.
- Die navorser se integriteit is ook belangrik (Neuman, 1997:332). Lesers van kwalitatiewe ondersoeke plaas vertroue in die navorser se integriteit en interpretasie van data. Deur die wyse waarop die navorser dan ook die bewyse aanbied, boesem hy vertroue in by die leser. Daar moet egter die besef wees dat

dit onmoontlik is om die persoonlike effek wat navorsers wel in kwalitatiewe navorsing op die navorsing het, heeltemal te elimineer. 'n Kwalitatiewe navorser gebruik altyd sy persoonlike insig en perspektief as mens tot voordeel van die navorsing, maar moet deurentyd bewus wees van sy waardes en aannames.

- Kwalitatiewe navorsing is beskrywend van aard en die geskrewe woord is veral belangrik. Daar moet noukeurig aandag gegee word aan die fynste besonderhede sodat niks wat kan bydra tot 'n beter verstaan van die verskynsel, buite rekening gelaat word nie.
- Aandag word ook aan die proses gegee, eerder as bloot net te let op uitkomste en gevolge. Navorsers skenk baie aandag aan die verloop van gebeure, veral wat eerste gebeur en wat dan daarop volg. Sodoende kan die ontvouing van 'n spesifieke gebeurtenis in sy uiteindelike verloop gevolg word (Neuman, 1997:335).
- Kwalitatiewe ondersoeke is eerder gerig op die daarstel van empiriese veralgemenings en die sogenaamde *grounded theory* (Dreyer, 1991:246; Wester, 1995:46). Laasgenoemde term beteken dat die teorie opgebou word uit empiriese veralgemenings en dat die teorie dus gegrond is op waarnemings.
- Betekenis staan sentraal in die kwalitatiewe benadering (Neuman, 1997:335). Hoe die werklikheid of ervaring beskryf word, is deel van die wêreld wat beskryf word. Hoe respondente betekenis skep, is daarom baie belangrik (Silverman, 2001:96). Die navorser stel dus veral belang in die betekenis wat persone aan gebeure en verskynsels heg (Wester, 1995:17). Die perspektief van die deelnemers aan die navorsingsproses moet gevolglik so akkuraat moontlik waargeneem en weergegee word.

Uit bovermelde blyk dat die objek van die interpretatiewe ondersoekbenadering dus sterk verbind word aan die leefwêreld van die betrokkenes, hulle eie betekenisverlening daaraan, asook werklikheidskonstruksies. Daarom begin die navorsing om die leefwêreld te beskryf en die materiaal wat verkry word op bestaande teorieë toe te pas of nuwe teorieë te ontwikkel (Wester, 1995:18).

5.4.5 Navorsingsmetodes

Die navorsingsmetodes wat met kwalitatiewe navorsing geassosieer word, word deur Dreyer (1991:247) in drie hoofkategorieë ingedeel, naamlik:

- Deelnemende waarneming
- Ongestruktueerde of diepgaande onderhoudvoering
- Die gebruik van persoonlike dokumente

5.4.6 Verskillende ondersoekverskyningsvorme

Kwalitatiewe navorsing het volgens Wester (1995:39) drie konkrete verskyningsvorme. Watter vorm gebruik word, hang af van die formulering en onderbou van die probleemstelling, die omvang van die ondersoek, die metode van waarneming, die analiseprosedures en toegepaste tegniek, en ten slotte, die vormgewing van die eindverslag. Globaal kan drie hoofvorme van kwalitatiewe navorsing onderskei word, naamlik:

- Etnografiese studie: Dit is gerig op die rekonstruksie van 'n aspek van 'n kultuur.
- Gevallestudie: Dit is gerig op die diagnose of evaluering van 'n spesifieke situasie.
- Kwalitatiewe ondersoek (*survey*): Dit is gerig op teorievorming deur 'n vergelyking van 'n relatief groot aantal gevalle.

Afgesien van die etnografiese studie en gevallestudie dui De Vos *et al.* (2006:273) ook die volgende vorme aan:

- *Biografie* waarin 'n persoon se lewe gedokumenteer word. Die navorser verkry die inligting vanaf die betrokke persoon of dokumente en argiefmateriaal.
- *Fenomenologie* wat gerig is op die verstaan en interpretering van die essensie van die betekenis wat respondente aan hul lewens gee.

- "*Grounded theory*" wat 'n teorie is wat opgebou word deur die navorser se waarneming.

5.5 ONDERSKEID TUSSEN DIE KWANTITATIEWE EN KWALITATIEWE BENADERING

Die tipiese karaktereienskappe van die twee benaderings kan soos volg uiteengesit word (vgl. Mouton & Marais, 1992:155-156 asook Fortune & Reid, 1999:93-94):

KARAKTEREIENSKAPPE

KWALITATIEF	KWANTITATIEF
Prosedures nie streng geformaliseerd nie	Prosedures meer geformaliseerd en meer eksplisiet gekontroleerd
Terrein meer ongedefinieerd	Werksterrein meer presies afgebaken
Meer filosofies van aard	Relatief naby aan natuurwetenskappe
Navorser volg 'n buigsame strategie om inligting in te samel	Navorser is 'n objektiewe waarnemer
Metodes soos deelnemende waarneming en ongestruktureerde onderhoudvoering kan gebruik word om in-dieptekennis op te doen.	Studie is gefokus op spesifieke vrae of hipoteses wat deurgaans dieselfde bly.
Soos meer kennis opgedoen word, kan die navorsingsprosedures verander.	Navorsingsprosedures word ontwikkel voordat die studie begin. Gestandaar-diseerde data-insamelingsprosedures word gevolg.

Geldige verstaan kan verkry word deur die opdoen van kennis deur 'n enkele navorser.	Eie indrukke en waarnemings moet vermy word.
Die navorser is konstant besig om inligting te analiseer deur middel van logika.	Statistiese metodes word gebruik om assosiasies of verskille tussen veranderlikes te analiseer.

Daar bestaan ook belangrike verskille ten opsigte van die tipe en gebruik van konsepte, die aanwending van hipoteses en die wyse waarop waarneming geskied (Mouton & Marais, 1992:161-167):

- *Konsepte* is taalsimbole wat betekenis aandui. In kwalitatiewe navorsing kan konsepte op verskillende wyses geïnterpreteer word en is die konsepte betekenisryk. Daarteenoor het 'n konsep in kwantitatiewe navorsing 'n baie spesifieke, eenduidige betekenis. In kwantitatiewe navorsing word die konsepte ook geoperasionaliseer, dit wil sê daar word gespesifiseer hoe die konsep gemeet kan word.
- 'n *Hipotese* is 'n stelling wat die vermeende verband tussen twee of meer verskynsels of veranderlikes daarstel. In kwalitatiewe navorsing word hipoteses dikwels in die vorm van 'n algemene navorsingsdoel gestel. Die hipotese kan ook gaandeweg uit die ondersoek ontwikkel. In kwantitatiewe navorsing word hipoteses gewoonlik eksplisiet gestel. Die ondersoek draai ook om die hipoteses. Die hipotese moet dus vooraf geformuleer word en op grond van die bevindinge word die hipotese as waar of vals bewys.
- *Waarneming* is die handeling waardeur die navorser inligting uit sy omgewing registreer. Kwalitatiewe navorsing word gekenmerk deur 'n openheid aan die kant van die navorser. Die navorser is betrokke in en by die waarnemingsproses sodat die verskynsel van binne uit verstaan word. In kwantitatiewe navorsing dwing die navorser 'n stelsel op die verskynsel af. Die navorser bly ook afsydig van die verskynsel wat bestudeer word.

Die verskille tussen die wyses waarop die kwalitatiewe en kwantitatiewe navorsers hulle inligting versamel, kan in twee punte saamgevat word (Mouton en Marais, 1992:166):

1. Die kwantitiewe navorser word gekenmerk deur die feit dat hy 'n stelsel op die verskynsel afdwing, byvoorbeeld die daarstel van kategorieë vir inhoudsanalise, 'n gestruktureerde skedule vir 'n onderhoud of responskategorieë in 'n vraelys of toets. Daarteenoor is die kwalitatiewe navorser se uitgangspunt dat die verskynsel self aan die woord moet kom, dit wil sê die verskynsel moet soos dit is, homself manifesteer en die navorser sal dit registreer.
2. Die kwalitatiewe navorser is meer betrokke by die verskynsel terwyl die kwantitatiewe navorser meer van 'n afstand af kyk na die verskynsel. Teenoor deelnemende waarneming van die kwalitatiewe navorsing, sal die kwantitatiewe navorser eerder gebruik maak van gestruktureerde, objektiewe, gestandaardiseerde waarnemingstegnieke.

Alhoewel daar verskille tussen die twee benaderings is, is dit belangrik om daarop te wys dat daar wel ook raakvlakke en selfs oorvleueling tussen die twee benaderings bestaan (Mouton & Marais, 1992:167).

5.6 GEVALLESTUDIES

5.6.1 'n Omskrywing

Strydom (1996:182) omskryf die term *gevallestudie* as 'n intensiewe, in-diepteondersoek van 'n enkele geval of gevalle in hul lewenswerklike konteks waarin 'n veelheid veranderlikes in 'n totaliteitsbenadering bestudeer word. Daar word verder gepoog om met 'n gevallestudie 'n teenswoordige verskynsel, in 'n lewenswerklike konteks waaroor min kontrole uitgeoefen kan word, te bestudeer ten einde die oorsaaklike faktore vas te

stel. Gevolglik is dit ook uitstekend geskik om nuwe hipoteses vir verdere ondersoek daar te stel (Strydom, 1996:182). Die Woordeboek vir Maatskaplike Werk (1995:23) omskryf *gevallestudie* as 'n navorsingsmetode vir die vasstelling van die oorsaaklike faktore van bepaalde verskynsels soos dit by individue, gesinne of organisasies voorkom.

5.6.2 Die doel van gevallestudie

Strydom (1999:160) wys daarop dat 'n gevallestudie geskik is om probleme in diepte te bestudeer, asook om die fases van 'n bepaalde proses te begryp of om situasies in konteks te sien. 'n Gevallestudie is nodig sodat spesifieke gevalle die vertrekpunt van die ondersoek kan wees. Sodoende kan daar insig in die lewe van 'n bepaalde persoon verkry word en met betrekking tot die tema van hierdie studie, kan die invloed wat onverwerkte trauma op so persoon se lewe uitgeoefen het, uiteindelik gerekonstrueer word. Daar kan ook bepaal word watter rol rou en vergifnis in die heelwording van sodanige persone se lewe kon gespeel het. Met die data wat op hierdie wyse geïn word, kan die algemene uitspraak dat die proses van rou en die proses van vergifnis bydra tot die heelwording van die emosioneel verwonde persoon, bevestig word al dan nie.

5.6.3 Die kenmerke van gevallestudie

Die belangrikste kenmerke van gevallestudie word deur Strydom (1999:161) soos volg uitgelig:

- Gevallestudie kan uit meer as een geval bestaan.
- Gevallestudie kan kwalitatiewe en/of kwantitatiewe gegewens hanteer.
- Daar kan van 'n wye verskeidenheid prosedures gebruik gemaak word.
- Gevallestudie is uitstekend om hipoteses, konsepte en veranderlikes te genereer wat in latere navorsing getoets kan word.
- Data-insameling is nie altyd geroetineerd en hoogs gestruktureerd nie en dus word heelwat diskresie van die navorser vereis.

- In gevallestudie behoort daar 'n voortdurende interaksie tussen die teoretiese aspekte en die empiriese gegewens te wees.
- Aangesien heelwat potensiële vooroordele teenwoordig kan wees, vereis gevallestudie juis senior navorsers.
- In gevallestudie moet reëls en prosedures noukeurig nagevolg word. Sodanige prosedures behoort die volgende aspekte te dek: 'n oorsig en inleiding tot die projek wat ook die doelstellings en relevante literatuur insluit, spesifieke navorsingsvrae en 'n skematiese beplanning van hoedanig die gegewens in die finale verslag weergegee sal word.
- Die uitdaging met enige gevallestudie is om 'n voorbeeld daar te stel vir verdere navorsers om te benut.
- Die gevallestudie moet besonders of ongewoon wees en ook van algemene publieke of nasionale belang.
- Die grense van die ondersoek moet deeglik omlyn wees en die gevallestudie moet op 'n deeglike wyse bewys dat die ondersoeker noukeurig was in die insameling van gegewens. Kunsmatigheid moet tot die absolute minimum beperk word.
- Die gevallestudie moet alternatiewe perspektiewe daarstel. Die navorser moet dus nie net op eie perspektiewe fokus nie, maar ook ander moontlikhede vermeld.
- Die gevallestudie moet voldoende bewys lewer van die bevindinge. Die bewyse moet neutraal, beide ter ondersteuning en uitdaging van die bestaande data, aangebied word.
- Die verslag ten opsigte van die gevallestudie moet 'n duidelike en vloeiende skryfstyl en logiese verloop hê.

5.6.4 Data-insamelingsmetodes in gevallestudie

Volgens Strydom (1999:167) kan gevallestudie nie noodwendig aan een metode van data-insameling gekoppel word nie en kan 'n verskeidenheid metodes benut word.

In die onderhawige studie is die data ingesamel deur middel van 'n vraelys (Dreyer, 1991:264). By elkeen van die gevallestudies was daar deelnemende waarneming, waar

die aandag veral gerig was op gegewensversameling (Wester, 1995:18). De Vos *et al.* (2006:276) beskryf deelnemende waarneming as hoofsaaklik 'n kwalitatiewe navorsingsprosedure wat die natuurlike, alledaagse opset van die gemeenskap of situasie bestudeer. Deelnemende waarnemingsprosedure kan vir omtrent elke aspek van die menslike bestaan aangewend word (Strydom, 1999:177). Deur middel van hierdie navorsingsprosedure is dit moontlik om dit wat in 'n gegewe situasie plaasvind, te beskryf, wie of wat betrokke is, wanneer en waar dinge gebeur, hoe dit gebeur en waarom dit gebeur. Sekere menslike prosesse, verhoudings tussen mense en gebeure, sake wat oor 'n tyd plaasvind en bepaalde patrone van gedrag kan dan op hierdie wyse deur deelnemende waarneming bestudeer word (Strydom, 1999:177). Inligting wat bekom word, hoef nie as waar of vals hanteer te word nie, maar eerder as weergawes van perspektiewe oor 'n saak, of verskillende sentimente oor enige onderwerp onder bespreking (Steyn & Lotter, 2006:108).

Tydens elke ontmoeting met die respondente het navorser notas geneem. Die notas verwoord basies dít wat navorser gesien en gehoor het. Klem is veral gelê op die versameling van soveel moontlik detail. 'n Kronologiese beskrywing van wat met die persoon gebeur het, asook die emosies wat by die persoon aanwesig is, is neergeskryf. Soos wat die besoeke gevorder het, is daar ook notas gemaak van enige veranderings in die persoon se gedrag of emosies. Verder moet ook vermeld word dat navorser se eie waarnemings en aanvoelings ten opsigte van bepaalde sake ook neergeskryf is.

5.6.5 Keuse van gevalle

Die keuse van gevallestudies het saamgeval met die algemene doelstelling van hierdie studie. In die lig hiervan is daar gepoog om vas te stel watter traumatiese gebeure plaasgevind het in die lewens van die respondente en watter invloed dit op die betrokke persoon gehad het. Groot klem is geplaas op die outentieke aard van die ervaarde werklikheid, asook die betekenis wat so 'n persoon daaraan gekoppel het. In die lig van

die tema van hierdie studie was dit veral nodig om klem te lê op spesifieke emosies soos onvergewensgesindheid en haat wat moontlik by die respondente aanwesig kon wees. Daarby is ook gepoog om vas te stel watter invloed die pastorale begeleiding uiteindelik op so 'n persoon gehad het.

5.6.6 Etiese riglyne wat nagevolg is

5.6.6.1 Instemming

Die studie is gedoen met die instemming van al die betrokke respondente. Alle moontlike inligting ten opsigte van die studie is aan die respondente verduidelik en dit is dan ook met hulle instemming dat navorser hulle as gevallestudie kon gebruik.

5.6.6.2 Versekering van anonimiteit

Respondente is dikwels onwillig om inligting oor sensitiewe items aan 'n onderhoudvoerder bekend te maak (Mouton & Marais, 1992:93). Tydens die invul van die vraelyste is die anonimiteit van die response gevolglik baie sterk beklemtoon. Die respondente het ook die versekering gekry dat daar uiteindelik van geen identifiserende aanduiders in hierdie studie gebruik gemaak sal word nie.

5.6.7 Medewerker 1

Die persoon is 'n 87-jarige dame. Op 'n dag, 79 jaar gelede, is sy aangesê om haar 17 maande oue sussie op te pas. Hulle het by hul huis op die voorstoep gespeel. Op 'n stadium het die susssie water gevra en Medewerker 1 het dit toe vir haar gaan haal. Die trein, waarvan die spoor digby hul huis verby gegaan het, was daardie betrokke dag vir

vieruur geskeduleer in plaas van twee-uur. Toe Medewerker 1 met die water uit die huis kom, sien sy dat die lokomotief baie ná aan hul huis op die spoor tot stilstand gekom het. Die rede hiervoor het toe geblyk te wees dat haar sussie onder die trein beland het en in die proses dood is. Volgens 'n sketsplan, soos geteken deur Medewerker 1, moes die sussie deur 'n doringdraad klim, dan nog ongeveer 15 meter loop en dan ook nog deur 'n sloot, om by die treinspoor te kom. Volgens haar weergawe het 'n tweede trein toe ook oor die liggaam van die sussie gery. Al wat die persoon onthou, is haar ma wat om die hoek van die huis kom met die woorde: "*Wat maak jy dat jy nie na die kind kyk nie?*" Sy onthou verder die vrae van die passasiers op die trein, veral die vraag: "*Wie moes na die kind kyk?*" Hierdie vraag het baie diep in haar geheue vasgesteek. Sonder om te kyk of te dink, het sy probeer weghardloop, maar is gou gevang. Sy het daarna begin om in die nagte terwyl sy slaap, te skreeu. Dít sou 'n patroon word wat die res van haar lewe sou voortduur. Ná die traumatiese gebeure het haar ouers haar na familie toe gestuur om by hulle te gaan bly. Dit het die gevoel by haar versterk dat sy deur haar familie verwerp word. Die persoon ervaar tans steeds 'n vrees vir mense. Verder is sy deurgaans bang sy doen iets verkeerds; sy glo nie in haarself nie en voel altyd in die pad.

Noodwendig het die gebeure 'n geweldige effek op die gesin gehad. Die pa het daarna nie meer Bybel gelees of gebid nie. Van die ma se kant in besonder het daar geweldige verwerping uitgegaan na Medewerker 1, in so 'n mate dat sy begin glo het dat die familie haar gehaat het. Later is haar oudste suster (op ouderdom 14) en haar oudste broer (op ouderdom 12) deur die ma van die huis af weggejaag. Die broer sou hom later, in haar woorde, "dooddrink". Die jongste broer het jare later sy vrou vermoor.

Medewerker 1 is daarvan oortuig dat die sussie se dood haar skuld was, want sy was aangesê om na die sussie te kyk. Hierdie sonde wat sy gedoen het, kan gevolglik nie vergewe word nie. Daarom glo sy, as sy sterf, sal sy direk hel toe gaan. Die feit dat haar man in 'n mynongeluk gesterf het en haar enigste seun op 18-jarige ouderdom verongeluk het, dien vir haar as konkrete bewyse van die feit dat sy skuldig is.

Die persoon is besonder begaafd om gedigte te skryf. Dit is vir haar ook 'n manier om haar gevoelens te verwoord. Sy verwoord haar skuld in 'n ongetitelde gedig soos volg:

"Om die hoeke van die huis, huil en weeklag die wind,

alles huil saam, oor die dood van 'n kind.

Nou leef ek vol verwyte, vol angs en berou..."

In 'n ander gedig met die titel, "Verlore," skryf sy:

"Maar waarom kom ek nie tot rus,

bly van my skuld altyd bewus.

Ag Here, skenk my u gena,

Red my siel , dis al wat ek vra..."

In die pastorale gesprekke was dit baie duidelik dat die skuld diep gewortel was en in die lig hiervan is daar besonder gefokus op wat dit beteken om kind van God te wees, asook op Jesus Christus se versoening aan die kruis en wat vergifnis beteken. Daar is ook aan haar verduidelik dat Christus al haar sondes kan vergewe (vgl. 1 Joh 1:9). Die hele konsep van verliese wat sy gely het, is ook met haar deurgewerk en hier is weer besonder gefokus op die noodsaaklikheid van 'n rouproses na intense verliese.

Na verskeie pastorale gesprekke het sy wel by die punt gekom waar sy Jesus Christus se vergifnis vir haarself aanvaar het. Al kan sy nie die trauma vergeet nie, weet sy nogtans dat sy 'n kind van God is. Sy het in die proses ook geleer om wanneer sy twyfel, haarself hardop te herinner dat sy wel God se kind is.

- **Gevolgtrekking**

In die gesprekke met Medewerker 1 is veral die traumatiese gebeure rondom haar sussie se dood eers met haar deurgewerk. Sy het besef wat die verliese was wat sy gely het en

het daaroor gerou. Die rouproses was uiteraard 'n belangrike faset van haar uiteindelike genesing. Die vrae rondom die *hoekom* van die verlies en die omstandighede rondom die verlies is ook met haar deurgepraat. Die negatiewe emosies wat sy oor haarself gehad het, is ook met haar deurgewerk. Eers nadat daar 'n mate van emosionele stabiliteit by haar ingetree het en sy besef het dat die verlede nie meer die basis vir haar bestaan is nie, kon sy oorgaan om God se vergifnis vir haarself te aanvaar.

- **Positiewe afloop**

In die gedig met die titel, "Vrygespreek", wat sy in Augustus 2008 geskryf het, kom die volgende aanhalings:

> *"Maak onstuitbaar my hoop, onwrikbaar my moed*
>
> *my sonde is reeds bedek deur u bloed...*
>
> *Ek is nou kind van God, vrygespreek*
>
> *deur Jesus se genade".*

5.6.8 Medewerker 2

Hierdie matriekseun is tydens sy eindeksamen na navorser verwys. Hy het gesukkel met die volgende fisiese simptome: erge griep, sinus, allergieë, hoofpyne, rug- en spierpyne, gewigsverlies en konsentrasieverlies. Emosies wat hy ervaar het, was onder andere: woede, onvergewensgesindheid, depressiwiteit, angs, vrees, skuld, hartseer, teleurstelling en hulpeloosheid. Hy het ook geen sin in die lewe meer gesien nie. Hy was verder so moeg dat navorser hom eers na 'n mediese dokter verwys het vir medikasie om sy energievlakke op te bou.

Toe hy 3 jaar oud was, is sy jonger broer oorlede. Hy en hierdie boetie van hom het een dag saam op 'n bed in hulle huis gelê en slaap en hyself het toe wakker geword as gevolg

van rook in die huis. Hy het dadelik na die bediende toe gehardloop, omdat hy bang geword het en sy het hom dadelik uit die huis geneem. Sy ouers was nie op daardie stadium tuis nie en die huis het afgebrand met die boetie van 1 jaar en 7 maande wat in die brand gesterf het. In 'n gesprek met die ma het sy bevestig dat 'n kortsluiting in die dak die brand veroorsaak het.

As 3-jarige het Medewerker 2 'n paar dae later vir sy pa gesê hy is jammer dat hy met 'n sigaretaansteker gespeel het. Van toe af dink die pa dit is sy skuld dat die boetie oorlede is. Sy pa het dan ook by 'n paar geleenthede hom en sy ma in die motor gelaai en teen hoë snelhede begraafplaas toe gery. Daar gekom, het hy hulle koppe in die sand van die boetie se graf gedruk en gesê dat dit hulle skuld is dat hy dood is. Wanneer sy pa kwaad geword het, het hy ook hulle nuwe blyplek fisies probeer afbreek. Sy pa het hom van daardie tyd af nie meer aanvaar nie en so ver moontlik emosioneel probeer afbreek. Sy pa en ma is geskei toe hy vyf jaar oud was. Hy het twee jaar lank by sy oupa gebly en is later in pleegsorg opgeneem. Dit was vir navorser duidelik dat as gevolg van al hierdie traumatiese gebeure daar intense gevoelens van verwerping by Medewerker 2 was.

Tydens die aanvanklike gesprekke is veral gekonsentreer op die verliese wat hy gely het. Twee verliese wat in besonder uitgestaan het, was die verlies aan sy broer en die verlies aan sy pa. In die proses om die verliese te ontdek, moes hy die gebeure, asook die emosionele belewenis daarvan, weer in die gesig staar. Daardie belewenisse moes hy met navorser deel. Aangesien hy ook skuldig gevoel het dat sy boetie, en nie hy nie, in die brand omgekom het, is hy ook begelei om met die skuldgevoelens te deel.

As deel van die begeleiding om die verliese te verwerk, is aan hom gevra hoe hy die verlede graag sou wou gehad het. Deur die verlede anders te rekonstrueer, kon hy duidelik sien wat die volle omvang van die verliese was. Betreffende die detail van die traumatiese gebeure, asook die gepaardgaande verliese, is daar vervolgens heelwat tyd in

gebed daaraan gespandeer. In die proses het navorser ervaar dat hy afskeid geneem het van sy boetie.

Medewerker 2 is vervolgens ook begelei om die pad van vergifnis te begin loop. Hierdie faset het begin deur aan hom te verduidelik wat vergifnis is en wat vergifnis nie is nie. Hy moes dan ook 'n keuse maak om te vergewe of nie. Hy het dan ook die keuse gemaak om sy pa te vergewe. Daar is ook in die gesprekke gekonsentreer op sy verhouding met die Here, die sin van die lewe en wat sy doel in die lewe is. In die proses het hy ook sy onvergewensgesindheid bely en die Here daarvoor om vergifnis gevra.

- **Gevolgtrekking**

Eers nadat hierdie persoon behoorlik gerou het oor sy boetie en die verliese deurgewerk het wat ná die traumatiese insident gevolg het, kon hy ten volle vergewe. In die proses het hy ook nadat hy vergifnis teenoor sy pa uitgespreek het, sy eie sonde voor die Here bely en die Here se vergifnis daarvoor aanvaar. Nadat hy ten volle vergewe het, het daar by Medewerker 2 emosionele stabiliteit ingetree.

- **Positiewe afloop**

Dit kan gemeld word dat hy sy eindeksamen geslaag het. Vandag, as hy aan die trauma dink, maak dit hom nie meer seer om daaroor te praat nie. Hy is wel oorbeskermend teenoor sy ma. Hy en sy pa het nog nie versoen nie. Hy werk tans as vakleerling by 'n private maatskappy en volgens hom *"lê die toekoms vir hom oop."*

5.6.9 Medewerker 3

Sy is 'n vrou in haar vroeë veertiger jare en is as jong dogter deur 'n "*oom met swart hare*" gemolesteer. Sy het ook op negejarige ouderdom 'n groot operasie ondergaan wat vir haar baie traumaties was. Tydens albei hierdie ervarings het sy skaam, bang, vreesbevange, angstig, verneder en hulpeloos gevoel. Sy het sedertdien ook haar hele lewe lank met 'n probleem rondom oorgewig geworstel. In later jare het sy depressie ontwikkel terwyl daar ook verskeie voorvalle in haar lewe plaasgevind het wat intense gevoelens van verwerping by haar laat posvat het. Na 'n huwelik van 16 jaar is sy van haar man geskei. 'n Groot probleem by haar is dat sy kwaad is vir haarself, soveel so dat sy dit beskryf het dat sy haarself haat. Verskeie redes is hiervoor aangevoer, naamlik: sy kan nie haar gevoelens weergee nie, haar gewig, die egskeiding, dat sy toegelaat het dat haar gewese man haar gemanipuleer het, die gevoel dat sy haar kinders se lewens omver gegooi het en dat sy haarself verwaarloos het. Sy is ook apaties by haar werk, aangesien 'n herstrukturering daar plaasgevind het en sy 'n laer pos aangebied is. Dit het verder bygedra tot haar gevoelens van verwerping. Haar lewe het gevoel asof dit vasgekluister is, so asof sy in 'n *hok met 'n slot* is. Alhoewel sy besef dat die Here haar aanvaar, kon sy nie haarself aanvaar nie.

Dit is duidelik dat die persoon baie verliese gely het en dat verskeie persone bygedra het tot haar pyn. Daar is in die gesprekke eerstens gekonsentreer op wat die verliese was. Deur erkenning te gee aan die omvang van die verliese, asook die emosies gekoppel daaraan, kon sy begin om met die verliese te deel. Dit was duidelik dat dieselfde emosies telkens by elke verlies aanwesig was en dat dit met elke ervaring versterk is. Die detail rondom elkeen van die traumatiese gebeure, asook die gepaardgaande verliese, is vervolgens in gebed stap vir stap deurgewerk terwyl daar kort-kort tussenin gesprek gevoer is.

Daar is ook aan haar verduidelik wat vergifnis is en wat vergifnis nie is nie. Verder is verduidelik dat sy 'n keuse moes maak of sy diegene wat haar pyn veroorsaak het, wil vergewe of nie. Die implikasies en betekenis van Jesus Christus se versoening aan die kruis, asook die betekenis daarvan, is vervolgens met haar deurgewerk. Sy sou nie net ander moes vergewe nie, maar ook haarself. Sy het elkeen wat haar pyn veroorsaak het, geïdentifiseer. Daarmee saam het sy ook bepaal wat die gevolge van die persone se optrede in haar lewe was. Sy was bereid om hulle en haarself te vergewe. Sy het gevoel asof sy *kaal* staan deur haarself so te ontbloot. Die gee van vergifnis het sy uiteindelik op 'n besondere manier gedoen. Vir elke persoon wat sy moes vergewe, het sy 'n klip opgetel en wanneer sy dan die persoon vergewe, het sy die klip weggegooi. Enersyds was dit aanvanklik vir haar vreesaanjaend om te dink dat sy voortaan sou moes lewe sonder hierdie bagasie wat sy vir soveel jare met haarself saamgedra het. Andersyds het sy grootliks verlig gevoel nadat sy die proses afgehandel het.

- **Gevolgtrekking**

Die persoon moes erken dat daar verliese in haar lewe was. Alhoewel dit vir haar moeilik was om die pyn van die verlede in die gesig te staar, het sy tog die traumatiese gebeure met gepaardgaande gevoelens/emosies herleef. Soos wat die traumatiese gebeure deurgewerk is, het die persoon se fokus geleidelik wegbeweeg van die verlies af na haar lewe soos dit nou daar uitsien. Soos wat daar emosionele stabiliteit by haar ingetree het, het sy diegene wat haar pyn veroorsaak het, volkome vergewe. Dit het sy dan ook simbolies gedoen soos bo beskryf. Nie net het sy ander vergewe nie, maar ook haarself.

- **Positiewe afloop**

'n Opvolggesprek is op 'n later stadium met Medewerker 3 gevoer en op daardie stadium het dit volgens haar besonder goed gegaan. Sy dra nie meer emosionele bagasie met haar saam nie. Alhoewel sy nog sukkel met haar gewig, hou dit haar nie meer terug nie.

Wanneer probleme na vore kom, hanteer sy dit soos dit kom. Sy het haar seer omskep en kan dáár wees vir andere wat ook pyn ervaar. *"As ek nie deur dit was nie, sou ek nie ander se pyn verstaan het nie."*

5.6.10 Medewerker 4

Hierdie Medewerker is 'n getroude dame wat van jongs af deur haar ouers verwerp is. Sy het verskeie gebeurtenisse opgenoem wat dit volgens haar bevestig het. Een so 'n gebeurtenis was toe sy en haar man na die dorp verhuis het waar haar ouers en suster gewoon het. Alhoewel die ouers en suster apart van mekaar gewoon het, was hulle dikwels in mekaar se geselskap en het ook elke Sondag saam geëet. Haar ouers het egter nie by haar kom kuier nie. Sy het verwerp, vernederd en kwaad hieroor gevoel. Sy het hierdie uitsluiting van haar deur haar famlie as *ontsettend sleg* ervaar. Medewerker 3 kon nie aan 'n rede dink hoekom haar ouers, en later ook haar suster, so oor haar gevoel het nie. Sy het uiteindelik 'n baie destruktiewe siekte ontwikkel en weereens was dit vir haar sleg dat sy nie eers met haar ma oor die siekte kon praat nie.

Hierdie gevoel van verwerping is later deur haar skoonma versterk. Die skoonma het direk vir haar gesê sy wil haar nie as skoondogter hê nie. Wanneer sy en haar man by haar skoonma gekuier het, het die skoonma haar gedurig verkleineer en gekritiseer. Dit het die respondent nie net kwaad en gefrustreerd gemaak nie, maar ook gevoelens van verwerping, vernedering en hartseer veroorsaak.

Enersyds het haar afbrekende siekte inderdaad daartoe bygedra dat sy huilerig en gefrustreerd met haar situasie was. Andersyds het sy egter besef, soos die gesprekke gevorder het, dat hierdie gevoelens wat sy in haar rondgedra het, weer daartoe kon bydra dat sy nie gesond kon word nie. Dit was vir haar ook duidelik dat sy 'n groot stuk onvergewensgesindheid teenoor haar ouers, haar suster en veral haar skoonma rondgedra

het. Die feit dat sy gevoel het dat sy nooit goed genoeg vir haar skoonma sou wees nie, het hierdie negatiewe gevoelens net verder gestimuleer.

Dit moet ook genoem word dat sy onlangs 'n goeie vriendin aan die dood afgestaan het. Sy was kwaad en hartseer oor hierdie vriendin se dood, omdat hierdie verlies haar weer intens alleen laat voel het. Dit was ook duidelik uit die gesprekke oor die vriendin dat sy nie klaar gerou het met betrekking tot die vriendin se dood nie – veral ook omdat sy met niemand oor die vriendin wou praat nie.

Wanneer sy oor die verlede gepraat het, het sy telkens al die pyn en ervarings van die verlede opnuut herleef en ervaar. Sy het dan ook telkens na 'n gesprek hoofpyne en 'n naarheid ondervind. Dit het vir navorser daarop gedui dat sy dit werklik as *ontsettend sleg* ervaar het.

Medewerker 4 is uiteindelik begelei om ook te verstaan wat vergifnis is en wat vergifnis nie is nie. Voordat sy egter 'n keuse moes maak om te vergewe of nie, is sy ook begelei om te verstaan watter verliese sy in die proses van verwerping deur die twee families gely het. Deur te sê hoe sy die verlede sou wou gehad het (en dus die verlies te identifiseer), kon sy ook die gevoelens wat met die verlies gepaard gaan, identifiseer. 'n Voorbeeld hiervan is die volgende:

> *"Ek sou graag wou gehad het my pa moes my klavieruitvoering bywoon; hy het egter nie, en daarom is ek kwaad vir hom."*

Hierdie verliese, asook al die emosies wat daarmee gepaard gegaan het, is vervolgens ook stap vir stap in gebed gehanteer en geverbaliseer. Dis deurgewerk tot op so 'n punt dat sy uiteindelik gemaklik in haar binneste was.

Sy het 'n keuse gemaak om diegene wat haar 'n onreg aangedoen het, te vergewe. Sy het in haar gebede die seer wat hulle haar aangedoen het, genoem en hulle dan telkens in die naam van Jesus Christus vrygespreek. Sy het geweldig verlig en dankbaar gevoel na die gebedsessie. Sy het ook 'n innerlike vrede ervaar dat die seer van die verlede afgehandel was. Die woorde van Christus aan die kruis, *"Dit is volbring,"* het ook in die gesprek na vore gekom en uiteindelik nuwe betekenis vir haar gekry – in besonder ook soos wat sy dit op haar eie situasie toegepas het.

- **Gevolgtrekking**

By hierdie persoon was daar nie 'n duidelike skeiding tussen die proses van rou en die proses van vergifnis nie. Die rede hiervoor was dat sy bereid was om haar eie familie te vergewe, terwyl die pyn en dus gepaardgaande verliese wat haar skoonma haar besorg het, langer geneem het om deur te werk. Ten opsigte van haar skoonma moes al die gevoelens wat sy vantevore nie wou hanteer nie, eers na die oppervlak kom. Emosies wat sterk gefigureer het, was kwaadheid, frustrasie en onvergewensgesindheid. Eers nadat hierdie emosies, asook sekondêre verliese soos onvervulde behoeftes, drome, veronderstellings en verwagtinge (as gevolg van haar skoonma se optrede), hanteer is, kon sy dit reg kry om haar skoonma te vergewe.

- **Positiewe afloop**

Hierdie afhandeling van die verlede het uiteindelik ook haar fisiese gesondheid positief geraak. Ten tye van die skryf van hierdie verslag het die dokter, volgens haar, gesê dat sy binne 'n maand haar medikasie sou kon staak. Tussen haar en haar ouers het daar ook 'n verbetering in hulle verhouding gekom. Sy het egter besluit om voorlopig grense neer te lê vir selfbeskerming betreffende haar skoonma – sy sou vir 'n tyd lank kontak met haar vermy ten einde self eers innerlik sterker te word. Nadat sy met haar vriendin (wat dood

is) se man 'n gesprek gaan voer het, het daar ook aanvaarding en berusting gekom betreffende die vriendin se dood.

5.6.11 Medewerker 5

Uit gesprekke met hierdie getroude vrou in haar vroeë veertiger jare het dit geblyk dat sy as kind deur haar pa gemolesteer is. Nadat hy haar gemolesteer het, het hy gewoonlik vir haar gelag. As kind was sy bang vir die skaduwee in die gang wat vir haar 'n sinnebeeld van haar pa was. Hulle buurman het haar ook gemolesteer. Haar ma en broer wou haar nie glo as sy hulle van die voorvalle vertel het nie. Op 15-jarige ouderdom het sy swanger geraak, kort daarna getrou, maar die huwelik het op 'n egskeiding uitgeloop. Sy het later weer in die huwelik getree. Haar verhouding met haar man en kinders is deurgaans gespanne as gevolg van haar optrede.

Gevoelens/emosies wat sy ervaar het voor die berading begin het, was die volgende: woede, kwaadheid, onvergewensgesindheid, depressie, bekommernis, angstigheid, frustrasie, vrees (veral vir die donker), skuld, skaamheid, hartseer, hulpeloosheid en magteloosheid. Sy het swak geslaap, swak gekonsentreer en was dikwels geïrriteerd. Enige donker plek was gewoonlik ook vir haar 'n bedreiging. Sy sou dan oorval word deur vrees, haar hart sou vinniger klop, sy kon nie asem kry nie, sy sou verstyf, sy sou begin sweet en sy sou te bang wees om haar oë oop te maak. Wanneer sy oor die voorvalle met navorser gepraat het, het haar stem verander in 'n rasperklank. Sy het 'n verlies van haar kind- en menswees ervaar, haar selfbeeld was geknou en sy het haar vertroue in haarself en die mensdom verloor. Sy het haarself ook kwalik geneem vir haar optrede teenoor veral haar kinders.

Tydens die gesprekke is daar vanuit die Skrif besonder gefokus op die beeld van God wat al meer in haar gestalte moet kry. Dit sou uiteindelik kompenseer vir haar eie swak selfbeeld. Sy is ook begelei om telkens te vra wat God se waarheid oor haar is wanneer

sy negatief oor haarself gedink het. Aangesien sy oor baie aangeleenthede skuldig gevoel het, is sy vervolgens begelei om telkens die feite in die regte perspektief te sien. Die detail van elke traumatiese insident is tydens gebedsessies dan ook met haar deurgewerk. Sy is ook gevra om Skrifgedeeltes wat betrekking het op vergifnis, tuis deur te werk. Dit het aan haar 'n beter verstaan van vergifnis gegee sodat sy uiteindelik ook by die punt kon kom waar sy haar oortreders kon vergewe. As deel van die proses van vergifnis het sy ook haar eie haat, onvergewensgesindheid en skuld bely.

- **Gevolgtrekking**

Nadat die onverwerkte trauma by hierdie persoon deurgewerk is en daar emosionele stabiliteit by haar ingetree het, kon sy haar oortreders ten volle vergewe. Sy het as deel van die proses van vergifnis nie net haar oortreders vergewe nie, maar het ook God se vergifnis vir haarself aanvaar.

- **Positiewe afloop**

In 'n latere gesprek met haar kinders meld hulle dat hul ma ten goede verander het. Medewerker 5 het intussen met verskeie nuwe doelwitte begin – sy skakel by haar gemeente se Bybelstudie in, het deeltyds begin werk, het aangesluit by 'n gimnasium en het planne in plek om haar matriek te behaal.

5.7 GEVOLGTREKKINGS MET BETREKKING TOT GEVALLESTUDIES

Alhoewel dit baie riskant sou wees om algemeen geldende reëls te wil formuleer vanuit bovermelde vyf gevallestudies, wil navorser op grond van die betrokke resultate die volgende gevolgtrekkings en perspektiewe aan die orde stel:

- Vir sinvolle teorievorming is empiriese navorsing nodig.

- Kwalitatiewe navorsing bied die geleentheid om by inligting uit te kom wat die egtheid of oorspronklike aard van mense se ervarings weergee.
- Tyd as sodanig genees nie alle emosionele verwonding uit die verlede nie. Voordat vordering en geestelike groei kan plaasvind, is dit soms nodig dat persone eers genesing ervaar ten opsigte van die emosionele pyn, asook onverwerkte trauma van die verlede.
- Die belangrikheid van 'n terugbeweeg na die onverwerkte pyn en trauma van die verlede, blyk in al vyf die gevalle van deurslaggewende waarde te gewees het. As gevolg van die pyn van die verlede is negatiewe emosies en aftakelende gedragspatrone aangeleer met herhaalde destruktiewe gevolge vir die betrokke persoon.
- Nog 'n belangrike rede waarom dit nodig is om terug te keer na die verwonding van die verlede, is dat so 'n persoon, indien nodig, deur die stappe van vergifnis en sondebelydenis begelei kan word. Waar trauma ter sprake was, is daar in die meerderheid gevalle oortreders ter sprake en dít gee weer aanleiding tot bitterheid en onvergewensgesindheid. Belydenis en vergifnis kan dus nie oor die hoof gesien word nie.
- Voordat daar tot vergifnis oorgegaan word, moet die verliese wat 'n persoon gely het, eers erken en deurgewerk word. Dit kan wees dat so 'n persoon eers moet rou oor die verliese wat hy ervaar het.
- Vergifnis is 'n doelbewuste keuse wat gemaak moet word. Om 'n persoon te begelei om die keuse te maak, moet so 'n persoon verstaan wat vergifnis is.
- Wanneer vergifnis aan die oortreder geskenk word, is dit nie nodig dat die oortreder teenwoordig moet wees nie. In sommige gevalle moes die medewerkers hulself vergewe. In die praktyk het dit geïmpliseer dat hulle eintlik God se vergifnis vir hulself aanvaar het.
- Uit die gevallestudies het dit duidelik geblyk dat vergifnis nie versoening is nie. Dit het verder ook geblyk dat vergifnis by geleentheid kan impliseer dat daar ook grense getrek moet word ten einde die slagoffer verdere pyn en aftakeling te spaar.

- Vergifnis kan simbolies uitgebeeld word (vgl. die gebeure rondom Medewerker 3).
- Die waarde van gebed in die pastorale terapeutiese proses mag nie onderskat word nie, aangesien dit 'n uiters belangrike rol in die gesprekke gespeel het en telkens bygedra het tot geestelike deurbrake.

AFDELING C: PRAKTYKTEORIE

HOOFSTUK 6

PRAKTYKTEORETIESE PERSPEKTIEWE VIR DIE PASTORALE BEGELEIDING VAN EMOSIONEEL VERWONDE PERSONE

6.1 INLEIDING EN OMSKRYWING VAN PRAKTYKTEORIE AS BEGRIP

In hierdie hoofstuk word 'n model aangebied vir die pastorale begeleiding van emosioneel verwonde persone. 'n Belangrike komponent van hierdie model sal dan ook gefokus wees op die begeleiding van die betrokke beradene deur die prosesse van rou en vergifnis.

Volgens Pieterse (1993:52) word 'n praktykteorie vir elke mededeelsame handeling ontwerp. Die bevindinge van die empiriese ondersoek word uiteindelik in die praktyk deur middel van interaksie met die bestaande praktykteologiese teorieë geïntegreer. Op hierdie wyse is daar dan 'n kritiese interaksie tussen die praktyk en die huidige praktiese teologiese teorieë sodat bestaande konsepte verder uitgebou kan word (Heyns & Pieterse, 1998:86; Van der Ven, 1993:38).

6.2 DOELSTELLING

Op grond van die basisteoretiese perspektiewe (hoofstukke 2 en 3), in wisselwerking met die metateoretiese gegewens (hoofstukke 4 en 5), word daar in hierdie hoofstuk 'n werkbare en bruikbare praktykteorie ontwerp.

Die eerste gedeelte van hierdie hoofstuk handel vervolgens oor die doel van pastorale berading (6.3), waarna die fokus verskuif na die berader se vertrekpunte (6.4). Daarna word die pastorale beradingsverhouding (6.5), die Heilige Gees en die Woord van God (6.6), asook die rol van gebed in die beradingsproses (6.7) bespreek. 'n Gedeelte volg dan oor die insameling van inligting (6.8) waarna eers die tema van rou (6.9) en daarna die tema van vergifnis (6.10) aan die orde kom. Met betrekking tot laasgenoemde twee aspekte word die onderskeie prosesse dan stap vir stap aan die orde gestel.

6.3 DIE DOEL VAN PASTORALE BERADING

Die oogmerk met die pastorale begeleiding van emosioneel verwonde persone is heling en genesing. Genesing moet hier nie net as fisiese genesing gesien word nie, maar dit is inderdaad van toepassing op die mens in sy totaliteit (vgl. 3.4.2). Ons let vervolgens op 'n aantal doelwitte wat met hierdie proses beoog word.

6.3.1 Geloofsgroei en geloofsontwikkeling

Berading wat daarop gefokus is om bemoediging en leiding aan emosioneel verwonde persone te verskaf, kan geloofsgroei en geloofsontwikkeling stimuleer en mense help om probleme, innerlike konflik en verlammende emosies doeltreffender te hanteer (vgl. 3.3 en 3.4.4). Hierdie geloofsgroei besit die potensiaal om mense oorwinnend en hoopvol te laat leef.

Berading kan help om selfvernietigende lewenspatrone te vervang, ook om mense te help om in 'n persoonlike verhouding met Jesus Christus te kom en om vergifnis, asook verligting van die gevolge van sonde en skuld, te vind (vgl. Ps 130 en 3.3). Pastorale berading moet dus Christus-gesentreerd en Bybels-gefundeerd wees (vgl. 3.3).

6.3.2 Genesing en heelwording

In die herstelproses moet tot die mens in sy totaliteit gerig wees (vgl. 3.4.2). In hierdie verband kan die uniekheid van Jesus Christus se bediening beklemtoon word. Sy bediening was nie net om siektes te genees nie; dit was ook om emosies te genees van diegene wat geraak is deur verwerping, om diegene te verlos wat deur hul eie vleeslike drange gevange geneem is, om begrip te gee aan diegene wat in die duister wandel, om vryheid te gee aan diegene wat ly as gevolg van hulle eie bitterheid en om aan almal bekend te maak dat dit die tyd is van God se aanvaarding en nie van verwerping en wraak nie (Mark 2:5-12; Luk 4:18-19; 7:50; 8:48 en 3.4.2).

Die beradene moet besef dat hy homself nie kan genees nie; daar moet egter die oortuiging wees dat die bron van ware genesing en vergifnis slegs by God is (vgl. 3.4.2). Verder moet daar die wete wees dat God nie net die emosioneel verwonde persoon sal genees nie, maar Hy sal ook so 'n persoon weer emosioneel en geestelik herstel en opbou en restoureer (vgl. 2.5.1.2).

6.3.3 Heling van herinneringe

Soos aangedui in hoofstuk 3.4.3 moet daar in sommige gevalle eers heling van herinneringe plaasvind voordat genesing van emosionele verwonding kan intree; daarom moet daar heel dikwels aanvanklik eers gefokus word op die oorsprong van 'n emosioneel verwonde persoon se onaangename herinneringe. Wanneer 'n persoon die emosionele pyn van die verlede saam die toekoms indra, het so 'n persoon nodig om gevolglik eers die verlede deur te werk (vgl. 4.4.2). Die onverwerkte trauma sal telkens geaktiveer word wanneer so 'n persoon herinner word aan die oorspronklike of soortgelyke gebeurtenisse en 'n belangrike oogmerk van die beradingsproses moet dus gerig wees op die heling van sodanige pynlike herinneringe. Uiteindelik is dit uitsluitlik die werk van die Heilige Gees wat hierdie innerlike genesingsproses tot stand bring (vgl. 3.4.2). Wanneer die

Heilige Gees op hierdie wyse die herinneringe van die verlede genees, genees Hy eintlik die wonde van die verlede wat steeds aanwesig is, asook die effek daarvan op 'n persoon se lewe (vgl. 3.4.2). In die proses vul Hy die innerlike emosionele vakuum en kanselleer Hy deur Sy liefde die "gif" van al die emosionele pyn en seerkry en letsels.

6.3.4 Verandering

Berading kan ook meehelp dat 'n positiewe verandering in 'n persoon se lewe bereik kan word (vgl. 3.3). Die Christelike berader weet dat God lewens kan verander en daarom moet hy met daardie feit werk (vgl. 3.4.1). God het voorsiening gemaak vir die mens om te verander. Hierdie verandering is slegs moontlik indien so 'n persoon verenig is met Christus (vgl. 3.4.1). Om die verandering te bereik, moet die beradingsproses onderworpe wees aan en geïntegreer wees met die Woord en die Gees wat in die finale instansie innerlike verandering kan bewerkstellig waar alle ander metodes en tegnieke misluk het.

Hierdie verandering wat die beradene moet ondergaan, moet ook 'n herstelde identiteit in Christus insluit. Die grondslag van so 'n herstelde identiteit is die innerlike oortuiging dat God die beradene onvoorwaardelik in en deur Jesus Christus aanvaar (vgl. 5.6.7).

6.3.5 Selfbegrip

Wanneer 'n persoon tot selfbegrip gelei word, kan so 'n persoon self agterkom of hy bevooroordeeld is, skadelike houdings huisves en moontlik met selfvernietigende gedrag besig is (vgl. 3.4.4). So 'n persoon moet objektief bygestaan word sodat hy 'n realistiese beeld kan kry van wat met hom en die wêreld rondom hom gebeur. So 'n persoon moet ook begelei word tot volle begrip ten opsigte van wie hy in Christus is (vgl. 2.5.1.2 en 5.6.11).

6.4 BERADER SE VERTREKPUNT

Dit moet aan die beradene verduidelik word dat die berader hoofsaaklik geestelike hulp verleen onder leiding van die Heilige Gees (vgl. 3.5; 3.6.2 en 3.9), vanuit die Woord van God (vgl. 3.8) en met die gebruikmaking van gebed (vgl. 3.11).

6.5 DIE PASTORALE BERADINGSVERHOUDING

Die beradingsverhouding bestaan uit drie partye, naamlik die berader, die beradene en die Drie-enige God (vgl. 3.5). Aangesien God deel is van die beradingsverhouding, is dit nie net noodsaaklik dat daar 'n verhouding sal bestaan tussen die beradene en die berader nie, maar ook tussen die berader en God, en tussen die beradene en God (vgl. 3.5.1 en 3.5.2). Die berader se betrokkenheid by die beradene kan dus nie gereduseer word tot suiwer hulp vir emosionele en sosiale probleme nie, maar moet dus ook die weg open tot die vestiging en uitbouing van die verhouding tussen die beradene en God (vgl. 3.5.1).

6.5.1 Die berader

Die berader moet self besef dat hy van God afhanklik is vir die beradingsproses (vgl. 3.5) en dat hy as berader onder leiding van die Heilige Gees moet optree (vgl. 3.6.2). Tog is die berader die een wat die verantwoordelikheid moet neem om toe te sien dat 'n milieu geskep word waarbinne genesing kan plaasvind (vgl. 3.5.2).

As verteenwoordiger van God en die kerk sal die vaardige berader 'n stabiliserende en ondersteunende figuur wees deur teenwoordig te wees te midde van pyn, vrees en psigiese afstomping (vgl. 3.6 en 3.6.1). Die berader kan op hierdie wyse 'n simbool van hoop, hulp en bemoediging wees. 'n Goeie berader sal 'n beradene ook help om verkeerde optredes in die verlede te herken (vgl. 3.6 en 3.6.1). Die oortredings mag nie

gekondoneer, goedgepraat of ontken word nie, maar die pynlike werklikhede moet direk gekonfronteer word terwyl alle vorme van ontkenning ook geïdentifiseer moet word. Dit is vervolgens belangrik dat die berader deur hierdie hele proses heen die nodige begeleiding sal verskaf ten einde die beradene uiteindelik ook deur die prosesse van rou en vergifnis te kan lei.

Die berader moet ook 'n beradingsmodel gebruik wat plooibaar genoeg is om ruimte te maak vir variasie betreffende die verskillende omstandighede van verskillende individue (vgl. 3.5.2). Daarom is dit belangrik dat die berader onder leiding van die Heilige Gees baie spesifiek sal fokus op daardie aspekte wat effektief aangewend kan word met betrekking tot 'n spesifieke beradene, sy probleem en sy situasie op hierdie spesifieke stadium van sy lewe (vgl. 3.6.2). Daar moet dus nie in algemene teorie en veralgemenings verval word as daar met 'n spesifieke persoon gewerk word nie.

6.5.1.1 Die berader se rol by verliese en die proses van rou (vgl. 3.3 en 3.10.2)

- Die berader sal, in die geval van 'n verlies, die Christelike boodskap te midde van die verlies na vore bring.
- Die berader sal ook rekening moet hou met die spesifieke kontekste, wat 'n persoon wat 'n verlies ervaar het, kan affekteer.
- Die berader sal mense aanmoedig om oor die verlies te praat.
- Die berader sal teenwoordig en beskikbaar wees.
- Die berader sal duidelik te kenne gee dat dit goed en aanvaarbaar is om uiting te gee aan gevoelens, sonder om onnatuurlike druk op die beradene uit te oefen om gevoelens te toon.
- Die berader sal fyn luister. Die beradene sal wil gesels oor kwessies soos die gevoelens en simptome wat hy ervaar, die besonderhede van die verlies, die rede vir die verlies en die toekoms. Skuldgevoelens, woede, verwarring en wanhoop

sal by geleentheid na die oppervlakte kom en hieraan moet volle erkenning gegee word. Dit is belangrik dat dit nie veroordeel, onderdruk of weggepraat word nie.

- Rondom die neem van groot besluite te midde van die rouproses sal die berader die nodige leiding verskaf.
- Die berader sal op 'n diplomatiese en empatiese wyse enige patologiese of irrasionele gevolgtrekkings bevraagteken en daarna die persoon die geleentheid bied om te antwoord en die sake te bespreek.
- Die berader sal praktiese hulp aanbied.
- Die berader sal daarop ingestel wees om 'n variasie van treurrituele aan te moedig.
- Gebed sal 'n belangrike rol vervul betreffende diegene wat rou en hulle sal getroos word met behulp van toepaslike Skrifgedeeltes sonder om die rouproses te onderdruk.

6.5.2 Die beradene

Die beradene in hierdie studie is die emosioneel verwonde persoon en as gevolg van die *verwonding* is die beradene gevolglik die persoon aan wie hulp verleen moet word. Hierdie verwonding het oor die algemeen plaasgevind as gevolg van die een of ander vorm van trauma in so 'n persoon se lewe (vgl. 4.4.1). Omdat hierdie traumatiese gebeurtenis wat die persoon ondervind het, tot op daardie stadium nog nie verwerk nie, is die begeleiding deur 'n proses van rou en vergifnis heel dikwels 'n kardinale faset van die genesingsproses as geheel. Waar daar trauma was, was daar in die meeste gevalle ook ander persone betrokke wat heel dikwels vergewe moet word. Verder het geblyk dat trauma so dikwels ook die een of ander aspek van verlies impliseer en daarom dan ook die belangrikheid van die rouproses (vgl. 3.10; 3.12.1.2 en 4.5).

6.5.2.1 Die beradene se toevlug

Alhoewel die beradene hom na 'n berader gewend het vir hulp, is God die Een wat kan uitkoms gee uit elke moeilikheid (2 Kor 1:3b-4). God alleen is die bron van genesing en vergifnis (vgl. 3.4.1 en 3.4.2). Die beradene moet dus besef dat hy in die eerste plek afhanklik van God is vir sy herstel (vgl. 3.7.1).

6.5.2.2 Die beradene staan in verhoudings

Die beradene staan in verhouding tot God, die berader, homself en enigeen wat moontlik trauma in sy lewe veroorsaak het. Hierdie verhoudings waarin die beradene staan, sal telkens in die beradingsproses na vore kom.

- *Die beradene in verhouding tot God*: Dit is nodig om seker te maak dat die geestelike basis in plek is – veral waar pastorale berading die basiese vertrekpunt is (vgl. 3.5.1).
- *Die beradene in verhouding tot die pastorale berader*: Die kwaliteit van die verhouding tussen die berader en beradene sal die uitkoms van die berading beduidend beïnvloed (vgl. 3.5.2).
- *Die beradene in verhouding tot homself en andere*: Dikwels voel die beradene skuldig en skaam oor sy eie aksies en besluite wat moontlike trauma kon veroorsaak het (vgl. 5.6.7). Verder kan beradenes ook kwaad en woedend wees as gevolg van die verliese wat hulle gely het. Hierdie woede kan gerig wees teen diegene wat die verliese veroorsaak het (vgl. 4.7.3.1). Hier is 'n gesindheid van vergifnis baie belangrik. Sonder ware vergifnis teenoor die self of andere, sal die genesingsproses geblokkeer wees (vgl. 4.7). Dit is belangrik dat vergifnis uiteindelik sal realiseer, ongeag hoe intens die trauma ook al was.

6.5.2.3 Die beradene se verantwoordelikheid

Die beradene moet ook verantwoordelikheid neem vir sy aandeel in die beradingsproses (vgl. 3.7.3). Hierdie verantwoordelikheid behels onder andere dat die beradene onder leiding van Heilige Gees, aktief sal deelneem aan die proses. So 'n persoon moet hom dus verbind om te volhard en enduit met die proses deur te gaan (vgl. 3.7.3). Die beradene se eerste verantwoordelikheid is uiteraard die aksie om aan te meld en gehelp te wil word.

6.5.2.4 Veranderlikes by die beradene

Die berader moet deeglik kennis neem van veranderlikes by die beradene. Veranderlikes sluit sake in soos die graad van pyn, die wil om te vergewe, die moontlike aanwesigheid van die een of ander vorm van geestesiekte, ouderdom, morele ontwikkeling en godsdienstigheid (vgl. 3.7.4). Hierdie veranderlikes kan die effektiwiteit van die beradingsproses beperk indien dit nie in ag geneem word nie.

6.6 DIE HEILIGE GEES EN DIE WOORD VAN GOD

Aangesien die Heilige Gees en die Woord van God waarskynlik die belangrikste komponente in die beradingsproses is, moet die berader in 'n besondere mate hierop gefokus wees. Die Heilige Gees lei deur die Woord (vgl. 2.4) en daarom moet die berader ook 'n grondige kennis en insig van die Woord hê (vgl. 3.8).

6.6.1 Die Woord van God

Die Skrif is die enigste betroubare gids wat die gelowige het om behoorlik as mens in 'n gebroke wêreld te funksioneer (vgl. 3.8). Bybelse berading kan net effektief wees as die Skrif in die beradingsproses geraadpleeg word. Die Bybel kan uitgelê, verklaar en toegepas word, veral omdat gelowiges die belofte van die Heilige Gees het (vgl. 3.8). Nie net moet die berader 'n grondige kennis van die Woord hê nie, maar hy moet die beradene moet ook heel dikwels onderrig rondom basiese aspekte vanuit die Woord ten einde in staat te wees om aktief te kan meewerk aan sy heelwording (vgl. 3.8).

Soos geblyk het vanuit die empiriese navorsing (vgl. hoofstuk 5), is dit belangrik dat die beradene uiteindelik tot selfinsig kom. Hierin speel die Woord ook 'n belangrike rol. In die lig van die Woord kan daar gevolglik 'n totale heroriëntering van so 'n persoon se lewe en algemene situasie plaasvind. Die gevolg hiervan kan 'n bevryding van onderdrukte gevoelens/emosies, asook 'n nuwe lewensperspektief impliseer (vgl. 3.8). Een van die hoofoogmerke van die Woord is immers om verandering in 'n persoon se lewe teweeg te bring - vanaf 'n negatiewe toestand wat was, tot 'n positiewe toestand in die hede en in die toekoms (vgl. 2 Tim 3:16 en 3.8). Op hierdie wyse kan die beradene gevolglik vanuit Skriftuurlike beginsels tot 'n nuwe lewenswyse begelei word.

6.6.2 Die Heilige Gees

Die Heilige Gees het Christus se werk hier op aarde kom voortsit (Joh 14:16-18). Die Heilige Gees kan met behulp van die Skrif 'n mens se wese beoordeel, insig skep, 'n radikale verandering teweegbring en 'n nuwe bestemmingsfunksie vir daardie mens ontwerp (vgl. 3.9). Die Heilige Gees is daarom altyd daar vir die mens wat geestelik en emosioneel verlam word deur swakhede, emosionele skade of pynlike ervarings. Die Heilige Gees, as *Goddelike Raadgewer*, werk gevolglik saam in 'n gemeenskaplike poging om genesing van seerkry en pyn te bewerkstellig (vgl. 3.9).

Verder is die Heilige Gees teenwoordig om die mens tot inkeer te bring (Joh 16:8), in die hele waarheid te lei (Joh 16:13), te versterk (Hand 9:31), te vernuwe (Titus 3:5), te oortuig van sonde (Joh 16:8) en alle dinge te deursoek (1 Kor 2:10). Van besondere belang is die feit dat die Heilige Gees ook intree vir die mens (Rom 8:26-27).

6.7 DIE ROL VAN GEBED IN DIE BERADINGSPROSES

Die gebede van Sy kinders is vir God belangrik (vgl. 2.5.1.2). Gebed is daarom een van die mees kritiese elemente in die beradingsproses (vgl. 3.11). Die volgende sake is verder van belang wanneer daar oor gebed gepraat word:

6.7.1 Genesing van emosionele wonde van die verlede

'n Emosioneel verwonde persoon moet begrip hê vir die feit dat in talle gevalle die dieperliggende wortels van huidige emosionele pyn heel dikwels ver terug in die verlede lê en daarom moet daar in gebed as't ware terugbeweeg word in die verlede in en moet Jesus Christus toegelaat word om die betrokke areas waar genesing nodig is, deur Sy Gees aan te raak (vgl. 3.11.1). Met betrekking tot hierdie helingsproses is dit gevolglik belangrik om te poog om die presiese tydperk te identifiseer wanneer die traumatiese gebeure plaasgevind het (vgl. 5.6.9). Die Heilige Gees kan lang vergete insidente weer in 'n persoon se gedagtes na die oppervlak bring (vgl. 3.11.1). In die gebed wat gebid word, word die Heilige Gees dan as't ware gevra om met die beradene terug te beweeg in tyd, na die presiese feitlike traumatiese situasie en gebeure. Die pynlike herinneringe word dan weer beleef, maar nou in die helende teenwoordigheid van die Heilige Gees. Deur die gebruikmaking van "geestelike verbeelding" (vgl. 3.11.1), word daar dan gebid asof die persoon op die spesifieke moment is toe die traumatiese gebeure plaasgevind het en hier laat hy toe dat die Heilige Gees beheer van die situasie oorneem soos wat dit nodig was op daardie tyd. Wanneer Christus deur Sy Gees op hierdie wyse in die

traumatiese gebeure ingenooi word, oefen Hy Sy heerskappy uit met betrekking tot al die pynlike ervarings en herinneringe om dit te genees (vgl. 3.11.1).

Die genesing van die wonde van die verlede is dus 'n geleentheid om terug te keer na die verlede, nie om dit te gaan verander nie, maar om die negatiewe impak daarvan op die beradene se emosies en herinneringe uit te kanselleer (vgl. 3.11.1). Die oogmerk is verder om heling te ervaar van die skaamte, skuld en pyn wat hierdie persoon soms jare lank kon getreiter het en moontlik steeds 'n effek kan hê.

6.7.2 Die opstel van 'n gebedslys

Betreffende die opstel van die gebedslys: al die negatiewe herinneringe en emosies wat na vore mag kom tydens die aanvanklike gesprek, word op hierdie gebedslys geplaas (vgl. 3.11.2). Alhoewel die aanvanklike gesprek alreeds op sigself deel van die terapeutiese proses is, is dit in heelparty gevalle (veral waar daar intense trauma was) nie voldoende vir totale genesing nie en daarom moet daar ook in die daaropvolgende gebedsessie gefokus word op die detail van die herinneringe aan die emosionele seer en pyn.

Tydens die aanvanklike gesprekke sal diegene wat moontlik op die een of ander wyse verantwoordelik was vir die pyn, se name ook op so lys geplaas word. Indien die beradene bygedra het tot sy eie pyn, of skuldig voel oor iets, moet sy naam ook op die lys verskyn. Tydens die proses van vergifnis moet die lys dan deurgewerk word.

6.8 VERSAMELING VAN INLIGTING

'n Belangrike aspek van berading is die versameling van inligting oor die beradene (vgl. 3.7.2). Indien 'n berader probeer om tot hulp te wees vir 'n emosioneel verwonde persoon

vóórdat hy genoeg inligting van die persoon versamel het, kan so 'n berader oneffektiewe hulp aanbied of tot gevolgtrekkings kom wat nie werklik ter sprake is nie. Die berader moet dus 'n deeglike kennis van die beradene opbou (vgl. 3.7.2) om werklik effektief te wees.

6.8.1 Tipe inligting wat ingesamel moet word

'n Deeglike kennis van die beradene moet gegrond word op feite. Hierdie insameling van feite sal 'n georganiseerde metode om inligting te versamel, soos 'n vraelys, insluit (vgl. Bylaag A). Eers wanneer genoeg inligting ingesamel is, kan die groter prentjie van hierdie persoon se situasie na regte geëvalueer word.

Sake waaroor inligting verkry moet word, sluit die volgende in (vgl. 3.7.2.1):

- Die beradene se verhouding met God asook ander persone
- Sy algemene lewenstyl
- Sy sosiale lewe
- Sy ondersteuningsbasis
- Sy algemene optrede en dade
- Tragedies en groot lewensveranderinge gedurende die afgelope jaar
- Die persoon se geskiedenis, met ook besondere klem op alle insidente van emosionele pyn, skok en trauma
- Die persoon se gevoelens/emosies
- Tydsverloop sedert die traumatiese insident/e
- 'n Bereidwilligheid om te vergewe
- Sy geloofslewe

- Moontlike gevolge voortspruitend uit emosies, soos bitterheid en onvergewens-gesindheid.
- Die persoon se algemene omstandighede.

In die vraelys wat ingevul moet word, moet die beradene ook aandui watter vorige siektes hy gehad het en watter medikasie gebruik word (vgl. Bylaag A).

Inligting kan ook verkry word van so 'n persoon se dokter, predikant asook ander mense met wie hy in 'n noue verhouding staan (vgl. 5.6.8). Dit is belangrik dat daar verder 'n voortgaande proses van inwin van inligting moet wees (vgl. 3.7.2.1 en 5.6.9).

Hier moet beklemtoon word dat nie alles wat in die verlede gebeur het noodwendig 'n negatiewe uitwerking op die persoon sal uitoefen nie. Tog moet daar aandag geskenk word aan die verlede, want dit kan juis onverwerkte trauma (vgl. 4.4.2 en 5.6.9) en onbelyde sonde (vgl. 5.6.7) wees wat aanvanklik die negatiewe proses en innerlike spanning en negatiewe emosies, geaktiveer het. Die feit dat sulke negatiewe ervarings moontlik nie verwerk en gehanteer is nie, kan 'n persoon dus affekteer. Daarom is dit nodig om alle inligting te verkry wat van toepassing is op die persoon se huidige situasie ten einde te kan vergelyk hoe die persoon reageer op dit wat gebeur het in sy verlede.

6.8.2 Interpretasie van die inligting

Vanuit die inligting wat ingesamel word, moet sekere gevolgtrekkings gemaak word (vgl. 3.7.2.2). So byvoorbeeld moet die inligting geïnterpreteer word om te sien of daar 'n verband is tussen wat nou in die beradene se lewe aangaan en dit wat voorheen in sy lewe gebeur het (vgl. 4.4.1). Nie net moet die berader die inligting interpreteer nie, maar in sommige gevalle moet die inligting vir die beradene herinterpreteer word, aangesien hy

moontlik alreeds verkeerde gevolgtrekkings aangaande sy situasie kon gemaak het (vgl. 3.7.2.2).

Die proses van interpretasie hou verband met twee basiese elemente, naamlik akkurate analisering van die inligting, asook die verduideliking daarvan aan die beradene (vgl. 3.7.2.2). In die analisering van die inligting gaan dit onder andere om hoe die berader die probleem verstaan en watter Bybelse oplossing daar vir die probleem is. Die tweede element behels dat die inligting vir die beradene geïnterpreteer word.

Op grond van die inligting wat ingesamel is, kan die volgende vrae ten opsigte van die interpretasie van die inligting gevra word (vgl. 3.7.2.2):

- Watter insigte verskaf die Bybel betreffende die oorsake van die probleem?
- Wat is die verhouding van die probleme tot mekaar?
- Watter hindernisse bestaan daar in die persoon se lewe wat verandering sal blokkeer?
- Watter fisiologiese en psigologiese faktore speel 'n rol in die ontwikkeling van die probleem?
- Wat is die persoon se verwagting ten opsigte van die beradingsproses?

6.8.3 Toets die interpretasie

Die interpretasie moet steeds vir korrektheid getoets word (vgl. 3.7.2.2). Die volgende riglyne kan help om die interpretasies te toets:

- Die berader moet homself vergewis dat hy genoeg inligting het om sodoende 'n feitelike basis te hê vir sy gevolgtrekkings. Daarom moet die berader weer die persoonlike inligtingsvraelys nagaan, asook enige addisionele notas, om te bevestig dat die interpretasies gebaseer is op feite.
- Verkry tydens elke sessie addisionele inligting om sodoende die interpretasies te bevestig.

- Die berader moet versigtig wees vir 'n oorvereenvoudiging. Ander moontlikhede moet dus ook oorweeg word op grond waarvan die inligting geïnterpreteer kan word.
- Die berader moet die beradene op die hoogte hou van sy gevolgtrekkings. Sodoende kan die gevolgtrekkings ook bevestig of verander word.
- Die berader moet bid om leiding van die Heilige Gees betreffende die interpretasie.

6.9 DIE PROSES VAN ROU

Rou is 'n normale respons op die verlies van enige betekenisvolle persoon, voorwerp, geleentheid of aangeleentheid (vgl. 3.10). Wanneer iemand dus 'n geliefde verloor of iets wat doel, sin, mening en sekuriteit gee, sal so 'n persoon daaroor rou (vgl. 4.6).

6.9.1 Drie vertrekpunte

In die kern van elke traumatiese ervaring is daar 'n element van verlies (vgl. 3.10 en 4.5). Navorser werk met die volgende drie vertrekpunte ten opsigte van verlies:

- *Emosioneel verwondes moet rou oor verliese*

Rou is 'n kragtige en natuurlike emosie. Te midde van 'n verlies is elke persoon se ervaring uniek. Hoe 'n persoon rou, hang van die verlies af, die persoon se verhouding ten opsigte van die verlies en hoe die verlies tot stand gekom het (vgl. 4.6). Indien die rouproses weerstaan word, sal so 'n persoon die pyn regdeur sy lewe met hom saamneem (vgl. 5.6.7).

- *Verliese impliseer meer as net om iemand aan die dood af te gee*

Enige ervaring wat 'n mens se verstaan van die betekenis van die lewe vernietig, moet as 'n verlies beskou word (vgl. 4.5). Emosioneel verwondes besef nie altyd dat daar behalwe oor 'n sterfte, ook oor ander verliese gerou moet word nie (vgl. 4.5.1 en 5.6.8).

Wanneer iemand 'n geliefde of iets wat doel, sin, mening en sekuriteit gee, verloor, sal so 'n persoon daaroor rou (vgl. 4.6).

- *Die effek van die verlies kan genees word*

Alhoewel die pyn van die verlies nie vermy kan word nie, hoef die emosioneel verwonde nie onbepaald die pyn saam te dra die toekoms in nie. Die persoon kan verby die pyn beweeg en 'n nuwe toekoms in die gesig staar (vgl. 4.6.1.4; 4.6.2 en 5.6.7).

6.9.2 Wat sneller die proses van rou?

Enige traumatiese gebeure het verlies, asook rou in verskillende grade, tot gevolg. Indien daar nie gerou word nie, sal dit die proses van vergifnis kompliseer (vgl. 3.10.3).

6.9.3 Die fases van rou

Wanneer daar oor fases gepraat word, moet dit verstaan word as instrumente wat 'n persoon kan help om sy gevoelens binne 'n gegewe raamwerk te identifiseer (vgl. 4.6.1.1 en 4.6.1.5). Dit moet egter duidelik gestel word dat nie almal noodwendig altyd deur al die fases van die proses beweeg nie of dat daar 'n bepaalde volgorde is waardeur almal gaan nie (vgl. 4.6.1.1). Dit kan ook gebeur dat mense deur sekere fases beweeg net om op 'n later stadium moontlik weer terug te beweeg na 'n vorige fase wat dan weer deurgewerk moet word.

6.9.3.1 Skok en ontkenning

Van die eerste reaksies wat 'n emosioneel verwonde persoon beleef, is 'n verlammende skok (vgl. 4.6.1.4). Die persoon beleef 'n onvermoë om werklik te kan glo dat hy 'n

verlies gely het (vgl. 4.6.1.1). Dit is byna soos iemand wat in 'n hipnotiese toestand is. In hierdie fase is dit vir die individu moeilik om enigiets emosioneel te ervaar terwyl hy in 'n toestand van skok is. Skok en ontkenning gaan gewoonlik saam en albei hierdie reaksies kan ernstige blokkasies in die genesingsproses tot gevolg hê indien die persoon hierby sou vassteek.

Wanneer iets onverwags of gewelddadigs gebeur, sal die liggaam in 'n skoktoestand ingaan wat eintlik maar 'n ingeboude oorlewingsmeganisme is te midde van die onmiddellike krisis. Sekere bloedvate sal byvoorbeeld afsluit en ander sal vergroot terwyl die hart en longe ook sekere aanpassings sal maak. Baie adrenalien sal deur die liggaam afgeskei word. Selfs die vel ondergaan verdedigende veranderings en die brein sal ook meer suurstof kry om te oorleef. Sou die liggaam egter onbepaald in hierdie traumatiese skok bly, dan is dit lewensgevaarlik vir die persoon.

Ontkenning kan 'n persoon egter onbewustelik help om wisselende emosies onder beheer te kry, aangesien dit daartoe lei dat slegs 'n sekere hoeveelheid gevoelens per geleentheid hanteer hoef te word. In hierdie verband is gevoelens soos skok, ontkenning en verlamming belangrik, aangesien dit die psige se verdedigingsmeganisme is (vgl. 4.6.1.1). Om al die gevoelens wat gepaard gaan met 'n groot verlies gelyktydig te ervaar, sal net vir die betrokke persoon se psige te veel wees om te hanteer.

6.9.3.2 Woede

Woede is 'n natuurlike, gesonde, Godgegewe, emosionele meganisme om pyn en verlies te hanteer en dit volg spontaan op skok en ontkenning (vgl. 4.6.1.4). Vir sommige persone is dit makliker om uitdrukking te gee aan hul woede as vir ander. Vir sommiges is dit byna onmoontlik om woede te herken en daaraan uiting te gee. Ander sal weer hul woede onderdruk sodat hulle dit vir diegene rondom hulle maklik en gemaklik kan maak.

Die berader moet diegene wat sukkel om uiting te gee aan hulle woede, help om in kontak te kan kom met hierdie heel basiese emosie.

Woede kan gerig wees tot mense, omstandighede en situasies (vgl. 4.6.1.1). Woede kan ook gerig wees tot God. Dit kan gebeur wanneer die getraumatiseerdes nie verstaan hoekom Hy nie ingegryp het en die verlies gekeer het nie. Juis die nieverstaan van die verlies kan dan lei tot 'n geloofskrisis. 'n Persoon kan ook vir homself kwaad wees, omdat hy nie die verlies kon verhoed het nie. Iemand kan ook kwaad wees, omdat hy in 'n skielike, onverwagte en onregverdige situasie beland het. Onderliggend aan 'n persoon se woede is gewoonlik sy pyn (vgl. 4.6.1.1). So 'n persoon kan ook verlate en alleen voel. Woede word gewoonlik gevolg deur gevoelens van hartseer, paniek, pyn en alleenheid. Woede kan ook as anker dien vir 'n persoon deurdat dit 'n tydelike "struktuur" bied aan die betekenisloosheid van die verlies. Woede beteken egter ook dat die persoon vordering maak op die pad van genesing (vgl. 4.6.1.1).

6.9.3.3 Depressie

Een van die redes waarom daar afgereken moet word met woede is die feit dat dit later op verskillende ander wyses kan manifesteer, onder andere in die vorm van depressie wat in baie opsigte soortgelyk is aan 'n sekondêre skoksindroom (vgl. 4.6.1.4). Dit is gewoonlik die resultaat van woede wat na binne gekeer is. Diepe depressie, asook 'n innerlike gevoel van doodsheid wat lewenslank kan duur, word veroorsaak wanneer depressie "ondergronds" gaan. Onder sulke omstandighede is genesing byna onmoontlik.

Depressie kan ook bloot die gevolg wees van basiese woede wat deel uitmaak van die rouproses en dit verskil van depressie as gevolg van woede wat na binne gekeer is. Depressie wat op hierdie wyse ontstaan, is gewoonlik tydelik van aard en klaar mettertyd vanself op. Dikwels gaan dit gepaard met valse skuldgevoelens. Terwyl 'n persoon rou,

kan die depressie erger wees as voordat hy begin het, maar dit is egter net 'n halte langs die pad – dit is nie die eindbestemming nie.

Indien 'n persoon egter sou vassteek by die depressiefase, kan dit ook impliseer dat hy begelei moet word om eers weer deur die voorafgaande stappe van die rouproses te werk. Daarna is daar soms 'n deurbraak (vgl. 5.6.9).

6.9.3.4 Onderhandeling en wensdenkery

Tydens hierdie fase kan persone onderhandelings veral met God of hulself aangaan (vgl. 4.6.1.1 en 4.6.1.4). As God hulle uit 'n sekere situasie red, sal hulle dit of dat doen. Hulle gaan soms ook bewustelik of onbewustelik kontrakte met hulself aan. Hierdie ooreenkomste is eintlik maar net wensdenkery, want dit het geen werklike mag nie. Tog dink hulle dat hulle deur sulke ooreenkomste hul lyding op die een of ander wyse kan verlig.

Ritualistiese gedrag soos kompulsiewe handwassery of eetversteurings wat na vore kom, kan 'n aanduiding wees dat die betrokke persoon gedeeltelik vasgesteek het by hierdie fase.

Skuld vorm dikwels deel van die onderhandelingsproses (vgl. 4.6.1.1). Die persoon vind fout met homself en dink aan wat hy anders kon gedoen het. So 'n persoon kan selfs met die pyn "onderhandel". Die persoon sal enigiets doen om nie die pyn van die verlies te ervaar nie. Daarom word daar dikwels terugbeweeg in die verlede in 'n poging om die pyn van die verlies te probeer ontduik. Onderhandeling is gevolglik 'n belangrike komponent van die rouproses, want dit bring tydelike verligting van die pyn.

Om "tot siens te sê", is 'n noodsaaklike stap tot heling en uiteindelik ook tot emosionele volwassenheid. Dit impliseer onder andere dat die persoon sy wensdenkery waarmee hy

die wêreld wou verander, moet prysgee. Eers wanneer hy finaal afskeid geneem het hiervan is die pad oop om te rou oor sy verliese.

6.9.3.5 Hartseer

Hartseer is normaal en die gepaste reaksie op treurige gebeurtenisse (vgl. 4.6.1.4). Hartseer kan gemaklik hanteer word met trane. Anders as chroniese depressie, herhalende kompulsies of woede, is hartseer nie eindeloos nie – dit kom, word herken en dit gaan weer verby.

6.9.3.6 Afhandeling en aanvaarding

Wanneer 'n persoon hierdie stadium bereik wat sedert die begin die doelwit was, is heling besig om te realiseer. Hierdie fase dui dus gewoonlik op 'n keerpunt. Aanvaarding impliseer nie dat die betrokke persoon van mening is dat alles honderd persent korrek is of dat hy dit wat gebeur het, kondoneer nie. Dit gaan egter hier om die feit dat die persoon die *realiteit* van die verlies aanvaar en dus erken dat die realiteit 'n permanente werklikheid is (vgl. 4.6.1.1). Aanvanklik is daar teenstand teen hierdie nuwe norm en wil die persoon die lewe handhaaf soos wat dit was voor die verlies. Deur die fase van aanvaarding word daar egter besef dat die verlede nie in stand gehou kan word nie en daarom sal die individu begin aanpas.

Wat tot dusver met die persoon gebeur het, is hoofsaaklik "a-logies", met ander woorde dit is nie teenstrydig of versoenbaar met die logika nie (vgl. 4.6.1.4). So 'n persoon het verby logika en rede gegaan na die binneste ruimtes van sy siel. Daar is uit die diepste emosionele putte wat God juis vir hierdie doel voorsien het, getap. Om die genesingsproses te voltooi, is dit dan ook nodig dat daar op hierdie wyse vanuit die gebied van die logiese denke na die soms onpeilbare dieptes van die emosies gegaan

word. Mense sukkel dikwels om af te sien van hul logiese begeerte na vergelding en dit blokkeer dan ook die vergifnisproses. Eers wanneer die persoon afsien van logika, kan hy losbreek uit die plek waar hy vasgesteek het en hierdie allerbelangrikste stap na genesing neem. Dán eers kan daar vrede gemaak word met die verlede.

Aanvaarding en afhandeling gaan saam met vergifnis (vgl. 4.6.1.4). Die proses van vergifnis word onder punt 6.10 verder bespreek. As die persoon die kwessies in sy lewe aanvaar, erken so 'n persoon dat dinge was soos dit was, maar dat hul uitwerking nie onomkeerbaar is nie. As dit dan wel afgehandel word, word die uitwerking omgekeer en dit impliseer dat die verhaal bevredigend afgesluit word.

6.9.4 Positiewe boustene in rou-terapie

Die volgende vier boustene kan gebruik word as basis om persone te help om deur 'n proses van rou te werk (vgl. 4.6.2):

6.9.4.1 Die rouproses as 'n reis

Die eerste bousteen is om van die rouproses as 'n "reis" te praat. - 'n reis wat begin waar die persoon absolute pyn ervaar totdat 'n punt bereik word waar daar nie meer pyn ervaar word nie, al word daar aan die verlies gedink. Hierdie reis is nie 'n reguit en gelyk pad nie, aangesien dit gekenmerk word deur tye van hartseer maar ook tye van hoop. Indien die persoon wat die verlies gely het, nie kans sien vir hierdie reis nie, sal dit die hele terapeutiese proses vertraag.

6.9.4.2 'n Gesonde selfwaarde

'n Tweede bousteen is om die beradene aan te moedig om 'n gesonde selfwaarde te ontwikkel (vgl. 4.6.2). Hier moet die beradene gehelp word om enersyds te bepaal wie hy is sonder die verlies in sy lewe en andersyds wie hy is mét die verlies (vgl. 5.6.8). Spesifieke vrae kan hier gevra word, soos:

- *Wie was jy voordat die verlies plaasgevind het?*
- *Watter veranderinge is daar nou ná die verlies?*
- *Hoe het jou identiteit verander en oor watter rolverliese moet jy rou?*

Om antwoorde op hierdie vrae te kry, is belangrik vir die rouproses. Om die reis te beplan, moet die beradene homself ken. Dit sluit in dat die beradene gebalanseerde insig sal hê met betrekking tot sy gedagtes, gevoelens en gedrag, sodat spesifieke aksies beplan kan word met die oog op die voltooiing van die reis.

6.9.4.3 'n Doelgerigte en aktiewe proses

Die derde bousteen behels dat rou as 'n doelgerigte en aktiewe proses gesien moet word (vgl. 4.6.2). Effektiewe rou impliseer dat 'n taakgerigte raamwerk daargestel word sodat die persoon deur die rouproses gehelp kan word. Komponente en simptome wat op emosionele, fisiese, gedragsmatige, geestelike en kognitiewe vlak manifesteer, moet erken en hanteer word. Take wat die persoon kan verrig in die geval van dood, sluit byvoorbeeld die volgende in:

- Sorteer aandenkings en besittings.
- Besoek weer gunsteling plekke.
- Hanteer die simpatiekaartjies.
- Besoek die plek van afsterwe en kyk deur foto's.

Selfs die taal wat gebruik word, ook deur die berader, moet die permanensie van die verlies bevestig. Rou behels aktiewe werk, maar rou het ook tyd nodig. Dit kan in sekere

gevalle selfs twee tot drie jaar neem voordat die pyn in intensiteit en frekwensie begin afneem (vgl. 4.6.1.7).

6.9.4.4 'n Gesonde oplossing

Die vierde bousteen behels dat die meerderheid persone wat rou, 'n gesonde oplossing vir hulle rou sal vind. 'n Oplossing word beskryf as daardie punt wat die persoon bereik waar die ervaring van pyn nie meer geassosieer word met die verlies nie. In effek beteken dit dat die verlies wat gely is, as iets van die verlede beskou word. Die persoon kan enige tyd daaroor nadink, maar dan sonder om die pyn te ervaar wat daaraan gekoppel is.

Daar moet egter besef word dat genesing nie staties is nie, aangesien daar wel tye kan kom waar die persoon hartseer kan wees oor die verlies. Hierdie hartseer kan byvoorbeeld deur gebeure gesneller word.

6.9.5 Die vier treurtake

Na 'n verlies is daar sekere treurtake wat deurgewerk moet word alvorens die treurproses voltooi is (vgl. 4.6.1.6) Vir 'n gesonde treurproses is dit essensieel dat vier treurtake volledig deurgewerk word sodat persoonlike groei, geestelike ontwikkeling en daarmee saam innerlike heling kan plaasvind. Die rouproses (treurwerk) kan eers as afgehandel beskou word wanneer die betrokke persone weer voluit lewe en die verlies nie meer hul lewens oorheers nie. Die vier treurtake wat na die verlies deurloop moet word, is die volgende:

6.9.5.1 Eerste taak: Aanvaarding van die feit van die verlies

Meestal sal iemand die feit van 'n verlies wel intellektueel besef, maar dit nie emosioneel aanvaar nie. Die eerste taak is om te leer om die finaliteit van die verlies te aanvaar.

6.9.5.2 Tweede taak: Die ervaring van die intense pyn van treur

Om 'n geliefde te verloor, veroorsaak intense psigiese en fisieke pyn - tot so 'n mate dat dit selfs moontlik is om aan 'n gebroke hart te sterf. Voordat daar enige emosionele aanvaarding kan plaasvind, moet die persoon gevolglik deur die smart van die treurproses beweeg. In hierdie verband moet persone aangemoedig word om te huil ten einde te verhoed dat hulle die pyn 'n leeftyd lank in die een of ander verdraaide of gemaskeerde vorm ervaar.

6.9.5.3 Derde taak: Aanpassing by die nuwe situasie

Aanpassings by 'n nuwe situasie, ná 'n verlies, is vir die emosioneel verwonde belangrik. Indien die treurendes nie by die nuwe omstandighede aanpas nie, gebeur dit dikwels dat hulle in 'n soort hulpeloosheid en hopeloosheid verval waarby alle persoonsgroei eenvoudig geblokkeer word. So sal die treurendes geen nuwe vaardighede ontwikkel ten einde die nuwe situasie oorwinnend en suksesvol te kan hanteer nie.

Die mate waarin hierdie derde treurtaak suksesvol deurgewerk word, sal daartoe bydra of 'n persoon tot groter verantwoordelikheid en persoonsrypheid sal groei en of hy 'n hulpelose gevangene van sy eie omstandighede en verliese gaan bly.

6.9.5.4 Vierde taak: Geleidelike onttrekking van emosionele energie vir herbelegging in die toekoms

By die normale verloop van die treurproses is daar 'n geleidelike afname in die intensiteit van verlange en emosionele binding aan die verlies. Hartseer oomblikke sal nog sporadies, maar gaandeweg al hoe minder, voorkom. Hierdie onthegtingsproses sal meestal spontaan geskied, maar soms moet dit ook doelbewus geaktiveer word sonder om daaroor skuldig te voel. Dit moet as 'n noodsaaklike taak en doelstelling beskou word. Indien die treurproses normaal verloop, word die belangstellingsgerigtheid al hoe meer van die verlede na die toekoms verskuif.

6.9.6 Tydsverloop en nuwe doelwitte

Daar is nie 'n rigiede voorgeskrewe tydsverloop vir 'n persoon om te rou nie. Vir baie kan die rouproses twee tot drie jaar duur (vgl. 4.6.1.7). Vir ander is dit in 'n sekere sin 'n lewenslange reis - die intensiteit van die emosies sal egter met die tyd afneem. Tydens die hele roufase moet so 'n persoon goed na homself omsien, aangesien rou baie energie absorbeer. Alhoewel dit aanvanklik moeilik is om spesifieke doelwitte te identifiseer betreffende die toekoms, is dit tog belangrik dat daar gaandeweg al meer gefokus sal word op nuwe doelwitte, aangesien dit die persoon dwing om stelselmatig al meer huidige energie in langtermyn projekte te begin investeer (vgl. 4.6.1.7).

6.10 VERGIFNIS

Die proses van vergifnis bied 'n metode om iemand wat emosioneel deur ander verwond is, te begelei tot ware vryheid (vgl. 3.13 en 4.4.2). Voordat daar tot die proses van vergifnis oorgegaan word, moet die rouproses egter eers deurgewerk wees (vgl. 4.7).

6.10.1 Vergifnis is 'n keuse

Voordat 'n persoon kan vergewe, moet daar eers 'n keuse gemaak word vir vergifnis (vgl. 3.13 en 4.7.1). Dit impliseer dat die emosioneel verwonde weier om in die verlede te leef. Vergifnis ontken nie die pyn of verander die verlede nie, maar dit breek die sirkel van bitterheid wat die slagoffer aan die wonde van die verlede vasbind (vgl. 3.13).

6.10.2 Vergifnis is 'n proses

Dikwels moet vergifnis as 'n stap-vir-stapproses hanteer word (vgl. 3.13.3) en in hierdie verband sou daar by wyse van 'n breë riglyn veral gefokus kon word op nege moontlike stappe. Stappe 1-4 behels die voorbereiding vir vergifnis. Stappe 5-7 dui op die essensie van die vergifnisproses terwyl stappe 8-9 gerig is op die toekoms en die moontlikheid om van nuuts af te begin. Hierdie moontlikheid is juis die uitvloeisel van die hele proses.

Die nege behels kortliks die volgende:

- Vergifnis moet verstaan word
- Erken dat vergifnis nodig is
- Identifiseer die emosies wat betrokke was
- Konfronteer die haat
- Deurleef die pyn
- Stel grense ter wille van eie beskerming
- Spreek die oortreder vry
- Aanvaar verantwoordelikheid
- Strewe na versoening

Vervolgens word daar afsonderlik aan elke stap aandag geskenk:

6.10.2.1 Voorbereiding tot vergifnis

- ***Vergifnis moet verstaan word***

Slegs ware vergifnis stel 'n persoon in staat om vry te kom van innerlike, opgehoopte emosies soos verborge haat, woede, bitterheid en skaamte (vgl. 4.4.2). Na 'n traumatiese ervaring het 'n emosioneel verwonde persoon 'n keuse om óf 'n pad van bitterheid óf 'n pad van vergifnis te betree (vgl. 3.13). Voordat die beradene nie verstaan wat ware vergifnis is nie, kan daar nie tot die stap van vergifnis oorgegaan word nie.

In die berader se verduideliking van vergifnis is die volgende van belang:

- **Die beradene moet die Bybelse konsep van vergifnis verstaan**

Vergifnis beteken dat dit wat tussen God en die mens gekom het as gevolg van bitterheid en onvergewensgesindheid, uit die weg geruim word sodat die kontak tussen God en mens weer herstel kan wees (vgl. 2.5.2.3). Volgens 1 Pet. 3:18 is dít immers wat Christus kom doen het:

> *"Ook Christus het een maal vir die sondes gely, die onskuldige vir die skuldiges, om julle na God te bring..."*

Christus het al die mens se skulde/sondes/oortredinge/misdade op Hom geneem en in die mens se plek daarvoor Sy bloed gestort, gely en betaal. In Christus kan dus gesien word wat vergifnis van sonde werklik beteken. Christus het die mens se skuld by God betaal. Daarom word die mens vrygespreek en van skuld kwytgeskeld. God is dus die Een wat vergifnis skenk (vgl. 2.5.1.2) en ook die volle prys betaal het sodat die mens vergewe kon word.

Die gelowige se perspektief oor vergifnis mag nie eindig by Jesus Christus wat aan die kruis hang nie, maar dit moet uiteindelik deel uitmaak van die totale respons van die gelowige op die liefde wat Jesus Christus aan hom bewys het (vgl. 2.5.2.4). Net soos

hierdie persoon vergifnis ontvang het, moet hy nou ook bereid wees om dit aan andere te gee (vgl. ook 2.5.2.6).

- **Die beradene moet verstaan wat vergifnis nie is nie**

Om vergifnis te verstaan, moet die beradene helderheid verkry met betrekking tot wat vergifnis nie is nie (vgl. 3.13.1.1 – 3.13.1.10). In die verduideliking wat vergifnis nie is nie, sal aspekte soos die volgende aandag moet kry:

- Vergifnis is nie om die oortreding of impak gering te skat nie.
- Vergifnis is nie die goedkeuring van die verkeerde nie.
- Vergifnis is nie om 'n verskoning te soek nie.
- Vergifnis is nie regverdiging nie.
- Vergifnis is nie 'n algemene kwytskelding van straf nie.
- Vergifnis en versoening is nie noodwendig sinoniem nie.
- Vergifnis is nie ontkenning of kondonering van dit wat gebeur het nie.
- Vergifnis is nie om te vergeet nie.
- Vergifnis is nie 'n teken van swakheid nie.
- Vergifnis is nie selfblamering nie.

- **Die beradene moet verstaan wat vergifnis wel is**

Dit is belangrik dat die beradene ook sal verstaan wat vergifnis wél is (vgl. 3.13.2 en 5.6.9). Dit behels onder andere aspekte soos die volgende:

- Vergifnis besef en erken ten volle wat gebeur het, maar ten spyte daarvan word die oortreder steeds vergewe.
- Vergifnis hou nie rekord van die kwaad nie (vgl. 1 Kor 13:5).
- Met ware vergifnis word die reg op wraak prysgegee.
- Ware vergifnis skinder nie oor dit wat die oortreder gedoen het nie.
- Vergifnis toon barmhartigheid en genade teenoor die oortreder.
- Vergifnis moet uit die hart kom, anders is dit waardeloos.

- ***Erken dat vergifnis nodig is***

Die slagoffer moet eerlik wees oor wat hom aangedoen is. Die slagoffer probeer dus nie om dit wat gebeur het weg te steek, weg te redeneer, homself te blameer of verskoning namens die oortreder te maak nie. So 'n persoon moet erken dat gebeure, woorde, situasies of gesindhede hom geestelik, emosioneel en/of fisies verwond het en dat daar vergifnis daarvoor moet plaasvind. Wanneer daar na die feite gekyk word, is dit ook belangrik om spesifiek te wees oor dit wat gebeur het (vgl. 3.13.3.1). Om die feite na vore te bring, is dit belangrik om die volgende vrae te vra (vgl. 4.7.3.3):

- Wat het presies gebeur?
- Wie is verantwoordelik daarvoor?
- Watter effek het dit op die persoon gehad?

Die feite wat verkry word, moet spesifiek oor die gebeure en gepaardgaande gevolge handel (vgl. 4.7.3.3 en 5.6.9). Die klem moet dus op die *oorsaak* van die persoon se pyn en seerkry val. Om die verlede te onthou, is daarom die kritiese stap om uiteindelik met die verlede vrede te maak (vgl. 4.7.3.3).

- ***Identifiseer die emosies wat betrokke was***

Soos wat die persoon bewus word van sy eie verwonding, moet daar gepoog word om die gevoelens te identifiseer wat geassosieer word met die pynlike ervaringe in sy lewe (vgl. 4.7.3.3). Die emosies wat 'n persoon met pyn uit die verlede assosieer, sal oor die algemeen 'n kombinasie wees van dit wat in die oorspronklike situasie beleef is en dít wat die persoon tans beleef. Vir die meeste persone sal daar veral drie tipes oorheersende emosies wees, naamlik vrees, skuld/skaamte en woede (vgl. 4.7.3.3).

Dit is vervolgens belangrik om nie net die gevoelens te identifiseer nie, maar ook om uitdrukking daaraan te gee (vgl. 3.13.3.1 en 4.7.3.3). Daar kan egter nie by die basis van vergifnis uitgekom word, tensy daar nie ten minste in 'n sekere mate iets van die emosies, wat ingebed is in die pynlike feite rondom die trauma, herbeleef word nie (vgl. 3.13.3.1).

Aangesien persone heel dikwels geneig is om pynlike emosies te onderdruk, moet die berader telkens die vraag vra: "*Wat het jy emosioneel ervaar toe dit met jou gebeur het?*" Konkrete maniere om uitdrukking te gee aan emosies is om byvoorbeeld daaroor te praat of om die gevoelens op skrif te stel (vgl. 4.7.3.3). Die doel hiervan is dat so 'n persoon duidelikheid sal kry oor sy gevoelens/emosies en dit presies kan identifiseer.

Diegene op die pad van genesing moet dus gewillig wees om die pyn in die oë te staar en nie te probeer wegvlug of die pyn te probeer systap nie (vgl. 3.12). Dit lei dikwels tot kunsmatige vergifnis as vergifnis aan oortreders gebied word sonder om werklik die volle reikwydte te besef of die skade te evalueer van dit wat plaasgevind het. So 'n vergewer sal dan bloot op die langtermyn die diep wonde en onverwerkte seerkry en innerlike woede op 'n verbloemde en subtiele wyse voortdra (vgl. 3.12).

- ***Konfronteer die haat***

Die persoon moet voorts erken dat hy haat of bitterheid het teenoor die persoon wat hom verwond het (vgl. 3.13.3.1). Voordat daar nie sodanige erkenning is nie, kan daar nie hiervan afstand gedoen word nie. Vergifnis impliseer egter nie dat die getraumatiseerde homself sal blameer vir dit wat gebeur het nie; iemand anders is te blameer vir sy pyn. So 'n persoon is moontlik nie ten volle ontskuldig nie, maar dit wat die oortreder gedoen het, is onverdedigbaar (vgl. 3.13.3.1). Daar kan selfs innerlike haat wees teenoor die oortreder en vergifnis sal dan impliseer dat die nodige moed aan die dag gelê word ten einde sodanige haat te konfronteer.

Hierdie eerste vier stappe van vergifnis begin dus waar die emosioneel verwonde begelei word om ten volle te verstaan wat vergifnis is. So 'n persoon eien homself ook ten volle toe dít wat gebeur het in die verlede en hoe hy daaroor voel. Die feite word in die oë gekyk, die pyn word ervaar en die haat word gekonfronteer. Nou staan die emosioneel verwonde egter by 'n kruispad. Die persoon moet 'n keuse maak: om te vergewe of om nie te vergewe nie (vgl. 5.6.9).

6.10.2.2 Die hart van vergifnis

- ***Deurleef die pyn***

Wanneer iemand verontreg is, is daar 'n gebiedende stem in sy binneste wat na geregtigheid uitroep (vgl. 3.13.3.2). Hierdie begeerte na geregtigheid is deur God in die mens se hart geplant. In plaas daarvan om hierdie geregtigheid te verkry deur daarop aan te dring dat die skuldige party betaal vir die oortreding, kies die slagoffer egter om self die prys te betaal. Die oortreding of ongeregtigheid word nie ontken nie, maar alhoewel die slagoffer onskuldig is, kies hy om in 'n sekere sin self die pyn van die ongeregtigheid te betaal.

In hoofstuk 2 is daar verwys na die verskillende terme wat in die Ou Testament vanuit die Hebreeus vertaal word met die woord "vergifnis". Een hiervan is die term *nasa* wat ook met die betekenis *om te dra* vertaal kan word (vgl. 2.5.1.2 en Jes 53:4). Dit wys op die verband tussen *om te vergewe* en *om te dra.* Wanneer die slagoffer dus sy oortreder vergewe, *dra* die slagoffer ook in 'n sekere sin die pyn van die oortreding.

Die voorbeeld by uitstek met betrekking tot die koste van vergifnis, is die kruis van Jesus Christus (vgl. 1 Pet 2:24). In Christus het God die mens se sondes, skuld, straf, pyn en skande op Homself geneem en *gedra.* In 'n baie geringer mate vind dieselfde plaas wanneer een persoon 'n ander persoon vergewe. Die straf wat die oortreder eintlik verdien, word nou deur die slagoffer self opgeneem en geabsorbeer en in sy binneste gedra (vgl. 3.13.3.2).

- ***Stel grense ter wille van eie beskerming***

Namate daar deur die proses van vergifnis gewerk word, is dit dikwels nodig om nuwe grense en beperkinge daar te stel (vgl. 5.6.10 en 4.7.3.3). Grense kan help sodat die emosioneel verwonde persoon vir homself *ruimte* of *spasie* gee terwyl daar aan spesifieke probleme gewerk word. Hierdie grense het dikwels te doen met die wyse waarop die

persoon in verhouding tot andere staan of die wyse waarop die persoon andere toelaat om tot hom in 'n verhouding te staan.

In baie gevalle sal die stel van grense impliseer dat so 'n persoon fisies diegene sal moet vermy wat 'n hindernis in hul heelwording kan wees – hetsy vir 'n sekere tyd of permanent. Die meeste persone ervaar egter dat sodanige grense oor die algemeen slegs tydelik is en dat dit aan hulle die geleentheid bied om deur spesifieke probleme te werk. Ander grense verkry egter 'n permanente karakter en help gewoonlik met die vestiging van permanente veranderings.

- ***Spreek die oortreder vry***
  - **Om ander vry te spreek**

Om te vergewe, beteken om die oortreder(s) vry te spreek en hulle aan God se sorg toe te vertrou (vgl. 3.13.3.2). Die slagoffer bevestig hiermee dat hy enersyds ten volle besef wat die oortreder gedoen het en ook die pyn daarvan ervaar, maar andersyds kies hy om nie die een te wees wat moet besluit oor die oortreder se lot nie. Om te vergewe, impliseer dus dat die slagoffer van die rol as regter, jurie en voltrekker van die vonnis afstand doen. Die oortreder word bloot aan God se sorg en jurisdiksie toevertrou (vgl. 3.13.3.2).

Hierdie gedagte kom ook sterk na vore in die Nuwe Testamentiese term *aphiemi* (vgl. 2.5.2.6). In sommige gevalle word hierdie term vertaal met *om te laat gaan*. Wanneer die slagoffer sy oortreder vergewe, laat hy hom dus vry gaan.

Aan die kruis bid Jesus vir diegene wat Hom gepynig en veroordeel het: "*Vader, vergeef hulle, want hulle weet nie wat hulle doen nie...*" Stefanus het op 'n later stadium tydens sy steniging dieselfde gebed bid. Alhoewel die oortreders skuldig staan, word hulle vrygespreek.

- **Aanvaar God se vergifnis**

Die enigste manier wat 'n emosioneel verwonde iemand anders kan vergewe, is om te weet dat God hom eerste vergewe het (vgl. 2.5.2.6). God se vergifnis vorm dus die basis vir die mens se gewilligheid om ander te vergewe. Rondom hierdie aspek sou dit vir die berader per geleentheid nodig wees om bepaalde Skrifgedeeltes met die beradene deur te werk (vgl bv. Matt 6:12; 14-15 en Luk 6:37).

- **Spreek vergifnis hardop uit**

Die beradene moet 'n lys maak van die persone wat vergewe moet word. Indien die beradene oordeel dat hyself ook bygedra het tot sy eie pyn en seer, moet sy naam ook op die lys verskyn. Hierna moet die beradene bereid wees om in gebed diegene wie se name op die lys verskyn, te vergewe (vgl. ook 3.11.2). Die name van hulle wat verantwoordelik was vir sy pyn en seer, moet hardop uitgespreek word.

'n Voorbeeld van 'n tipiese gebed wat hier gebid kan word, is die volgende:

> *"Hemelse Vader, ek kies vandag om ______(voeg naam in)__te vergewe vir dit wat hy my aangedoen het. ____________, jy het my die volgende aangedoen: ________________ . ______________. Ek vergewe jou vir die seer wat jy my aangedoen het. Ek stel jou vry. Ek kan jou vergewe, omdat ek deur Christus vergewe is. Here, ek bring ook my herinneringe en negatiewe gesindhede en gedagtes van onvergewensgesindheid en haat voor U. Vergewe my. Ek kies om nie te volhard met woede en bitterheid nie. Here, genees U my asseblief - genees my seerkry en verwonde emosies. Ek bid dit in die Naam van Jesus Christus. Amen."*

Indien die gebed te moeilik is om te bid, of waar die beradene sukkel om homself te verwoord, moet die berader die beradene begelei. Dit is egter belangrik dat die beradene emosioneel en geestelik gereed sal wees om hierdie stap te neem; daar moet geen dwang

wees in hierdie verband nie (vgl. 4.8 en 3.7.4). Dit mag selfs nodig wees om eers weer vanuit die Skrif te verduidelik wat vergifnis is. Die beradene mag dalk ook meer tyd benodig om 'n spesifieke saak deur te werk. Die konkrete stap van vryspraak kan dan eers tydens 'n volgende sessie geneem word.

Dit is dus duidelik dat voordat genesing kan intree, die oortreding genoem moet word en die persoon wat daarvoor verantwoordelik was, vergewe word (vgl. 3.11.2).

Indien 'n persoon kwaad is vir God, moet die berader die persoon begelei om dit voor God te bely. So 'n persoon moet bid en die Heilige Gees wat gelowiges in die waarheid lei (Joh 16:13), vra om hom te wys of hy kwaad is vir God as gevolg van pyn in die verlede en moontlik ook teleurstelling omdat God nie die pyn verhoed het nie (vgl. 3.15).

- **'n Verbintenis**

Die slagoffer moet sy bereidheid om die oortreder te vergewe, openlik met iemand anders deel (vgl. 4.7.3.2). Dit sal die vergewer help om te onthou dat hy vergewe het.

In hierdie opsig kan dit ook van waarde wees indien die slagoffer homself simbolies verbind aan vergifnis, byvoorbeeld deur 'n persoon se naam op 'n papier te skryf en die papier dan te verbrand (vgl. 4.7.3.3). Ander simboliese dade sou die volgende kon insluit (vgl. 4.7.3.2 en 5.6.9):

- Brei uit oor die gevoelens wat met die vergifnis gepaard gegaan het.
- Ontwerp 'n "Sertifikaat van Vergifnis" waarop verklaar word dat op daardie spesifieke dag die oortreder vergewe is.
- Skryf 'n brief en lees dit hardop voor. Verbrand dit dan of pos dit.
- Tel 'n klip op en laat dit val. Dit simboliseer die prysgee van die gewig van onvergewensgesindheid.
- Die persoon kan sy hande as simbool van vergifnis was.
- Teken simbolies 'n kruis oor die seer as bevestiging van die vergifnis.

- Indien die persoon nie self kan vergewe nie, kan so 'n persoon die handpalms na bo rig, vergifnis van God ontvang en dit dan simbolies aan die oortreder gee.

- **Selfvergifnis**

Indien die beradene besef dat hy bygedra het tot sy eie pyn, moet so 'n persoon dit ook voor God bely en Sy vergifnis daarvoor aanvaar. Selfvergifnis word dan die daad waar die persoon God se vergifnis van sy sonde heelhartig vir homself toe-eien (vgl. 3.14). So 'n persoon aanvaar dus God se genade vir homself. Op grond van God se vryspraak kan hy homself ook nou vryspreek en tegelykertyd aanvaar dat God se vergifnis volledig is (vgl. 5.6.7).

Die beradene moet verstaan dat die verdienste van Christus aan die kruis genoeg is om die grootste sonde uit te wis. Hierdie wete dat God se vergifnis vir sonde genoegsaam is (1 Joh 1:9), sal 'n slagoffer makliker in staat stel om by die punt te kom waar hy homself kan vergewe (vgl. 5.6.7 en 5.6.8).

Nadat 'n persoon vergewe het, is dit soms ook nodig dat die persoon vergifnis sal vra vir sy gedrag in reaksie teenoor diegene wat hom kwaad aangedoen het (vgl. 3.11.2). So 'n persoon moet sy bitterheid, vrees en wraak erken en bely. Aangesien dit gaan om totale heelwording, is dit wys om God te vra om die onvergewensgesindheid en haat te vergewe, selfs al het die beradene geen bydrae tot sy eie seer gelewer nie. Sodoende hoef die persoon geen skuld oor te hou betreffende sy gedrag nie. Hiermee saam moet God ook gevra word om die pynlike herinneringe te genees.

Om die pyn te beleef en om die oortreder vry te spreek, het met die hart van vergifnis te doen. Dit moet egter duidelik gemaak word dat wanneer 'n misdaad gepleeg is, die oortreders verantwoordelik vir hulle dade gehou moet word en in hierdie opsig moet die reg sy gang gaan indien daar sekere wette oortree is (vgl. 3.13.3.2 en 3.16).

6.10.2.3 Om van vooraf te begin

- ***Aanvaar verantwoordelikheid***

Solank as wat die beradene ander vir sy probleme blameer, hoef hy nie self verantwoordelikheid daarvoor te aanvaar nie (vgl. 3.13.3.3). Deur die oortreder egter vry te spreek, impliseer die slagoffer dat hy nou self verantwoordelikheid aanvaar en kan hy ander nie meer blameer vir sy probleme nie. Geen negatiewe ervaring van gister, hoe pynlik en verpletterend dit ook al was, kan nou meer gebruik word as verskoning vir toekomstige gedrag nie. Die beradene moet nou verantwoordelikheid vir sy eie gedrag aanvaar. Alhoewel hierdie stap vir die beradene moeilik kan wees, moet die berader die beradene nogtans hiertoe aanmoedig sodat diegene wat hom verontreg het nie meer "beheer" oor sy lewe uitoefen nie (vgl. 3.13.3.3). Die emosioneel verwonde kan nou 'n toekoms los van sy verwonding bou en sy identiteit in Christus uitleef. Deur verantwoordelikheid vir homself te neem, verklaar so 'n persoon dus dat dit wat gebeur het, nie bepaal wie hy is nie (vgl. 3.13.3.3).

Daar sal soms egter tye kom dat die persoon twyfel of hy waarlik vergewe het en dan moet hy homself telkens kan beroep op die feit dat vergifnis daadwerklik en konkreet gegee is (vgl. 4.7.3.2). Onvergewensgesindheid kan weer na vore kom indien die persoon aanhoudend oor die gebeure nadink. Daarom is daar soveel te meer 'n noodsaaklikheid dat hy homself gereeld daaraan sal herinner dat daar 'n konkrete aksie van vergifnis plaasgevind het en dat die saak dus afgehandel is.

- ***Strewe na versoening***

Die uiteindelike doelwit met vergifnis is versoening of die restourasie en vernuwing van gebroke verhoudings (vgl. 3.13.3.3). Vergifnis is dus meer as om net afstand te doen van bitterheid en wraak. Alhoewel laasgenoemde aspekte inderdaad genesend en bevrydend is, is dit egter net die negatiewe kant van vergifnis. Die positiewe kant is versoening – die samekoms van persone wat van mekaar vervreem was. Alhoewel dit nie in alle

gevalle moontlik sal wees nie (vgl. 4.8), is dit die ideale uitkoms van die vergifnisproses. Vanuit 'n Christelike perspektief moet daar by vergifnis, indien enigsins moontlik, dan ook 'n verlange en 'n strewe na versoening wees.

6.10.3 Geestelike perspektief

Sowel in die Ou en Nuwe Testament is die konsep van vergifnis uiters belangrik. Vergifnis het ook 'n dubbele belangrikheid by Christene omdat hulle nie slegs glo dat hul sondes deur God vergewe word nie, maar dat hulle ook opgeroep word om hul oortreders te vergewe (vgl. Matt 6:12 asook 2.5.2.4). Die persoon wat vergifnis ontvang sowel as die een wat vergifnis moet gee, word in die *Onse Vader*-gebed as twee kante van dieselfde realiteit verbind. Paulus maak ook hierdie verbintenis as hy Christene oproep in Ef 4:32: ***"Wees goedgesind en hartlik teenoor mekaar, en vergewe mekaar soos God julle ook in Christus vergewe het."***

Die motivering om te vergewe, vind 'n gelowige juis in die feit dat hy self vergewe is. Daarom, wanneer daar nagedink word oor vergifnis, kan die geestelike dimensie nie nagelaat word nie (vgl. 3.3).

6.11 GEVOLGTREKKINGS

- Die uiteindelike doel van pastorale berading is die genesing van die mens in sy totaliteit. Om hierdie doel te bereik, moet die beradene begelei word tot geloofsgroei en geloofsontwikkeling, genesing en heelwording, heling van herinneringe, innerlike verandering en selfbegrip.
- In die herstelproses moet daar deurgaans aandag geskenk word aan die emosies wat die emosioneel verwonde ervaar.

- In die kern van elke traumatiese ervaring is daar 'n element van verlies. Rou is 'n natuurlike helingsproses wat ná so 'n verlies volg.
- Die proses van rou bestaan uit die volgende fases: Skok en ontkenning, woede, depressie, onderhandeling en wensdenkery, hartseer, vergifnis, afhandeling en aanvaarding.
- Na die verlies van 'n geliefde is daar ook sekere treurtake wat deurgewerk moet word alvorens die treurproses voltooi is.
- Deur middel van vergifnis kan so 'n persoon effektief met die verlede deel. Die rouproses moet egter eers voltooi wees voordat daar tot vergifnis oorgegaan kan word.
- Navorser se model vir vergifnis bestaan uit 3 fases en 9 stappe wat kortliks soos volg daar uitsien:

  Fase 1 - Voorbereiding tot vergifnis:

  1. *Vergifnis moet verstaan word.*
  2. *Erken dat vergifnis nodig is.*
  3. *Identifiseer die emosies wat betrokke was.*
  4. *Konfronteer die haat.*

  Fase 2 - Die hart van vergifnis:

  5. *Deurleef die pyn.*
  6. *Stel grense ter wille van eie beskerming.*
  7. *Spreek die oortreder vry.*

  Fase 3 - Om van vooraf te begin

  8. *Aanvaar verantwoordelikheid.*
  9. *Strewe na versoening.*
- Die geestelike dimensie (geloofstruktuur) kan nie uit die proses van vergifnis verwyder word nie.

AFDELING D: SAMEVATTING

HOOFSTUK 7

GEVOLGTREKKINGS EN VOORGESTELDE AREAS VIR VERDERE NAVORSING

In hierdie hoofstuk word gevolgtrekkings ten opsigte van elke individuele hoofstuk van hierdie studie aan die orde gestel. 'n Aantal voorstelle betreffende navorsing rondom aanverwante temas word ook gemaak.

AFDELING A: BASISTEORETIESE PERSPEKTIEWE

7.1. Eksegetiese insigte

7.1.1 Vergifnis in die Ou Testament

In hoofstuk 2 is daar gefokus op eksegetiese insigte met betrekking tot die tema van vergifnis. Alhoewel die Ou Testament verskeie woorde bevat wat sekere komponente van die die betekenis van vergifnis verwoord, word hierdie basiese konsep binne die Ou Testament die beste deur die term *salach* uitgedruk. Buiten *salach* is *nasa* en *kaphar* die twee ander belangrikste terme.

Salach as term word slegs met God as subjek gebruik. Vergifnis (*salach*) as verlossingsdaad van God behels die verwydering van sonde, die vermyding van straf en die restourasie van die volk. Die resultaat van die vergifnis is dat die sondaar in groter

vertroue en gehoorsaamheid teenoor God kan lewe. Gebed in sy verskillende vorme (smeking, skuldbelydenis, erkenning van God, ens.) vorm dikwels die konteks waarbinne die sondaar vergifnis vra. Alhoewel skuldbelydenis belangrik is, word dit nie altyd as voorwaarde vir vergifnis gestel nie. Dit is belangrik om te weet dat God die inisiatief by die vergifnis neem, nie die mens nie.

Die term *nasa* het verskeie betekenismoontlikhede. In die konteks van Ps 85:3 het dit die betekenis dat God nie net die sondaar se sonde vergewe nie, maar dat Hy ook die sondaar sy skuld kwytskeld. Op grond van Ps 85:3 dui die term daarop dat die sondaar verlos is van sy sonde en dat hy dit nie meer hoef te dra nie. Jes 53:4 sluit hierby aan in die beskrywing van die lyding van die Dienaar van die Here as gevolg van die mens se sondes en ook die straf van die mens wat deur Hom gedra word.

Die term *kaphar* het ook verskeie betekenismoontlikhede. Een hiervan kom veral treffend na vore in Ps 78:38 waar dit gekonstateer word dat slegs op grond van genade God sy volk vergewe (Ps 78:38). Op grond van hierdie vergifnis word die verhouding tussen God en Sy volk herstel. Hierdie versoeningsgedagte kom ook na vore in Jes 6:7. Wanneer die profeet se oortredinge vergewe word, is sy sondes versoen (*kaphar*) en kan hy in die teenwoordigheid van God kom.

Afgesien van *salach, nasa* en *kaphar* is daar ook 'n verskeidenheid ander terme wat God se vergifnis beskryf. Wanneer 'n sondaar sonder ontkenning of verskoning, opreg belydenis van sonde doen, verberg (*sathar*) God sy aangesig vir die sonde en neem Hy die sonde van die sondaar weg (*abar*). Vergifnis van sonde beteken egter nie dat in alle gevalle die *gevolge* van die sonde uitgewis is nie. Soms is daar gevolge wat gedra moet word al is die sondaar vergewe.

Dit blyk dus dat vergifnis 'n eienskap is van 'n liefdevolle, barmhartige en genadige God. God neem die inisiatief by die vergifnis, nie die mens nie. Vergifnis wys ook op 'n vergewensgesinde God en nie op 'n God wat wil straf en vernietig nie.

7.1.2 Vergifnis in die Nuwe Testament

In die Nuwe Testament kom 'n nuwe dimensie betreffende die vergifnis van sonde na vore, naamlik Christus se daad aan die kruis. Christus het die mens se oortredinge en sonde op Hom geneem en so die straf op sonde in die mens se plek betaal. Die vryheid wat Christus hierdeur teweeggebring het, is ware vryheid. Die gelowige se perspektief oor vergifnis mag nie eindig by Jesus Christus wat aan die kruis hang nie, maar dit moet uiteindelik deel uitmaak van die antwoord wat die gelowige gee op die liefde wat Jesus Christus aan hom bewys het. Net soos hierdie persoon vergifnis ontvang het, moet hy nou ook bereid wees om dit aan ander te gee.

In hierdie studie is daar veral gefokus op die drie terme *aphiemi, apoluo* en *charizomai,* aangesien dit veral hierdie drie terme is wat besonder sterk figureer binne die Nuwe Testament met betrekking tot die tema van vergifnis.

Aphiemi word gebruik vir die vergifnis wat God aan die mens skenk, asook die mens wat vergifnis aan sy medemens skenk. Met die term *apoluo* is dit ook duidelik dat vergifnis 'n tweeledigheid het: vanaf God en na jou naaste. Die term *charizomai* het die volgende vertalingsmoontlikhede, naamlik (1) kwytgeskel; (2) te kanselleer; (3) om genade te bewys deur oortredinge te vergewe.

7.1.3 Algemene gevolgtrekkings vanuit die eksegese

Genesing as heelwording begin met vergifnis. Die bron van genesing en vergifnis is God. Goddelike vergifnis veronderstel die bestaan van sonde en oortredinge. Berou en bekering word nie altyd as 'n direkte voorwaarde vir vergifnis gestel nie. Alhoewel daar 'n verband tussen sonde, straf en vergifnis is, is dit nie noodsaaklik dat daar eers straf op sonde moet wees voordat vergifnis kan plaasvind nie. Vergifnis dui op meer as die verlossing van sonde of uitwissing van skuld. Verskillende beelde word hiervoor gebruik. Wanneer God die mens se skuld wegneem, neem Hy dit só weg dat dit nie die mens veroordeel nie. Vergifnis maak dus die mens vry van die spanning wat deur skuldgevoelens meegebring word. Vergifnis sluit egter nie altyd straf uit nie en daarom beteken vergifnis ook nie dat iemand nie die gevolge van sy dade hoef te dra nie of dat die skuldige as onskuldig verklaar word nie. Dit is ook duidelik dat vergifnis niemand vrystel van gehoorsaamheid aan die Here nie. Laastens het dit ook geblyk dat gebed dikwels die konteks vorm waarbinne God se vergifnis gevra word.

7.2 Belangrike pastoraal-teologiese vertrekpunte

In hoofstuk 3 het geblyk dat pastorale berading verskeie doelwitte in 'n persoon se lewe het. Drie van die belangrikste doelwitte is innerlike verandering, heelwording en genesing van herinneringe. Die beradingsverhouding bestaan uit drie partye, naamlik die Drie-enige God, die berader en die beradene. Berading het dus 'n horisontale, sowel as 'n vertikale dimensie. Op grond van die feit dat God betrokke is in die beradingsverhouding, is dit noodsaaklik dat daar 'n verhouding sal bestaan tussen die berader en God, asook tussen die beradene en God. 'n Vaardige berader, wat onder leiding van die Heilige Gees werk, moet 'n duidelike prentjie hê van wat sy rol en doelwitte in die beradingsproses is. Die beradene moet ook verantwoordelikheid aanvaar vir sy rol in die beradingsproses.

Wanneer die berader weet waarom 'n persoon kom vir berading, watter probleme so 'n persoon mee worstel en hoe om verskuilde inligting na vore te bring, sal dit die berader help om meer effektief te wees. Daarom is belangrike aspekte in die beradingsproses die versameling van inligting oor die beradene, asook die interpretering daarvan.

Die Skrif, as geïnspireerde Woord van God, het 'n sentrale rol te speel in die emosioneel verwonde persoon se genesingsproses, want die Skrif is die enigste betroubare gids wat 'n gelowige het om behoorlik as mens in 'n gebroke wêreld te funksioneer. Die berader moet daarom 'n goeie grondige kennis van die Skrif hê. Net so belangrik in die beradingsproses is die gebruikmaking van gebed.

Indien die emosioneel verwonde persoon sy hartseer en pyn wegsteek of ontken, sal dit daardie persoon se heelwording groot skade berokken. Daarom is dit belangrik dat so 'n persoon sal rou oor elke verlies. Elke pynlike traumatiese gebeure behels 'n verlies van die een of ander aard wat net deur rou verwerk kan word.

Tydens die gebedsessies is die genesing van herinneringe belangrik. Die genesing van herinneringe moet lei na vergifnis en vryspraak. Voordat daar tot vergifnis oorgegaan kan word, moet die emosioneel verwonde persoon eers sy eie pyn en seer konfronteer.

Vergifnis sluit die deur oop tot genesing, restourasie, vryheid en vernuwing. Daar is vervolgens in hierdie hoofstuk besonder gefokus op sewe stappe of elemente in die proses tot hierdie vergifnis (soos veral beskryf deur Stephen Seamans). Stappe 1 tot 3 is gerig op die verlede en behels die voorbereiding vir vergifnis. Stappe 4 en 5 is gerig op die teenswoordige en gaan om die essensie van vergifnis. Stappe 6 en 7 is gerig op die toekoms en die moontlikheid om van nuuts af te begin. Dit word juis moontlik gemaak deur die daad van vergifnis.

Aangesien daar verskeie algemene wanpersepsies en struikelblokke is op die pad na vergifnis, moet daar eers aan die beradene verduidelik word wat vergifnis is en wat dit nie is nie.

AFDELING B: METATEORETIESE PERSPEKTIEWE

7.3 Bydraes vanuit die grenswetenskappe

In hoofstuk 4 is daar gefokus op moontlike bydraes vanuit die grenswetenskappe met betrekking tot die stappe van rou en vergifnis in die herstelproses van die emosioneel verwonde persoon.

Dit is baie duidelik dat traumatiese ervarings pyn en verwonding veroorsaak. Dit gee ook aanleiding tot sekere emosies, soos woede, angs, vrees, haat en skuldgevoelens wat destruktief op so 'n emosioneel verwonde persoon kan inwerk. In die herstelproses moet daar vervolgens aandag geskenk word aan sodanige negatiewe emosies wat die emosioneel verwonde ervaar.

In die kern van elke traumatiese ervaring is daar 'n element van verlies. Belangrike verliese kan lei tot oorweldigende negatiewe emosies, ontwrigting van so 'n persoon se lewe, asook langtermynprobleme om die verlies te verwerk. Rou is 'n natuurlike helingsproses wat na so 'n verlies volg. Navorsers soos Kübler-Ross en Kessler, Rando, Wright, Hemfelt, Minirth en Meier sien rou as fases of stappe waardeur beweeg moet word. Zonnebelt-Smeenge en De Vries gebruik vier boustene (*constructs*) as basis om persone te help om deur rou te werk en daar is dan ook in besonder hierop gefokus.

Na die verlies van 'n geliefde is daar ook sekere treurtake wat deurgewerk moet word alvorens die treurproses voltooi is.

Dit het verder duidelik geblyk dat indien die traumatiese gebeurtenis nie hanteer word nie, dit 'n invloed sal bly uitoefen op die emosioneel verwonde, sowel as op die verhoudings en lewens van diegene ná aan so 'n persoon. Deur middel van vergifnis kan so 'n persoon effektief met die verlede deel. Die rouproses moet egter oor die algemeen eers voltooi wees voordat daar tot vergifnis oorgegaan kan word.

Vergifnis hou verder ook verband met die wyse waarop die emosioneel verwonde persoon die gebeure van die verlede hanteer. Daarom begin dit in die mens se denke, maar dit moet ook die emosies insluit. Navorsers soos Enright, Worthington asook Stoop en Masteller gee 'n georganiseerde struktuur wat gebruik kan word om mense te help om andere te vergewe. Hieruit het dit egter baie duidelik geblyk dat vergifnis 'n proses is wat tyd en emosionele gereedheid vereis.

Vir die emosioneel getraumatiseerde persoon se herstel is dit nodig dat 'n bewustelike keuse gemaak moet word om te vergewe. Indien 'n persoon 'n keuse maak om nie te vergewe nie, kan dit destruktief op so 'n persoon inwerk.

Konjunktiewe vergifnis sluit versoening tussen twee partye in, terwyl disjunktiewe vergifnis dit nie noodwendig insluit nie.

7.4 Insigte vanuit die empiriese navorsing

Vir sinvolle teorievorming is empiriese navorsing nodig en dit is dan ook die fokus van hoofstuk 5. Daar bestaan veral twee style van navorsing, naamlik kwalitatiewe en kwantitatiewe navorsing. In hierdie studie het die fokus veral op kwalitatiewe navorsing geval. Kwalitatiewe navorsing bied die geleentheid om by inligting uit te kom wat die egtheid of oorspronklike aard van mense se ervarings weergee.

Die navorsing het getoon dat dit wat in 'n persoon se verlede gebeur het, steeds 'n invloed kan hê op sy teenswoordige lewe. Tyd as sodanig genees nie alle emosionele verwonding van die verlede nie. Voordat vordering en geestelike groei kan plaasvind, is dit soms nodig dat persone eers genesing ervaar ten opsigte van die emosionele pyn asook onverwerkte trauma van die verlede. Die belangrikheid van 'n terugbeweeg na die onverwerkte pyn en trauma van die verlede, blyk met betrekking tot al vyf respondente van deurslaggewende waarde te gewees het. As gevolg van die pyn van die verlede is negatiewe emosies en aftakelende gedragspatrone aangeleer met herhaalde destruktiewe gevolge vir die betrokke persoon. Nog 'n belangrike rede waarom dit nodig is om terug te keer na die verwonding van die verlede, is dat so 'n persoon, indien nodig, op hierdie wyse deur die stappe van vergifnis en sondebelydenis begelei kan word. Waar trauma ter sprake was, is daar in die meeste gevalle ook oortreders ter sprake en dít gee weer aanleiding tot bitterheid en onvergewensgesindheid. Belydenis en vergifnis kan dus nie oor die hoof gesien word nie.

Die empiriese navorsing het dít bevestig wat reeds deur die matateoretiese navorsing na vore gekom het, naamlik dat voordat daar tot vergifnis oorgegaan kan word, die verliese wat 'n persoon gely het eers erken en deurgewerk moet word. In hierdie opsig kan dit dan wees dat so 'n persoon eers moet rou oor die verliese wat hy ervaar het.

Vergifnis is 'n doelbewuste keuse wat gemaak moet word. Vergifnis is daarom 'n proses wat tyd en emosionele gereedheid vereis. Om 'n persoon te begelei om die keuse te maak, moet so 'n persoon ook verstaan wat vergifnis is en wat vergifnis nie is nie. Wanneer vergifnis aan die oortreder geskenk word, is dit nie noodwendig nodig dat die oortreder teenwoordig moet wees nie. In sommige gevalle moes die medewerkers hulself vergewe - wat in die praktyk geïmpliseer het dat hulle eintlik God se vergifnis vir hulself moes aanvaar.

Uit die gevallestudies het verder duidelik geblyk dat vergifnis nie noodwendig versoening is nie. Dit het verder ook geblyk dat vergifnis per geleentheid kan impliseer dat daar ook grense getrek moet word ten einde die slagoffer verdere pyn en aftakeling te spaar. Vergifnis kan ook op treffende wyses simbolies uitgebeeld word (vgl. die gebeure rondom Medewerker 3).

Heelwording beteken nie dat daar nie meer aan die traumatiese gebeure gedink word of dat dit uit die geheue gewis is nie. Dit beteken eerder dat die angel uit die seer van die verlede verwyder is en dat die traumatiese gebeurtenis nie meer die persoon se lewe beheer nie. Die emosioneel verwonde persoon moet dus gehelp word om in die hede te leef, sonder gedrag of gevoelens wat tot die verlede hoort.

In die empiriese navorsing het die waarde van gebed in die pastorale terapeutiese proses ook baie sterk na vore gekom en hieruit blyk duidelik dat die terapeutiese krag en waarde daarvan nie onderskat moet word nie – dit het 'n uiters belangrike rol in die gesprekke gespeel het en telkens bygedra tot geestelike deurbrake.

AFDELING C: PRAKTYKTEORETIESE PERSPEKTIEWE

7.5 Formulering van 'n praktykteoretiese model

In hoofstuk 6 is praktykteoretiese riglyne geformuleer waarvolgens 'n emosioneel verwonde persoon deur die prosesse van rou en vergifnis begelei kan word. Die uiteindelike doel van pastorale berading is die genesing van die mens in sy totaliteit. Om hierdie doel te bereik, moet die beradene begelei word tot geloofsgroei en geloofsontwikkeling, genesing en heelwording, heling van herinneringe, innerlike verandering en selfbegrip. In die herstelproses moet daar deurgaans aandag geskenk word aan die emosies wat die emosioneel verwonde persoon ervaar. Dit moet ook aan

die beradene verduidelik word dat die berader hoofsaaklik geestelike hulp verleen onder leiding van die Heilige Gees, vanuit die Woord van God en met die gebruikmaking van gebed. God se betrokkenheid by die beradingsproses noop gevolglik die berader, sowel as die beradene, om van God afhanklik te wees in die beradingsproses.

Reg aan die begin van die beradingsproses moet die beradene ook self verantwoordelikheid aanvaar om by heelheid uit te kom. In hierdie verband bied die Heilige Gees aan so 'n persoon sy voortdurende teenwoordigheid, hulp en begeleiding. Daarom is leiding van die Heilige Gees deur die Woord van die belangrikste komponente in die beradingsproses.

In die kern van elke traumatiese ervaring is daar 'n element van verlies. Rou is 'n natuurlike helingsproses wat na so 'n verlies volg. Navorser het die model soos voorgestel deur Hemfeldt *et al.* as basis gebruik vir 'n proses van rou. Die proses van rou bestaan dan uit die volgende fases: skok en ontkenning, woede, depressie, onderhandeling en wensdenkery, hartseer, vergifnis, afhandeling en aanvaarding.

Na die verlies van 'n geliefde is daar ook sekere treurtake wat deurgewerk moet word alvorens die treurproses voltooi is.

Deur middel van vergifnis kan so 'n persoon uiteindelik dan effektief met die verlede deel. Die rouproses moet egter eers voltooi wees voordat daar tot vergifnis oorgegaan kan word. Vergifnis speel daarom 'n belangrike rol om 'n persoon tot heelheid te begelei. Vergifnis is egter 'n *proses* en daarom moet beradenes nie gedwing word om stappe te neem waarvoor hulle emosioneel nog nie gereed is nie.

Navorser het die vergifnismodelle van Stoop en Masteller en Seamands aangepas en die aangepaste proses van vergifnis lyk dan soos volg:

Fase 1 - Voorbereiding tot vergifnis:

1. *Vergifnis moet verstaan word*
2. *Erken dat vergifnis nodig is*
3. *Identifiseer die emosies wat betrokke was*
4. *Konfronteer die haat*

Fase 2 - Die hart van vergifnis:

5. *Deurleef die pyn*
6. *Stel grense ter wille van eie beskerming*
7. *Spreek die oortreder vry*

Fase 3 - Om van vooraf te begin

8. *Aanvaar verantwoordelikheid*
9. *Die begeerte na versoening*

7.6 Finale Slotsom

Uit hierdie studie het duidelik geblyk dat traumatiese gebeure 'n persoon emosioneel kan verwond. In elke traumatiese gebeure is daar oor die algemeen die een of ander vorm van verlies aanwesig en oor sodanige verliese moet gerou word. Om tot heelheid te kom, moet so 'n verwonde persoon egter ook ná die rouproses bereid wees om diegene te vergewe wat die verwonding veroorsaak het. Op grond hiervan is dit dus nodig dat die emosioneel verwonde persoon, onder leiding van die Heilige Gees, deur 'n proses van rou sowel as 'n proses van vergifnis begelei sal word ten einde volkome emosionele en geestelike heling te kan ervaar.

7.7 VOORGESTELDE TEMAS VIR VERDERE NAVORSING

7.7.1 Die waarde van vergifnis vir 'n oortreder.

7.7.2 Die destruktiewe gevolge van onvergewensgesindheid en bitterheid op 'n emosioneel verwonde persoon.

7.7.3 Die ontwerp van 'n pastorale model vir die berading van voorskoolse getraumatiseerde kinders wat 'n verlies gely het.

7.7.4 Die plaaslike gemeente as ondersteuningstruktuur vir die emosioneel verwonde persoon.

7.7.5 Woede - die hantering en pastorale begeleiding daarvan.

BRONNELYS

ADAMS, J.E. 1972. Competent to counsel. USA : Presbyterian and Reformed Publishing Company.

ADAMS, J.E. 1973. The Christian counselor's manual: the practice of nouthetic counseling. Grand Rapids, MI. : Zondervan Publishing House.

ADAMS, J.E. 1981. Ready to restore. New Jersey : Presbyterian and Reformed Publishing Company.

ADAMS, J.E. 2007. What is nouthetic counseling?
www.nouthetic.org/index.php?option=com_content&task=view&id=16&Itemid=80
Datum van gebruik: 6 November 2007.

ALLEN, L.C. 1976. The books of Joel, Obadiah, Jonah and Micah. The new international commentary on the Old Testament. Grand Rapids, MI: William B. Eerdmans Publishing Company.

ALLEN, L.C. 2002. Psalms 101-50, revised. Word Biblical commentary. USA: Nelson Reference & Electronic.

ALLENDER, D. 1999. The healing path. Colorado Springs: Waterbrook.

ALTER, M.G. 1997. The unnatural act of exploring Jesus' radical method of restoration. *Christianity today*. Jun 16. 28-30.

AMERICAN PSYCHIATRIC ASSOCIATION (APA). 1994. Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders. 4th ed. Washington, DC. [Verwys in teks na DSM IV]

ANDERSON, N.T., ZUEHLKE, T.E. & ZUEHLKE, J.S. 2000. Christ centered therapy: The practical integration of theology and psychology. Grand Rapids, MI : Zondervan.

APA *kyk* AMERICAN PSYCHIATRIC ASSOCIATION (APA)

APONTE, H.J. 1998. Love, the spiritual wellspring of forgiveness: an example of spirituality in therapy. *Journal of Family Therapy.* (20):37-58.

ARTERBURN, S. 2005. Healing is a choice. Nashville: Nelson Books.

AUGSBURGER, D. 1988. The freedom of forgiveness. Chicago: Moody.

AVGOUSTIDIS, A.G. 2006. Forgiveness as a therapeutic tool an the "psychology" of the early fathers. http://www.ppsc.spc.yu/Edukacija/osnovi.php?j=e&id5 Datum van gebruik: 9 Augustus 2006.

BACKUS, W.D. 1996. The healing power of a christian mind: how Biblical truth can keep you healthy. Minnesota : Bethany House Publishers.

BARKER, K.L. & BAILEY, W. 1998. Micah, Nahum, Habakkuk, Zephaniah. The new American commentary. Nashville: Broadman & Holman Publishers.

BARRETT, C.K. 1994. A commentary on the first epistle to the Corinthians. 2nd ed. London: A & C Black.

BASS, E. & DAVIS, L. 1992. The courage to heal: a guide for women survivors of child sexual abuse. New York: HarperCollins.

BERECZ, J.M. 2001. All the glitter is not gold: Bad forgiveness in counseling and preaching. *Pastoral Psychology*. (49): 253-275.

BERGEN, D.R. 2001. 1,2 Samuel. The new American commentary. Nashville: Broadman & Holman Publishers.

BEST, E. 1998. A critical and exegetical commentary on Ephesians. Edinburgh: T & T Clark.

BLOMBERG, C.L. 1992. Matthew. The new American commentary. Volume 22. Nashville: Broadman & Holman Publishers.

BOTHA, J.G. 2004. Pastorale versorging van getraumatiseerde slagoffers van geweldsmisdaad. Potchefstroom: Noordwes-Universiteit. (Ph.D-proefskrif).

BORCHERT, G.L. 2002. The new American commentary. John 12-21. Nashville:Broadman & Holmes Publishers.

BRANNAN, G.A. 2005. Shame: a pastoral study. Potchefstroom: Noordwes-Universiteit. (Ph.D-proefskrif).

BRUEGGEMANN, W. 1990. First and Second Samuel. Louisville: John Knox Press.

BYBEL. 1953. Die Bybel: dit is die ganse Heilige Skrif wat al die kanonieke boeke van die Ou en Nuwe Testament bevat tesame met die deutero-kanonieke boeke. Kaapstad: Bybelgenootskap van Suid-Afrika.

BYBEL. 1983. Die Bybel: nuwe vertaling. Kaapstad: Bybelgenootskap van Suid-Afrika.

CALIAN, C.S. 1981. Christian faith as forgiveness. *Theology Today*. Vol. 37, 439-443.

CARR, W. 2002. *Ed.* The new dictionary of pastoral studies. Great Britain : Mackays of Chatham.

CHERRY, R. 1999. Healing prayer. Nashville:Thomas Nelson Publishers.

CHRISTENSEN, C.M. 2003. Power over panic: Answers for anxiety. Colorado Springs: Life Journey.

CLINTON, T., HART, A. & OHLSCHLAGER, G. 2005. Caring for people God's way. Nashville: Nelson Reference & Electronic.

CLINTON, T. & OHLSCHLAGER, G. 2006. The movements of grief as a healing journey. *Christian Counseling*. Second semester, 5-10.

COETZEE, J.C. 1990. Die Skrif en die wetenskap: hermeneutiese reëls. (*In* Floor. L. & Coetzee, J.C. Die Skrif en wetenskap. Potchefstroom: PU vir CHO. p.15-30.)

COETZER, W. 1994. Heling in Christus – die pastorale roeping van die kerk aan mense in krisiservarings. University of Durban-Westville: Durban. (Proefskrif – PhD.)

COETZER, W. 2006. Vergifnis. Potchefstroom: Ongepubliseerde studiegids.

COETZER, W. 2007. Trauma berading. Potchefstroom: Ongepubliseerde studiegids.

COGAN, M. 2000. 1 Kings. The anchor Bible. New York: Doubleday.

COLBERT, D. 2003. Deadly emotions. Nashville: Thomas Nelson Publishers.

CONTRADA, R.J. & ASHMORE, R.D., eds. 1999. Self, social identity and physical health. Oxford: Oxford University Press.

CRABB, L. 2003. Stukkende drome. Vereeniging: CUM.

CREAMER, M., BURGESS, P. & PATTISON, P. 1992. Reactions to trauma: A cognitive processing model. *Journal of Abnormal Psychology*. (101), 452-459.

DAHOOD, M. 1970. Psalms III 101-150. The Anchor Bible. New York: Doubleday & Company, Inc.

DANKER, F.W. 2000. A Greek-English lexicon of the New Testament and other early Christian literature. 3rd ed. Chicago: The University of Chicago Press.

DAVIDSON, B. 1981. The analytical Hebrew and Chaldee Lexicon. Massachusetts: Hendrickson Publishers, INC.

DAY, D. 2004. Forgive, release and be free. Kent: Sovereign World.

DE BRUYN, P.J. 1997. Jou enigste troos. Die Heidelbergse Kategismus vir die hedendaagse mens. Potchefstroom: Potchefstroomse Universiteit vir CHO.

DE JONGH VAN ARKEL, J.T. 2000. Recent movements in Pastoral Theology. *Religion & Theology*, 7(2):160-161.

DE KLERK, B.J. & VAN RENSBURG, F.J. 2005. Preekgeboorte: 'n Handleiding vir Gereformeerde eksegese en prediking. Potchefstroom : Potchefstroom Teologiese Publikasies.

DE KOOKER, G.M. 2005. Mind, immunity and health – clinically applied Psychoneuroimmunulogy. (Werkswinkel gehou te Pretoria op 21-23 Julie 2005).

DENZIN, N.K. & LINCOLN, Y.S. 2003. The discipline and practice of qualitative research. (*In* Denzin, N.K. & Lincoln, Y.S. The landscape of qualitative research. 2nd ed. Thousand Oaks, California ; Sage Publications. p 1-45).

DE VOS, A.S., STRYDOM, H., FOUCHE, C.B. & DELPORT, C.S.L. 2006. Research at grass roots for the social scienes and human service professions. 3rd ed. Pretoria: Van Schaik Publishers.

DIBLASIO, F. A. 1998. The use of decision-based forgiveness intervention within intergenerational family therapy. *Journal of Family Therapy.* (20):77-94.

DOBSON, J. 2006. Emosies: kan jy dit vertrou en beheer? Vereeniging: CUM.

DREYER, J.S. 1991. Navorsingsmetodologie. Pretoria : Unisa. (Studiegids PTA100-T Praktiese teologie) p. 225-274.

DSM IV. *kyk* AMERICAN PSYCHIATRIC ASSOCIATION.

DU PLESSIS, I.J. 1978. Die brief aan die Kolossense. Kaapstad: NG Kerk-Uitgewers.

DURAND, J.J.F. 1978. Die sonde. Wegwysers in die dogmatiek. Pretoria: NG Kerkboekhandel.

EATON, J. 2003. The Psalms. London: T & T Clark International.

ENRIGHT, R.D. 2002. Forgiveness is a choice. USA: APA Life Tools.

ENRIGHT, R.D. 2007. Working to forgive. www.forgiving.org/acampaignfor Forgivenessresearch.htm_ Datum van gebruik: 30 Oktober 2007.

ENRIGHT, R.D. & FITZGIBBONS, R.P. 2000. Helping clients forgive. An empirical guide for resolving anger and restoring hope. Washington: American Psychological Association.

ENRIGHT, R.D. & REED, G. 2007. Process model. www.forgiving.org Datum van gebruik: 30 Oktober 2007.

FELITTI, V. J. 2003. The relation between adverse childhood experiences and adult health: turning gold into lead.
http://www.kaiserpermanente.org/medicine/permjournal/winter02/goldtolead.html.
Datum van gebruik: 15 Feb. 2005.

FORTUNE, A.E. & REID, W.J. 1999. Research in social work. 3rd ed. New York: Columbia University Press.

FRANCE, R.T. 2007. The gospel of Matthew. Grand Rapids, MI: William B. Eerdmans Publishing Company.

FRENCH, G.D. & HARRIS, C.J. 1999. Traumatic incident reduction. Florida: CRC Press LLC.

GOLDINGAY, J. & PAYNE, D. 2006. Isaiah 40-55 Volume II. The international critical commentary. London: T & T Clark International.

GOODE, E. 2003. Power of positive thinking may have health benefit.
www.pnas.org/papbyrecent.shtml. Datum van gebruik: 15 Feb. 2005.

GRIFFEN, G.M. 1984. Grieving and the 1980's. *The Journal of Pastoral Care.* (38)2:155-162.

GUNZBURG, J.C. & STEWARD, W. 1994. The grief counselling casebook. A student's guide to unresolved grief. London: Chapman & Hall.

HELM, H.W., COOK, J.R. & BERECZ, J.M. 2005. The implications of conjunctive and disjunctive forgiveness for sexual abuse. *Pastoral Psychology,* 54(1):23-34, Sept.

HEMFELT, R., MINIRTH, F. & MEIER, P. 2006. Liefde is 'n keuse. Kaapstad: Struik Christelike Boeke.

HENNING, E. 2004. Finding your way in qualitative research. Pretoria: Van Schaik Uitgewers.

HEYNS, J.A. 1978. Dogmatiek. Pretoria: NG Kerkboekhandel.

HEYNS, J.A. 1992. Inleiding tot die dogmatiek. Halfway House: NG Kerkboekhandel.

HEYNS, L.M. & PIETERSE, H.J.C. 1998. Eerste treë in die praktiese teologie. Pretoria: Gnosis.

HEYSTEK, P.H. 2000. 'n Prakties-teologiese ondersoek van die "mekaar"-opdragte in die *Corpus Pualinium* met die oog op die kerklike geloofsgemeenskap. Potchefstroom: PU vir CHO. (Proefskrif – Th D.)

HICKS, R. 1996. Trauma: The pain that stays. Grand Rapids: Flemming H. Revell.

HINDSON, E. & EYRICH, H. 1997. Totally sufficient. Eugene, Oreg. : Harvest House Publishers.

HK (Heidelbergse Kategismus). 1988. Die Heidelbergse Kategismus. (In die handboek vir die erediens van die Nederduitse Gereformeerde Kerk. Kaapstad: NG Kerk-Uitgewers. p. 185-222).

HOPE, D. 1987. The healing paradox of forgiveness. *Psychotherapy.* (27) 219-223.

HOUSE, P.R. 1,2 Kings. The new American commentary – vol. 8. USA: Broadman & Holman Publishers.

HOUSTEN, B., BUFFARD, R.K. & JOHNSON, W.B. 1999. Distinctive components and perceived sources of gain in Christian counseling. *Journal of Psychology and Christianity,* 18(3):238-253.

HUMAN DEVELOPMENT STUDY GROUP. 1991. Five points on the construct of forgiveness within psychotherapy. *Psychotherapy.* (28): 493-496.

HUNTER, R.J. *Gen. Ed.* 1990. Dictionary of Pastoral Care and Counseling. Nashville : Abingdon Press.

HUSTON, D. 2000. Innerlike genesing. Springs: VG Uitgewers.

JANSE VAN RENSBURG, J. 2007. Navorsingsmetodologie. Voordrag gelewer by die Teologiese Fakulteit van die Noorwes-Universiteit op 9 Maart 2007.

JONES, C.T & LEDWITH, D.R. 2005. Finding freedom in forgiveness. Eugene, Oregon: Harvest House Publishers.

KEENER, C.S. 1997. Matthew. The IVP New Testament commentary series. Illinois: InterVarsity Press.

KENDALL, R.T. 2002. Total forgiveness. Florida: Charisma House.

KENNY, D.T., CARLSON, J.G., McGUIGAN, F.J. & SHEPPARD, J.L. 2000. Stress and health. Australia: Harwood academic publishers.

KOTZE, H.P. 2006. Pastorale begeleiding van persone wat as gevolg van onverwerkte trauma spesifieke siektetoestande ervaar. Potchefstroom: Noordwes-Universiteit. (MA – verhandeling).

KRUGER, S.F. 1993. Die pastorale bediening aan die selfgesentreerde gelowige. Potchefstroom: PU vir CHO. (Th.M-verhandeling).

KÜBLER-ROSS, E. 1969. On death and dying. London: Tavistock.

KÜBLER-ROSS, E. & KESSLER, D. 2005. On grief and grieving. London: Simon & Schuster.

KRAFT, C.H. 1993. Deep wounds deep healing. Michigan : Servant

KRAKENBURG, E.S.K. 1990. Trialoog, de derde in het pastorale gesprek. Gravenhage : Uitgeverij Boekencentrum.

LAUB, D & AUERHAHN, N.C. 1993. Knowing and not knowing massive psychic trauma: Forms of traumatic memory. *International Journal of Psycho-Analyses* (74): 287-301.

LENDRUM, S & SYME, G. 1992. Gift of tears. A practical approach to loss and bereavement counselling. London: Tavistock/ Routledge.

LEWIS, C.S. 1984. The problem of pain. Glasgow: William Collins Sons & Co Ltd.

LINCOLN, A.T. 1990. Ephesians. Word Biblical commentary. Dallas: Word Books Publishers.

LOTTER, G.A. 1987. Counseling divorcees on forgiveness. Westminster Theological Seminary. (Proefskrif - D.Min.).

LOTTER, G.A. 2004. Bybelse begronding vir berading. (Aantekeninge vir M- en D-studente). Potchefstroom : Noordwes-Universiteit.

LOUW, D.J. 1993. Pastoraat as ontmoeting. Ontwerp vir 'n basisteorie, antropologie, metode en terapie. Pretoria : RGN.

LOUW, D.J. 2006. Hoekom? Hoekom nie? Paarl: Lux Verbi.BM.

LOUW, J.P. & NIDA, E.A., *eds* . 1989. Greek English lexicon of the New Testament based on semantic domains. New York: UBS (2 vols.)

LYLES, M., CLINTON, T. & CENTORE, A.J. 2005. Trauma and PSTD: A clinical overview. (*in* CLINTON, T., HART, A. & OHLSCHLAGER, G. Caring for people God's way. Nashville: Nelson Reference & Electronic. p 387-408.)

MACARTHUR, J.F. & MACK W. A. 1994. Introduction to Biblical counseling – a basic guide to the principles and practice of counseling. Dallas : Word Publishing.

MACK, W.A. Reaching the ear of God. New Jersey: P & R Publishing.

MACNUTT, F. 2001. Healing. London: Hodder and Stoughton.

MATSAKIS, A. 1996. I can't get over it – a handbook for trauma survivors. 2nd ed. Oakland: New Harbinger Publications.

MAY, S.H. 2005. Loss and grief work. (*in* CLINTON, T., HART, A. & OHLSCHLAGER, G. 2005. Caring for people God's way. Nashville: Nelson Reference & Electronic. p 361-386.)

MAYS, J.L. 1994. Psalms. Louisville: John Knox Press.

MCCULLOUGH, M.E. & WORTHINGTON jr, E.L. 1994. Encouraging clients to forgive people who have hurt them: review, critique, and research prospectus. *Journal of Psychology and Theology*. (22)1:3-20.

MCCULLOUGH, M.E., SANDAGE, J.S. & WORTHINGTON, E. L. Jr., 1997. To forgive is human. How to put your past in the past. Downers Grove, IL: InterVarsity Press.

MCCULLOUGH, M.E., PARAGAMENT, K.I. & THORESEN, C.E. *Eds.* 2000. Forgiveness. Theory, research and practice. New York: The Guilford Press.

MCMINN, M.R. 1996. Psychology, theology and spirituality in Christian counseling. Illinois: Tyndale House Publishers, Inc.

MEICHENBAUM, D. 1997. Treating post traumatic stress disorder: a handbook and practice manual for therapy. New York: John Wiley & Sons.

MEYER, P.J. 2006. Forgiveness...the ultimate miracle. Orlando, Florida: Bridge-Logos.

MINIRTH, F.B. & BYRD, W. 1994. Christian Psychiatry. Grand Rapids, Michigan : Fleming H. Revell.

MINIRTH, F.B. & MEIER, P.D. 1990. Counseling and the nature of man. Grand Rapids, Michigan: Baker Book House.

MINIRTH, F.B. & MEIER, P.D. 2007. Happiness is a choice. Grand Rapids, Michigan: Baker Book House.

MOUTON, J. & MARAIS, H.C. 1992. Basiese begrippe: metodologie van die geesteswetenskappe. Hersiene uitgawe. Pretoria : RGN.

MÜLLER, B.A. 1981. Skrifgebruik in die pastoraat. Pretoria : NG Kerk-uitgewers.

NEUMAN, W.L. 1997. Social research methods. Qualitative and quantitative approaches. 3rd ed. Boston : Allyn and Bacon.

NIB (The New Interpreter's Bible) 1996. A commentary in twelve volumes. Vol IV – 1&2 Maccabees, introduction to Hebrew poetry, Job, Psalms. Nashville: Abingdon Press.

NIB (The New Interpreter's Bible) 1999. A commentary in twelve volumes. Vol. III – 1&2 Kings, 1&2 Cronicles, Ezra, Nehemiah, Ester, Tobi, Judith. Nashville: Abingdon Press.

NIB (The New Interpreter's Bible) 2000. A commentary in twelve volumes. Vol. XI – Ephesians. Nashville : Abingdon Press.

OAV (Ou Afrikaanse Vertaling) sien BYBEL, 1953.

O'BRIEN, P.T. 1982. Colossians, Philemon. Word Biblical commentary – Vol.44. Texas: Word books, Publisher.

O'KENNEDY, D.F. & OLIVIER, J.P.J. 1996. Die konsep vergifnis in die Ou Testament. *Ned. Geref. Teologiese Tydskrif.* 37(4): 496-508.

ORR, N.M. & PATIENT, D.R. 2004. The healer inside you. Kaapstad: Double Storey Books.

OSWALT, J.N. 1998. The book of Isaiah – Chapters 40-66. Grand Rapids, MI: William B. Eerdmans Publishing Company.

PATTISON, S. 1993. A critique of pastoral care. 2nd ed. London : SCM Press Ltd.

PATTON, J. 1993. Pastoral care in context. An introduction to pastoral care. Louisville, Kentucky: Westminster/John Knox Press.

PAYNE, L. 1994. Restoring the christian soul through healing prayer. Eastbourne: Kingsway Publications.

PETERS, S. 2006. South Africa's child rape shame. *Daily News*: 13, Sept. 15.

PIETERSE, H.J.C. 1993. Praktiese teologie as kommunikatiewe handelingsteorie. Pretoria: RGN.

PINGLETON, J.P. 1989. The role and function of forgiveness in the psychotherapeutic process. *Journal of Psychology and Theology,* 17(1): 27-35.

PIPER, W.E., McCALLUM, M. & AZIM, H.F.A. 1992. Adaptation to loss through short-term group psychotherapy. London: Guilford Press.

PRITCHARD, R. 2005. The healing power of forgiveness. Eugene, Oregon: Harvest House Publishers.

RANDO, T.A. 1993. Treatment of complicated mourning. Champaign, Illinois: Research Press.

RETIEF, F. 1994. Tragedy to triumph: a Christian response to trials and suffering. Cape Town: Word Publishing.

RETIEF, Y. 2004. Genesing vir trauma. Kaapstad : Struik Christelike Boeke.

RICHARDSON, R. 2005. Experiencing healing prayer. Illinois : InterVarsity Press.

RIDDERBOS, H. 1962. The coming of the kingdom. Philadelphia: The Presbyterian and Reformed Publishing Company.

ROTHSCHILD, B. 2000. The body remembers: The psychophysiology of trauma and trauma treatment. New York: WW Norton & Company.

SAAP *kyk* THE SOUTH AFRICAN ASSOCIATION FOR PASTORAL WORK.

SCHOEMAN, O. 2005. "Failure": a pastoral study. Potchefstroom: North-West University (Ph.D-Thesis).

SCHULZ, H., VAN WIJK, T. & JONES, P. 2001. Trauma in Southern Africa: understanding emotional trauma and aiding recovery. 2de druk. Randburg: Traumatology Services International.

SCHWEIZER, E. 1982. The letter to the Colossians. Minneapolis: Augsburg Publishing House.

SEAMANDS, D.A. 1995. Healing of memories. Colorado : Chariot Victor Publishing.

SEAMANDS, D.A. 2004. Genesing van emosionele pyn – nuwe hoop vir mense wat seergekry het. Vereeniging : CUM.

SEAMANDS, S. 2003. Wounds that heal – bringing our hurts to the cross. Illinois: InterVarsity Press.

SEITZ, C.R. 1993. Isaiah 1-39. Louisville: John Knox Press.

SHERIDAN, C.L. & RADMACHER, S.A. 1992. Health psychology: challenging the biomedical model. New York: John Wiley & Sons, Inc.

SILVERMAN, D. 2001. Interpreting qualitative data. 2^{nd} ed. London : Sage Publications.

SITTSER, G.L. 1996. A grace disguised. Grand Rapids: Zondervan.

SMITH, E.M. 2000. Beyond tolerable recovery. 4ed. Campbellsville: Atlanta Publishing.

SMITH, G.V. 2007. Isaiah 1-39. The new American commentary – Volume 15A. Nashville: B & H Publishing Group.

STANDER, H.F. 1987. On translating Matthew 6:12 (and Luke 11:4). *Ned. Geref. Teologiese Tydskrif.* 28(4): 241-242.

STEDMAN, R. C. 1992. The New Testament Commentary Series – Hebrews. Illinois:InterVarsity Press. http://www.pbc.org/dp/stedman/hebrews2/heb2comm1.html. Datum van gebruik: 8 April 2005.

STEIN, R.H. 1992. Luke. The new American commentary – Volume 24. Nashville: Broadman Press.

STERLING, R. 2003. All about forgiveness. www.allabouttheprocessofforgiveness Datum van gebruik: 8 November 2007.

STEYN, R.S. & LOTTER, G.A. 2006. Voorhuwelikse verhoudings: 'n verkennende kwalitatiewe empiriese ondersoek. *Praktiese teologie in Suid-Afrika: Practical theology in South Africa,* 21(1):104-120.

STOOP, D. 2005. Forgiving the unforgivable. California,USA: Regal.

STOOP, D. & MASTELLER, J. 1996. Forgiving our parents forgiving ourselves. Michigan: Servant Publications.

STROEBE, W. & STROEBE, M. S. 1997. Social psychology and health. 3rd ed. Buckingham: Open University Press.

STRYDOM, H. 1996. Gevallestudie in maatskaplikewerk-navorsing. *Die Maatskaplikewerk-Navorser-Praktisyn / The Social Work Practitioner Researcher.* 9(3):181-190.

STRYDOM, H. 1999. Maatskaplikewerk-navorsing. Potchefstroom: Noordwes-Universiteit.

TATE, M.E. 1990. Psalms 51-100. Word Biblical commentary. Dallas: Word Books.

TAUKE, B.H. 2004. Overcoming the sins of the family. USA: Tyndale House Publishers, Inc.

THE SOUTH AFRICAN ASSOCIATION FOR PASTORAL WORK. 2007. What do you know about grief. *SAAP Notes*. Jul: 5-6. (Verwys in teks na SAAP).

THISELTON, A.C. 2000. The first epistle to the Corinthians. Grand Rapids, MI: William B. Eerdmans Publishing Company.

VAN DEN BERG, J. A. 1996. Onverwerkte rou, berou en vergiffenis – 'n narratief-pastorale studie. Pretoria: UP. (Verhandeling-M.A.).

VAN DER KOLK, B. 1994. The body keeps the score: Memory and the evolving psychobiology of post traumatic stress. http://www.trauma-pages.com Datum van gebruik: 14 Maart 2005.

VAN DER VEN, J. 1993. Practical Theology: an empirical approach. Kampen: Kok Pharos Publishing House.

VAN DER WALT, T. 2006. Die Messias het gekom! Potchefstroom: Potchefstroomse Teologiese Publikasies.

VAN DER WATT, J. 1998. Vergifnis. Vanderbijlpark: Carpe Diem Boeke.

VAN DYKE, C., TEMOSHOK, L. & ZEGANS, L.S. 1984. Emotions in health and illness. Orlando: Grune & Stratton, Inc.

VAN GEMEREN, W.A., *ed.* 1997. New international dictionary of the Old Testament theology and exegesis. Grand Rapids, MI: Zondervan.

VAN GENDEREN, J. & VELEMA, W.H. 1993. Beknopte Gereformeerde dogmatiek. Kampen: Kok.

VAN NIEKERK, E.A. 1984. Nie soos mense sonder hoop nie. Kaapstad: Nasionale Boekdrukkery.

VAN NIEKERK, E.A. 2002. Verlies, pyn en die verwerking daarvan. Vereeniging: CUM.

VAN WYK, A.G. 1985. Empiriese navorsingsmetodes in die praktiese teologie. Pretoria: Unisa. (Studiegids 1 vir PTA200 – W).

VENTER, C.J.H. 1993. Basisteoretiese perspektiewe op kommunikasie in die bediening. *In die Skriflig*, 27(2): 247-260.

VENTER, C.J.H. 1996. Uitkringende liefdesbetoon: Kommunikatiewe handeling in diens van die onderlinge liefdesgemeenskap in die kerk. Pretoria: RGN.

VENTER, C.J.H. 2005. Prediking wat transformeer – prakties-teologiese gesigspunte. *In die Skriflig.* 39(2): 217-237.

VITZ, P.C., & MANGO, P. 1997a. Kleinian psychodynamics and religious aspects of hatred as a defense mechanism. *Journal of Psychology and Theology,* 25(1):64-71.

VITZ, P.C., & MANGO, P. 1997b. Kernbergian psychodynamics and religious aspects of the forgiveness process. *Journal of Psychology and Theology,* 25(1):72-80.

VOSLOO, W. & VAN RENSBURG, F.J. 1999. Die Bybellennium – eenvolumekommentaar. Vereeniging: CUM.

WALSH, F. & McGOLDRICK, M. 1991. Living beyond loss: Death in the family. London: W.W. Norton and Company.

WATTS, J.D. 1985. Isaiah 1-33. Word Biblical commentary. Texas: Word Books Publisher.

WEISER, A. 1982. The Psalms. London: SCM Press LTD.

WENTSEL, B. 1987. God en mens verzoend. Dogmatiek: Deel IIIa. Kampen: Kok.

WESTER, F. 1995. Strategieën voor kwalitateit onderzoek. Derde druk. Bussum : Coutinho.

WICKS, R.J., PARSONS, R.D. & CAPPS, D. 1993. Clinical handbook of pastoral counseling: Volume 1. Expanded ed. New York : Integration Books.

WICKS, R.J. & PARSONS, R.D. 1993. Clinical handbook of pastoral counseling: Volume 2. New York: Integration Books.

WOORDEBOEK VIR MAATSKAPLIKE WERK. 1995. Kaapstad: CTP Book Printers.

WORTHINGTON jr, E.L. 1998. An empathy-humility-commitment model of forgiveness applied within family dyads. *Journal of Family Therapy.* (20):59-76.

WORTHINGTON jr, E.L. 2003. Forgiving and reconciling. Downers Grove, Illinois: InterVarsity Press.

WORTHINGTON jr, E.L. 2005. Helping people forgive: Getting to the heart of the matter. (*In* CLINTON, T., HART, A. & OHLSCHLAGER, G. Caring for people God's way. Nashville: Nelson Reference & Electronic. p 119-142.)

WORTHINGTON jr, E.L., KURUSU, T.A., COLLINS, W., BERRY, J.W., RIPLEY, J.S. & BAIER, S.N. 2000. Forgiving usually takes time: a lesson learned by studying interventions to promote forgiveness. *Journal of Psychology and Theology.* (28)1:3-20.

WORTHINGTON jr, E.L., SHARP.C.B., LERNER, A.J. & SHARP, J.R. 2006. Interpersonal forgiveness as an example of loving one's enemies. *Journal of Psychology and Theology.* (34)1:32-42.

WRIGHT, H.N. 2003. The new guide to crisis and trauma counseling. California: Regal Books.

ZERFASS, R. 1974. Praktische Theologie als Handlungswissenschaft. (*In* Klostermann, F. & Zerfass, R. Praktische Theologie Heute. München: Kaiser/Grünewald. p.164-177).

ZODHIATES, S. *ed.* 1993. The complete Word study dictionary. New Testament. USA: AMG Publishers.

ZONNEBELT-SMEEGE, S.J. & DEVRIES, R.C. 2006. Establishing core positive constructs in grief therapy. *Christian Counseling.* Second semester, 11-13.

BYLAAG A

PERSOONLIKE INLIGTINGSVORM

1. Naam en van: ______________________________

2. Adres: ______________________________

3. Telefoonnommer: ______________ Selfoonnommer: ______________

4. Beroep: ______________

5. Geslag:

Manlik	Vroulik

6. Ouderdom: ______________

7. Kerkverband: ______________

8. Meelewende lidmaat:

Ja	Nee

9. Beskou u uself as 'n kind van God?

Ja	Nee	Onseker

10. Watter rol speel die Bybel in u lewe?

____

____

11. Enige onlangse veranderinge in u geloofslewe?

____

____

12. Huwelikstatus:

Ongetroud	Getroud	Geskei	Weduwee	Wewenaar

13. Indien getroud, naam van eggenoot/te: ______________________

14. Kontaknommer van eggenoot/te: ______________________

15. Enige vorige huwelike: ______________________________

16. Indien kinders, name en ouderdom: <u>Naam:</u> <u>Ouderdom:</u>

______________ ____

______________ ____

______________ ____

______________ ____

______________ ____

______________ ____

17. Huidige siektes, fisiese simptome van beradene:

____

____

____

18. Watter medikasie gebruik u tans?

____

____

19. Dokter se naam en telefoonnommer: ______________________

20. Beskryf wat u probleem tans is:

____

____

____

21. Beskryf kortliks watter trauma in u lewe plaasgevind het.

____
____
____
____
____
____
____
____

22. Het u enige professionele hulp ontvang na afloop van die trauma?

Ja	
Nee	

23. Indien ja, spesifiseer.

Dokter	
Sielkundige	
Ander: Spesifiseer	

Enige opmerkings wat u wil maak:

____
____

24. Watter ander groot veranderings het ná die trauma in u lewe gebeur?

____
____
____
____

25. Watter gevoelens/emosies ervaar u tans?

Woede	
Kwaadheid	

Onvergewensgesindheid	
Depressie	
Bekommernis	
Angstigheid	
Frustrasie	
Vrees	
Skuld	
Skaamheid	
Hartseer	
Hulpeloosheid	
Hooploosheid	
Moegheid	
Ander: (spesifiseer)	

26. Hoe sou u u slaappatroon beskryf? (Daar kan meer as een antwoord wees)

Slaap goed	
Slaap sleg	
Kry gereeld nagmerries	
Ander: (spesifiseer)	

27. Watter ander faktore kan ook 'n rol speel in die fisiese simptome wat u het?

Oorerwing	
Lewenstyl	
Rook	
Oormatige alkohol	
Te min oefening	
Verkeerde dieet	

Vorige siekte	
Ander (spesifiseer)	

28. Op watter wyse is u deur die trauma geraak?

Verlies van (vul in).................	
Fisies	
Emosioneel	
Finansieel	
Ander: (spesifiseer)	

29. Volgens u mening, wie was verantwoordelik (wie neem u kwalik) vir die trauma in u lewe?

Myself	
Ander persoon	
God	
Onseker	
Ander: (spesifiseer)	

30. In watter mate herbeleef u weer emosies as u oor die trauma dink, praat of op die een ander manier daaraan herinner word?

31. Enige opmerkings wat u hier wil maak: