

Stilte, gebed en lectio divina: Kreatiewe hulpmiddele in die pastorale intervensieproses na trauma

WJ Jansen Van Nieuwenhuizen



orcid.org/0000-0003-0819-9539

Proefskrif aanvaar ter nakoming vir die graad *Philosophiae
Doctor* in *Pastorale Studies* aan die Noordwes-Universiteit

Promotor: Prof W Coetzer

Gradeplegtigheid: Desember 2021

Studentenommer: 26946424

TAALVERSORGING



EDITING & PROOF-READING
DR. FRANCI JORDAAN

Hiermee verklaar ek, **Franci Petra Jordaan (ID nommer: 620410 0010 083)**, dat ek die taalversorgingswerk vir **Wynand Jacobus Jansen van Nieuwenhuizen (Studentenommer: 26946424)** vir die proefskrif, ***STILTE, GEBED EN LECTIO DIVINA: KREATIEWE HULPMIDDELE IN DIE PASTORALE INTERVENSIEPROSES NA TRAUMA*** ter verwerwing van die graad **PhD in Pastoraal**, gedoen het.

Die taalversorging het die volgende ingesluit:

- Spelling en gebruik van anglisismes
- Grammatika
- Akademiese skryfstyl

My ondervinding as taalversorger is die volgende:

Taalversorging van:

- 17 PhD proefskrifte
- 29 Meestergraadverhandelings/mini-skripsies
- Wetenskaplike artikels, werkstukke, handleidings en bundels/boeke in verskeie vakgebiede
- Geestelike boeke
- Vertaling van boeke en Bybelstudiewerkstukke vanuit Engels na Afrikaans.
- Skaduskrywer van twee boeke getiteld *Stille Avontuur* en *Wanneer die Onmoontlike Moontlik word*.



DR. FP JORDAAN

9/7/2021

BEDANKINGS¹

Wanneer jy besef jy het geweldige tekortkominge, sluit dankbaarheid die woorde genade ontvang in. Graag wil ek vir die volgende persone dankie sê:

*Ons Here. Here op my vraag in 2005, hoe gaan ek dit maak het U geantwoord: Ek sal My Gees vir jou gee (Hand 1:8) en jou omring met die regte mense om jou te help. U het my tot hier gebring (Deut 8:1-20). Dankie Here, ek is lief vir U (2 Sam 22:47).

*My vrou Alana. Meis, jy is 'n engel van God aan my gegee. Sonder jou sal ek 'n baie armer mens gewees het. Dankie dat jy in my glo, my ondersteun en my liefhet. Jy het soveel vir ons opgeoffer. Dankie, Meis. Ek is baie lief vir jou (Spreuke 31).

*My dogters, Su-Jankè en Julaine. Saam mamma het julle baie moes prysgee. Dankie dat julle glo in my en vir julle liefde. Ek is trots op julle en het julle oneindig lief.

*My pa Peet en ma Joekie. Julle het hard gewerk in julle lewe vir ons as kinders. Ek het baie respek vir pa en ma, en is baie lief vir julle. Here dankie vir genade ontvang.

*Tannie Tienie. Dankie vir tannie se ondersteuning en liefde oor die laaste jare na my ma se dood. Ek waardeer dit met opreg.

*My skoonouers (Hennie en Kleinjie). Dankie vir pa en ma se ondersteuning oor die afgelope jare. Julle hulp, julle bystand, julle glo in my. Ek is lief vir julle.

*Retha (Jan en die seuns), Ruan (Marna en die seuns) en Elmari (en die kinders). Julle is ongelooflike mense. Dankie vir julle bystand en ondersteuning. Ek is lief vir julle.

*Annah. Jy het so mooi vir my gesorg in die tyd. Here ek dank U vir Annah.

*Prof. Wentzel Coetzer en Sonette. Te midde van u eie uitdagings het u my met passie, geduld en deernis gelei – in my geglo. U weet wat u vir my beteken.

*Prof. Franci Jordaan. Dankie vir taalversorging, deurnis, bemoediging en hulp.

*Die Gemeente Hartebeeshoek. Dankie vir elkeen se geduld, liefde en ondersteuning.

*Laaste: aan elke onderwyser, dosent, klasmaat en my vriende. Ek dank God vir julle. In besonder dr. Lodewyk Sutton, 'n genade gawe van God.

¹ †Ter nagedagtenis aan: oupa Andries en ouma Grieta; oupa Wynand en ouma Ena; ouma Annetjie, my ma Joekie en my swaer Jannie. Ek mis julle elke dag meer.

OPSOMMING

In hierdie studie is die tema: ***Stilte, gebed en lectio divina: Kreatiewe hulpmiddele in die pastorale intervensieproses na trauma*** ondersoek. Die fokus van die studie is om vas te stel tot watter mate aspekte soos stilte, gebed en *lectio divina* as kreatiewe hulpmiddele in die pastorale krisis intervensieproses na trauma gebruik kan word. 'n Verdere oorkoepelende doelstelling van die studie is om met die oog op die pastorale krisis intervensieproses 'n prakties toepasbare pastorale model daar te stel vir die begeleiding van slagoffers na trauma.

In Hoofstuk 2 is daar gefokus op die **deskriptiewe taak** wat die eerste van vier take is soos voorgestel deur Richard Osmer in sy pastorale model en wat ook die basiese vertrekpunt in hierdie studie is. Met betrekking tot die deskriptiewe taak is daar klem gelê op die episode van krisis en trauma asook die nagevolge daarvan met behulp van die vraag: '*Wat is aan die gebeur?*' Die funksionele rol wat kreatiewe laterale denke, stilte, gebed en *lectio divina* as kreatiewe hulpmiddele tot die pastorale krisis intervensie proses na trauma vervul, is gevolglik in teorie ondersoek.

Die tweede taak soos voorgestel deur Osmer is die **interpreterende taak** wat in Hoofstuk 3 aan die orde gekom het. Die rigtinggewende vraag wat hier aan die orde was, is '*Waarom is dit aan die gebeur?*' Hier is in besonder kennis geneem van tersaaklike en relevante bydraes vanuit die aanverwante wetenskappe. Hierdie kennisinsette is geïnterpreteer en geïnkorporeer in die voorlopige formulering van 'n pastorale model vir die begeleiding van slagoffers na trauma.

Die **normatiewe taak** is Osmer se derde taak en dit kom in Hoofstuk 4 aan die orde. Hier is op prakties-teologiese wyse met behulp van 'n Skrifgefundeerde Reforma-toriese benadering eksegeese gedoen van 'n aantal tersaaklike Skrifgedeeltes. Die resultate het aangetoon dat die geestelike dissiplines van stilte, gebed, en *lectio divina* as toepasbare funksionele en kreatiewe hulpmiddele deur die Skrif self beklemtoon en aangewend word.

Die **pragmatiese taak** is Osmer se laaste taak en dit figureer in Hoofstuk 5. Vanuit al die vorige hoofstukke is daar hier op 'n geïntegreerde basis 'n pastorale model saamgestel met die oog op die begeleiding van slagoffers na trauma aan die hand van stilte, gebed en *lectio divina* as kreatiewe hulpmiddele. Die voorgestelde model bestaan uit ses prosesse met 'n Skriftuurlike en wetenskaplike begronding.

Vanuit hierdie studie het geblyk dat die geestelike dissiplines van stilte, gebed en *lectio divina*, besonder bruikbaar kan wees in die praktyk van pastorale berading maar terselfdertyd ook bevorderlik kan wees met betrekking tot aanverwante wetenskaplike modelle. Daar is laastens ook aangetoon dat 'n multidissiplinêre benadering binne die pastoraat van kritiese belang is en dat wetenskaplike velde mekaar op hierdie wyse kan versterk, verryk en transformerend opbou ten einde die saak en die taak meer volledig tot diens te wees.

SLEUTELTERME

- Kreatiwiteit
- Stilte
- Gebed
- *Lectio divina*
- Trauma
- Krisisintervensie

SUMMARY

The main theme that is researched in this study is: ***Silence (quiet time), prayer and lectio divina: Creative resources in the pastoral intervention process after trauma.*** The focus of the study is to determine to which degree aspects such as quiet time, prayer and *lectio divina* may be used as creative resources in the pastoral crisis intervention process after trauma. A further overall objective of the study in view of the pastoral crisis intervention process, is to establish a practical and enforceable pastoral model for counselling victims after trauma.

In Chapter 2 the focus has been on the **descriptive task** that is the first of four tasks as recommended by Richard Osmer in his pastoral model and which forms the basic premise of this study. Concerning the descriptive task, emphasis was placed on the incidence of crisis and trauma and the consequences thereof by asking the question: “*What is happening here?*” The functional role of creative lateral thinking, quiet time, prayer and *lectio divina* as creative resources for the pastoral crisis intervention process after trauma, was then researched in theory.

The second task, as suggested by Osmer, is the **interpretative task** as discussed in Chapter 3. The directional question that was subsequently asked, was: “*Why is this happening?*” In this instance, particular attention was paid to relevant and applicable contributions from neighbouring sciences. These inputs have been interpreted and incorporated into the preliminary formulation of a pastoral model regarding the counselling of victims after trauma.

The **normative task** is Osmer’s third task and it is discussed in Chapter 4. Here, in a practical-theological way, exegesis of a few relevant passages from Scripture was done with the help of a Scripture-based Reformational approach. Results have shown that the spiritual disciplines of quiet time, prayer and *lectio divina* are emphasized and applied as functional and creative resources by Scripture itself.

The **pragmatic task** is Osmer’s last task and it appears in Chapter 5. From all the previous chapters, an integrated model has been compiled regarding the counselling

of victims after trauma by using quiet time, prayer and *lectio divina* as creative resources. The proposed model consists of six processes with a Scriptural and scientific foundation.

From this study it appeared that the spiritual disciplines of quiet time, prayer and *lectio divina*, might be especially useful in the practice of pastoral counselling while, at the same time, they can also be beneficial regarding neighbouring scientific models. Lastly, it was also indicated that a multi-disciplinary approach within the pastorate is of critical importance and that scientific fields can strengthen, enrich, and transform each other to serve the issue and task in a more useful way.

KEY TERMS

- Creativity
- Quiet time
- Prayer
- *Lectio divina*
- Trauma
- Crisis intervention

INHOUDSOPGAWE

TAALVERSORGING	i
BEDANKINGS	ii
OPSOMMING	iii
SUMMARY	v
FIGURE GEBRUIK	xx
INLEIDING	1
HOOFSTUK 1	1
1. OPSOMMING	1
2. SLEUTELTERME	1
2.1. Kreatiwiteit	1
2.2. Stilte	4
2.3. Gebed	7
2.4. <i>Lectio Divina</i>	9
2.5. Trauma	11
2.6. Krisisintervensie	12
3. ORIËNTERING EN PROBLEEMSTELLING	14
3.1. Oriëntering	14
3.2. Probleemstelling	15
4. LEEMTES IN BESTAANDE NAVORSING	16
4.1. Databasis	16

4.2.	Proefskrifte en verhandelings	17
4.3.	Akademiese Artikels	18
4.4.	Akademiese Boeke	20
5.	NAVORSINGSVRAAG	22
5.1.	Die oorkoepelende navorsingsvraag	22
6.	DOELSTELLINGS EN DOELWITTE	23
6.1.	Doelstelling	23
6.2.	Doelwitte	23
7.	SENTRALE TEORETIESE ARGUMENT	24
8.	METODOLOGIE	24
8.1.	D. Browning	25
8.2.	G. Heitink	26
8.3.	A. Peshkin	26
8.4.	Merriam en Tisdell	27
8.5.	Miles en Huberman	27
8.6.	R.R. Osmer	28
9.	ETIESE IMPLIKASIES	32
9.1.	Kriteria vir seleksie van literatuur	32
9.2.	Monitering van navorsing	33
10.	VOORLOPIGE HOOFSTUKINDELING	33

DIE DESKRIPTIEWE TAAK	34
KONSEPTUALISERING VAN 'N VOORLOPIGE MODEL	34
HOOFSTUK 2	34
2.1. INLEIDEND	34
2.2. METODOLOGIESE VERANTWOORDING	36
2.3. BASIESE LITERÊRE VERTREK PUNT	37
2.3.1. Wat is aan die gebeur?	37
2.3.2. Trauma, slagoffers en die leefwêreld	38
2.3.3. Die verband tussen trauma en krisis	39
2.3.4. Wat is trauma?	40
2.3.4.1 Traumagevolge	41
2.3.4.2 Verhouding tussen pastoraat en psigologie	44
2.3.4.3 Trauma reaksie	45
2.3.4.3.1 Trauma intensiteit	46
2.4 WAT IS KREATIEWE LATERALE DENKE?	47
2.4.1 Kreatiewe denke en die asimmetriese brein	49
2.4.2 Emosionele kreatiwiteit	50
2.4.3 Wat is die verskil tussen intra- en interpersoonlike kommunikasie?	51
2.4.4 Kreatiewe metodologiese denke	51
2.4.4.1 Runco en Rossman	51
2.4.4.2 De Bono se “ <i>six thinking hats</i> ” metodologie	52
2.4.4.3 Michalko	54
2.4.5 Kreatiewe denke en pastorale intervensie	55

2.4.5.1	Kreatiewe denke en God	56
2.4.5.2	Die Bybel en trauma	59
2.5	PASTORALE INTERVENSIE	59
2.5.1	Verhouding pastorale intervensie, berader en beradene	59
2.5.2	Wat is pastorale intervensie?	60
2.5.3	Slagoffers se behoefte in trauma en krisistye	61
2.5.4	Fases en hantering van krisis/trauma	61
2.5.5	Geloof, krisis en trauma	63
2.5.6	Innerlike geestelike genesing en die pastorale intervensieproses	63
2.5.7	Stilte binne die konteks van kreatiewe denke	65
2.5.8	Stilte as geloofsdissipline	66
2.5.9	Die verstaan van gebed in die navorsingskonteks	67
2.5.10	Gebed as geloofsdissipline	68
2.5.11	Die verstaan van <i>lectio divina</i> in die navorsingskonteks	69
2.5.12	<i>Lectio divina</i> as geloofsdissipline	70
2.6	BESPREKING VAN 'N VOORLOPIGE MODEL	71
2.7	SAMEVATTING	71

DIE INTERPRETATIEWE TAAK	74
‘N LITERATUURSTUDIE VANUIT AANVERWANTE WETENSKAPPE	74
HOOFSTUK 3	74
3.1. INLEIDING	74
3.2. METODOLOGIE	74
3.2.1. Die interpretasie teorie	76
3.2.2. Interpretatiewe taak en Bybelse wysheid	77
3.3. TRAUMA EN AANVERWANTE WETENSKAPPE	77
3.3.1. Neurologie en trauma	77
3.3.1.1. Neuroplastisiteit en trauma	78
3.3.1.2. Tipes neuroplastisiteit	80
3.3.1.3. Die neuro-sisteem en die getraumatiseerde brein	80
3.3.2. PTSV, neurologie en trauma	81
3.3.2.1. Kan PTSV verhoed word?	82
3.3.2.2. PTSV risiko faktore	83
3.3.2.3. Postraumasies pyn	83
3.3.2.4. Psigologiese trauma, PTSV en die sosialemaatskaplike konteks	84
3.3.2.5. Merkers vir PTSV	85
3.3.3. Dissosiasie en trauma	85
3.3.3.1. Wat is dissosiasie?	85
3.3.3.2. Merkers vir dissosiatiewe gedrag	86
3.3.4. Emosionele verwonding	87

3.3.4.1.	Wat is emosionele verwonding?	87
3.3.4.2.	Merkers ten opsigte van emosionele verwonding	87
3.3.5.	Psigiese verwonding en trauma	88
3.3.5.1.	Wat is psigiese verwonding?	88
3.3.5.2.	Psigologiese spanning en mediese gevolge na trauma	88
3.3.5.3.	Trauma geheue en psigiese verwonding	90
3.3.6.	Die heelbrein demensie en trauma	91
3.3.7.	Sensoriese demensie en trauma	92
3.3.8.	Trauma en sosiaalmaatskaplike gevolge	93
3.4.	KREATIEWE DENKE AANVERWANTE WETENSKAPPE	93
3.4.1.	Kreatiewe denke en kreatiewe laterale denke	93
3.4.2.	Kreatiewe denke en psigologie	95
3.4.3.	Kreatiewe dissosiasie	96
3.4.4.	Kreatiewe denke en die heelbrein demensie	96
3.4.5.	Kreatiewe denke en neuroplastisiteit	99
3.4.6.	Emosionele kreatiewe denke	99
3.4.7.	Kreatiewe denke en sensoriese vaardighede	101
3.4.8.	Kreatiewe denke en natuurlike veerkragtigheid na trauma	102
3.4.9.	Kreatiewe denke en pastoraat	102
3.4.9.1.	Die 3P kreatiewe model en 3E subjektiewe welstandsmoedel	103
3.5.	STILTE, GEBED EN <i>LECTIO DIVINA</i> EN AANVERWANTE WETENSKAPPE	105
3.5.1.	Neuroplastisiteit, pastorale geestelike sorg (stilte, gebed en Bepeinsing)	105
3.5.2.	Neuroplastisiteit, ' <i>neurosculpting</i> ' en God	107

3.6.	VOORLOPIGE MERKERS MET DIE OOG OP 'N PASTORALE MODEL	110
3.7.	SAMEVATTING	112
	DIE NORMATIEWE TAAK	115
	'N SKRIFTUURLIKE BASIS MET BETREKKING TOT STILTE, GEBED EN <i>LECTIO DIVINA</i> AS KREATIEWE HULPMIDDELE VIR PASTORALE INTERVENSIE NA TRAUMA	115
	HOOFSTUK 4	115
4.1.	INLEIDING	115
4.2.	METODOLOGIE	116
4.3.	DOELWIT	118
4.4.	PASTORALE BERADING VANUIT 'N BYBELSE PERSPEKTIEF	119
4.4.1.	Pastorale krisisintervensie en die Bybel	121
4.4.2.	Belangrike Bybelse beginsels vir die pastorale intervensie proses	122
4.5.	KREATIEWE LATERALE DENKE, NEUROPLASTISITEIT EN BYBEL	123
4.6.	EKSEGESE	124
4.6.1.	Efesiërs 4:23-24 (God maak nuut – stilte, gebed en <i>lectio divina</i>)	124
4.6.1.1.	Bepaling van die teks, tekstuele konteks, die plek van die perikoop en genre	125
4.6.1.2.	Sosiohistoriese konteks en die geloofskeuse waarvoor die perikoop die eerste hoorders/lesers gestel het	127
4.6.1.3.	Woordstudie van belangrike begrippe in die kernvers	128

4.6.1.4.	Godsopenbaring, verlossingsfeite en appèl	131
4.6.1.5.	Raadpleging van eksegetiese bronne en Skrif-met-skrifvergelyking	132
4.6.1.6.	Huidige sosiohistoriese konteks en geloofskeuses vir huidige hoorders/lesers	135
4.6.1.7.	Gevolgtrekkings en basiese riglyne	135
4.6.2	Markus 6:31 (Kontemplatiewe bepeinsing, stilte, gebed en <i>lectio divina</i>)	137
4.6.2.1.	Bepaling van die teks, tekstuele konteks, die plek van die perikoop en genre	137
4.6.2.2.	Sosiohistoriese konteks en die geloofskeuse waarvoor die perikoop die eerste hoorders/lesers gestel het	139
4.6.2.3.	Woordstudie van belangrike begrippe in die kernvers	140
4.6.2.4.	Godsopenbaring, verlossingsfeite en appèl	142
4.6.2.5.	Raadpleging van eksegetiese bronne en Skrif-met -skrifvergelyking	144
4.6.2.6.	Huidige sosiohistoriese konteks en geloofskeuses vir huidige hoorders/lesers	148
4.6.2.7.	Gevolgtrekkings en basiese riglyne	149
4.7.	NEUROPLASTISITEIT, 'MINDFULNESS', KONTEMPLATIEWE STILTE, GEBED EN LECTIO DIVINA	150
4.8.	BESPREKING VAN VOORLOPIGE MODEL VANUIT 'N SKRIFGE-BASEERDE HOEK	152
4.9.	SAMEVATTING	156

DIE PRAGMATIESE TAAK	158
DIE FORMULERING VAN 'N PRAKTYKGERIGTE TEORETIESE MODEL IN TERME VAN STILTE, GEBED EN <i>LECTIO DIVINA</i> AS KREATIEWE HULPMIDDELE IN DIE PASTORALE INTERVENSIEPROSES NA TRAUMA	158
HOOFSTUK 5	158
5.1. INLEIDING	158
5.2. DOELWIT	159
5.3. OSMER SE SPIRITUALITEITSMODEL VAN DIENENDE LEIERSKAP	160
5.4. BELANGRIKHEID VAN MODELLE VIR INTERDISSIPLINÊRE DIALOOG IN PRAKTIESE TEOLOGIE	162
5.4.1. Omskrywing van praktykteorie as begrip	162
5.4.2. Korrelasiemodel van interdisiplinêre dialoog	163
5.4.3. Transformasiemodel van interdisiplinêre dialoog	163
5.4.4. Transversale model van interdisiplinêre dialoog	164
5.5. DIE PRAGMATIESE TAAK, PASTORALE INTERVENSIE EN KREATIEWE LATERALE DENKE	164
5.5.1. Kreatiewe pastorale intervensie	164
5.5.2. Traumagevolge	166
5.5.3. Trauma en sensoriese sisteem van die mens	167
5.5.4. Trauma, die fisiologiese en neurologiese funksioneringssisteem en emosionele kreatiwiteit	168

5.5.5.	Neuroplastisiteit, neuro-rehabilitasie, die heelbrein en kreatiewe denke	169
5.5.6.	Kreatiewe laterale denke en pastorale intervensie	172
5.5.7.	Heelbrein demensie en kreatiewe denke	175
5.5.8.	Berader, beradene en kreatiewe pastorale intervensie	176
5.5.9.	Kontemplatiewe bepeinsing en neuroplastisiteit	179
5.5.9.1.	Neuroplastisiteit en kontemplatiewe stilte	180
5.5.9.2.	Neuroplastisiteit en kontemplatiewe gebed	181
5.5.9.3.	Neuroplastisiteit en kontemplatiewe <i>lectio divina</i>	182
5.5.9.4.	Funksionele neuroplastisiteit en kontemplatiewe kreatiewe laterale denke	183
5.5.10.	’n Pragmatiese uitleg van stilte, gebed en <i>lectio divina</i>	184
5.5.10.1.	Rus as deel van praktiese toepassing (stilte, gebed, <i>lectio divina</i>)	185
5.5.10.2.	’n Praktiese toepassing van rus, stilte, gebed en <i>lectio divina</i>	186
5.6.	FORMULERING VAN ’N VOORLOPIGE KREATIEWE PASTORALE INTERVENSIEMODEL	187
5.6.1.	Proses 1: Wat is besig om te gebeur, of wat het gebeur, of wat is die behoefte?	188
5.6.2.	Proses 2: Waarom gebeur wat met die individu gebeur?	191
5.6.3.	Proses 3: Wat behoort te gebeur?	194
5.6.4.	Proses 4: Die neem van ’n ruspose	196
5.6.4.	Proses 5: Wat behoort te verander?	196
5.6.6.	Proses 6: Terugvoer, vorderingsverslag en instandhouding	197
5.7.	SAMEVATTING	198

SAMEVATTING	200
SAMEVATTENDE OORSIG EN VOORGESTELDE AREAS VIR VERDERE NAVORSING	200
HOOFSTUK 6	200
6.1. INLEIDING	200
6.2. OORSIG EN SAMEVATTING VAN HOOFSTUK 2	200
DIE DESKRIPTIEWE TAAK	200
6.2.1. Trauma, traumaslagoffers en traumagevolge	200
6.2.2. Die verhouding tussen pastoraat, psigologie en aanverwante 201 wetenskappe	
6.2.3. Die Bybel en trauma	202
6.2.4. Kreatiewe denke, trauma, pastorale intervensie en die wetenskap	202
6.2.5. Kreatiewe laterale denke en God	204
6.2.6. Stilte, gebed en <i>lectio divina</i> as kreatiewe hulpmiddele	204
6.2.6.1. Stilte as kreatiewe hulpmiddel	205
6.2.6.2. Gebed as kreatiewe hulpmiddel	205
6.2.6.3. <i>Lectio divina</i> as kreatiewe hulpmiddel	206
6.2.7. 'n Samevatting van hoofstuk 2 – “ <i>wat is aan die gebeur?</i> ”	206
6.3. OORSIG EN SAMEVATTING VAN HOOFSTUK 3	208
DIE INTERPRETERENDE TAAK	208
6.3.1. Kreatiewe denke en aanverwante wetenskappe	208

6.3.2.	Neurologie, psigologie, mediese gesondheid en trauma	208
6.3.4.	3P en 3E kreatiewe modelle in terme van 'n voorlopige aanwendingsmodel	209
6.3.5.	Stilte, gebed, <i>lectio divina</i> en aanverwante wetenskappe	209
6.3.6	'n Samevatting van hoofstuk 3 – “ <i>waarom gebeur dit?</i> ”	210
6.4.	OORSIG EN SAMEVATTING VAN HOOFSTUK 4	212
	DIE NORMATIEWE TAAK	212
6.4.1.	Pastorale sorg, rus, stilte, gebed en <i>lectio divina</i> vanuit 'n Bybelse perspektief	213
6.4.2.	Kreatiewe laterale denke, neuroplastisiteit en die Bybel	214
6.4.3.	Eksegetiese perspektiewe	214
6.4.3.1.	Samevattende gevolgtrekking rakende Efesiërs 4:23-24	214
6.4.3.2	'n Samevattende gevolgtrekking rakende Markus 6:31	215
6.4.5.	Neuroplastisiteit, ' <i>mindfulness</i> ' en God	215
6.4.6.	Samevatting van hoofstuk 4 – “ <i>wat behoort te gebeur?</i> ”	216
6.5.	OORSIG VAN HOOFSTUK 5 – `N STRATEGIES-TEORETIESE MODEL	217
	DIE PRAGMATIESE TAAK	217
6.5.1.	Formulering van 'n voorlopige kreatiewe pastorale intervensiemodel	217
6.5.2.	Samevatting van hoofstuk 5 – “ <i>Wat behoort te verander?</i> ”	218
6.6.	SAMEVATTENDE SLOTOPMERKINGS	219
6.7.	VOORGESTELDE AREAS VIR VERDERE NAVORSING	220

BYLAES	221
Bylaag A: Post-traumatiese stresversteuring volgens DSM-V	221
Bylaag B: Skematiese voorstelling van die brein met betrekking tot trauma, PTSV en kreatiewe denke	224
Bylaag C: Die biopsigo-sosiaal-spirituele model	227
Bylaag D: 'n Tyd siklus van Norman Wright se verstaan aangaande fases wat ervaar word na krisis en trauma	228
Bylaag E: Ingrypingsprojek vir huishoudelike mishandeling	230
Bylaag F: Die agt demensies van die brein (NBI)	231
Bylaag G: Die funksionele breinstam, die limbiese stelsel en die korteks	234
Bylaag H: Persoonlike inligtingsvorm	235
BIBLIOGRAFIE	238

FIGURE GEBRUIK

Figuur 1:	Miles en Huberman se kwalitatiewe navorsingsmodel.	27
Figuur 2:	Osmer se kwalitatiewe navorsingsmodel.	29
Figuur 3:	Osmer en die deskriptiewe taak.	35
Figuur 4:	Osmer se spiritualiteit van teenwoordigheid.	35
Figuur 5:	Ogden en Minton se modulasie model in terme van trauma-intensiteit.	46
Figuur 6:	Masini se emosionele welstand model.	64
Figuur 7:	Osmer se model van verstandige wysheid (sagely wisdom).	75
Figuur 8:	Osmer en die Interpretiewe taak.	76
Figuur 9:	Die 3E en 3P modelle.	104
Figuur 10:	Osmer en die normatiewe taak.	115
Figuur 11:	Osmer se geestelike profetiese onderskeidingsvermoë.	117
Figuur 12:	Osmer die pragmatiese taak.	159
Figuur 13:	'n Tabel indeling van Osmers kwalitatiewe model.	159
Figuur 14:	Osmer se spiritualiteitsmodel van dienende leierskap.	160

INLEIDING

HOOFSTUK 1

1. OPSOMMING

Krisisse en trauma is deel van die alledaagse bestaan en kan enige oomblik toeslaan. Hierdie ongemaklike werklikheid wat mense verwond laat, vorm deel van die daaglikse lewe en het 'n reuse invloed op mense se karakter, bestaanswêreld, gesin en gemeenskap. Trauma het ingrypende gevolge en verander mense, laat gesinne met baie seer, en veroorsaak 'n verwonde samelewing. Daarom is dit vir die wetenskap belangrik om na meer effektiewe metodes te bly soek om getraumatiseerdes en hulle wat deur krisisse gaan by te staan.

Aspekte soos stilte, gebed en *lectio divina* kan van groot waarde in die verwerking van krisisse en trauma wees en die oogmerk met hierdie studie is om hulpmiddels soos hierdie te ontgin ten einde vas te stel watter bydrae in teorie gemaak kan word en hoe dit ook prakties aangewend kan word en tot hulp vir die berader kan wees. Bykomend tot die studie sal daar ook kennis geneem word van verskeie skeppende en uitbeeldende kreatiewe metodes asook kreatiewe denke en hoe dit kreatief in die krisissintervensieproses aangewend kan word.

Met betrekking tot studieveldkreatiwiteit gaan daar veral op Edward de Bono se benadering gefokus word, terwyl daar tegelykertyd kennis van ander bydraende bronne in hierdie verband geneem sal word en hoe insigte soos hierdie in 'n pastorale model geïntegreer kan word.

2. SLEUTELTERME

Afrikaans: Kreatiwiteit, stilte, gebed, *lectio divina*, trauma, krisissintervensie.

Engels: Creativity, silence, prayer, *lectio divina*, trauma, crisis intervention.

2.1. Kreatiwiteit

Kreatiwiteit is 'n ruim konsep wat moeilik omarm en tot 'n enkele begrip of definisie ingeperk kan word (Heilman, 2005:loc.189). Pogings om kreatiwiteit in 'n enkele

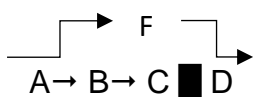
definisie saam te vat sal die dinamiese aard hiervan inperk en strem. Daarom probeer die meeste navorsers eerder om 'n teorie of interpretasie daar stel wat die aard en karakter van kreatiwiteit in beginsel probeer beskryf.

Kreatiwiteit in beginsel probeer illustreer dat logiese vertikale denke nie die enigste roete is om 'n probleem sistematies op te los nie. Daar bestaan egter verskeie oplossingsmoontlikhede weens die feit dat die mens oor 'n asimmetriese brein beskik. De Bono (2015b:38) in sy beskrywing hiervan belig die feit dat nie een persoon dieselfde in hulle denke, karakter en aard is nie.

Wanneer daar kennis van kreatiewe denkers soos Edward de Bono (2015b), Ned Herrmann (1989), Paul Torrance (2012), Kobus Neethling en Rache Rutherford (2014a), Paul Meier (2015) en David Seamands (1986) geneem word wat met aspekte soos die heel brein demensies, die getraumatiseerde brein, kreatiwiteit, persoonlikhede, ens., werk, word dit spoedig duidelik dat elke individu verskil en daarom die logiese gevolg dat daar 'n verskeidenheid moontlikhede is om probleme mee op te los.

Vertikale denke is selektief en sistematies terwyl kreatiewe laterale denke generatief funksioneer. Vertikale denke beweeg slegs as daar rigting en 'n sisteem met spesifieke verwagte uitkomst is. Kreatiewe laterale denke wil rigting genereer en skeppend na moontlike oplossings soek (De Bono, 2015a:296) om sodoende 'n vasgeloopte of stollingservaring te oorkom (De Bono, 2015b:11). Binne die pastoraat kan 'n perspektief soos hierdie besonder waardevol wees veral wanneer die kreatiewe en skeppende Gees van God in die begeleidingsproses betrokke is.

Logiese vertikale denke beweeg sistematies van $A \rightarrow B \rightarrow C$ om by D uit te kom. Laterale denke sê daar is ander kreatiewe moontlikhede om by D uit te kom aldus Mans (1977:105).



Kreatiwiteit wil sê daar is nie net een logiese reël wat vir elkeen op soek na uitkomst geld nie maar wel 'n verskeidenheid van oplossingsmoontlikhede. Kreatiwiteit wil in die proses diversiteit erken, akkommodeer en funksioneel aanwend op soek na moontlike oplossings na trauma.

John Hawkins 'n leerling van Edward de Bono, beskryf kreatiwiteit soos volg in sy boek:

...creativity is the ability of the person's mind to acquire facts, materials, and/or ideas and distinguish them in a distinctive manner or way (Hawkins, 2019:loc.46).

Laterale denke en kreatiwiteit is verwant aan mekaar en wil inligting positief aanwend om vorentoe te beweeg, alhoewel die woord 'lateraal' sywaartse beweging suggereer. Laterale denke gaan daarvoor om alternatiewe maniere of metodes te gebruik wat die karakter van die individu komplimenteer met die doel om moontlike oplossings te vind (Mans, 1977:104; De Bono, 2015b:9).

In terme van pastorale krisisintervensie sou gestel kan word dat kreatiewe laterale denke die individu se denke positief wil aktiveer en in beweging bring wat tot gevolg kan hê dat die individu in die proses ook hulself weer ontdek en ook meer ontvanklik vir die stem van die Heilige Gees word (De Bono, 2015:296a).

Heilman (2002:53) maak melding van die feit dat die brein uit verskeie meganismes bestaan om sodoende van hulp in die hantering van krisisse en trauma te wees. Hierdie meganismes is egter dikwels onaktief, onderbenut en onproduktief. Individue sal ook weens hul breinprofiel gebeure emosioneel en fisies verskillend beleef en interpreteer. Dit is ook belangrik om kennis te neem van die feit dat die brein gedrag bemiddel en daarom kan enige invloed op die brein, soos beserings, siekte toestande en trauma 'n direkte invloed op die mens se gedrag en karakter hê. Dit ondersteun die holistiese benadering van 'n navorser soos die Christen psigiater, Dr. Paul Meier, e.a. (Heilman, 2002:59-61).

Dawid Harrison (2015) versterk die argument deur klem te lê op die feit dat mense se breinprofiel en samestellings van mekaar verskil en daarom sal trauma verskillend ervaar word en gevolglik vra dit dus ook van die pastorale berader 'n kreatiewe ingesteldheid ten einde elke persoon op 'n unieke wyse te kan begelei.

In beginsel wil laterale denke en kreatiwiteit dus die vasgeloopte brein (*brain stuck*) aktiveer en stimuleer en in die proses na 'n nuwe of ander weg soek om weer funksioneel te kan wees (Dreifuss-Kattan, 2013:4-5). Slegs met behulp van die Heilige Gees sal pastorale beraders suksesvol in hierdie proses wees. Iets hiervan word in Romeine 12:2 verwoord:

Julle moenie aan hierdie sondige wêreld gelyk word nie, maar laat God julle verander deur julle denke te vernuwe. Dan sal julle ook kan onderskei wat die wil van God is, wat vir Hom goed en aanneemlik en volmaak is.

In De Bono (2015b:11-13) se verstaan gaan kreatiewe laterale denke nie daaroor om 'n bestaande gat dieper te grou in 'n poging om uit die gat, wat die krisis veroorsaak het, te kom nie, maar eerder kreatief en produktief op ander moontlikhede te fokus in 'n poging om te ontsnap.

Die brein beskik oor die nodige gereedskap om krisisse en trauma te oorkom. Elke mens beskik oor kreatiwiteit en niemand is daarsonder gebore nie – hierdie latente kreatiwiteit moet egter net geaktiveer en ontwikkel word. Dit impliseer dat daar kreatief geskep word, en met nuwe oë gekyk word deur van historiese of nuwe inligting gebruik te maak op soek na 'n nuwe roete (De Bono, 2015a:297).

Kreatiwiteit kan verder as die vonk beskryf word wat die individu wil help om die volle brein se kapasiteit te gebruik ten einde inligting te proses, feite na te spoor, tussen verskeie werklikhede en persepsies te onderskei en 'n weg vorentoe te vind (Ballester, 2019:loc.191-193).

2.2. Stilte

Die Bybel bevat talle voorbeelde van God wat met die mens praat. Persone soos Abraham, Sara, Jakob, Moses, die Rigters, die profete, Maria die moeder van Jesus, Petrus en Paulus is almal getuies van sulke gesprekke wat plaasgevind het.

God wil met die mens praat maar die voorwaarde is dat hierdie mens bereid moet wees om te luister. Om te kan luister is dit vervolgens belangrik vir die mens om stil te kan word. Dit is egter baie meer kompleks as slegs luister en gewillig wees (Robbins & Robbins, 2009:loc.10). Die probleem is dat die individu soms weens 'n krisis of trauma afgesny en geïsoleerd van God voel – Hy voel ver en weens die trauma vind die persoon dit moeilik om gefokus te hoor en te luister (Laird, 2006:10).

Die Woord is egter duidelik oor die gedagte van stil word en iets hiervan word in Jesaja 30:15 (1953 vertaling) verwoord: *“Want so sê die Here HERE, die Heilige van Israel: In terugkeer en rus lê julle heil, in stil wees en vertrou bestaan julle krag; maar julle*

wou nie...”. Dit word ook in Sagaria 2:13 (1983 vertaling) verwoord: “Wees stil voor die Here, al wat leef! Hy kom uit Sy heilige woning te voorskyn!”

In die Hebreeus is die woord wat met ‘stil wees’ vertaal word in beide die vermelde tekste die volgende:

חָח, הִחַח (hacah /haw·saw/) wat vertaal word met om stil te bly of om stil te wees – in die Biblia Hebraica Stuttgartensia (Zech 2:17) (Strong, 1995).

In die Septuaginta word die gedagte van stil wees van Sagaria 2:13 (Zech 2:17 in die Septuaginta) soos volg vertaal:

εὐλαβέομαι (eulabéomai) om na te dink, stil te wees, ontvanklik te wees, vroom, opreg (*to be cautious, thoughtful, circumspect, to receive well. To be afraid, to be moved or impressed with a natural or religious fear*) (Zodhiates, 2000).

Stil wees en stilte is terme wat Jesus ook tydens Sy aardse bediening gebruik het. In Matteus 14:13 verwys Jesus na ’n stil plek van afsondering: “Toe Jesus dit hoor, het Hy met ’n skuit daar vandaan weggegaan na ’n stil plek om alleen te wees”. Nog ’n Skrifverwysing wat by Jesus se gebruik van stilte aansluit is Markus 6:31: “Daar was baie mense wat gedurig gekom en gegaan het, sodat Jesus en sy dissipels selfs nie kans gehad het om iets te eet nie. Hy sê toe vir hulle: “Kom julle alleen saam na ’n stil plek toe en rus ’n bietjie”.

Tydens die trauma wat Jesus in Markus 6 as gevolg van verwerping ervaar, die moord op Sy vriend Johannes, die feit dat Hy en Sy dissipels oorwerk is, emosioneel oorlaai is, uitgebrand is, smag Hy na stilte in die teenwoordigheid van Sy Vader ten einde insig, emosionele versterking en wysheid te kan ontvang.

Stil plek van rus verwys na ’n fisiese plek maar ook na plek van in die mens – ’n geestelike plek (Ortberg, 2005:18). Die een kan nie sonder die ander nie. Beide is belangrik en heilig (Laird, 2006:4).

Stilte bied die kreatiewe geleentheid om in God se teenwoordigheid te kan wees (Ps 27:8); om in liggaam, gees en siel gesonder te wees (Clinton & Ohlschlager, 2015:189-190), stil by God ons rots te kan wees (Ps 62:16); wagtend op die Here (Ps 130:5-7 en Ps 37:1-7); soekend na Sy omarming en openbaring (2 Kron 28:9) (Laird, 2006:10).

Cotter (2013) beskryf iets van sy ervaring tydens die jare van voltydse bediening en verwys na hoe hy ervaar het dat die stilte van die nag hom as mens geëts en gevorm het, totdat hy geleer het om tydens hierdie stilte na God se stem te luister (vgl. ook in hierdie verband Elia wie God se stem in die stilte in die grot gehoor het 1 Kon 19:11-13).

Stilte gaan oor om met 'n helder bewussyn toegespits en nadenkend te luister en waar te neem (Reda, 2009:17, 158). Stilte en luister is ook belangrike geestelike instrumente wat ons verstaan en interpretasie van iets kan verbreed en verdiep – dit kan ook 'n belangrike rol vervul in terme van hoe 'n krisis, trauma en selfs akademiese arbeid geïnterpreteer word. Stilte vorm deel van kreatief wees en is nie 'n mors van tyd nie (Olsen, 2003:xii-xiv) en dit kan ook as 'n aktiewe funksionele geestelike instrument beskryf word (Reda, 2009:159-160).

Johansen (2002:1-2) verwys na stilte en luister as 'n tegniek om die getraumatiseerde persoon tot hulp te wees deur waar te neem, die persoon se behoefte te verstaan en hulle vervolgens na 'n plek te begelei waar hulle as't ware aan 'n nuwe bestaan 'geboorte gee'. In sy geval was dit sy seun wat na breintrauma moes leer om weer sosiaal aan te pas en te mobiliseer. In hierdie opsig wil stilte probeer verstaan, herskep, nuut maak, begelei en genees (Richman, 2013:362-375).

Soms gebeur dit dat individue dit moeilik vind om oor 'n krisis of trauma te praat en soms laat die konteks die persoon nie toe om te praat nie. Stilte bied vervolgens 'n platform vir nie-verbale kommunikasie (Desmond *et al.*, 2015:440-442).

MacIntosh (2017:533-451) beskryf hoe sy stilte en uitbeeldende kuns kreatief gebruik het om 'n adolessent, wat deur trauma is, onderweg na genesing te begelei. Sy en die adolessent het in die hele tyd nie 'n woord oor haar trauma en krisis gepraat nie maar slegs oor die probleem deur middel van uitbeeldende kuns gekommunikeer. Sedertdien is die adolessent funksioneel sosiaal gemobiliseer en 'n aktiewe lid van die gemeenskap.

Welz (2017:412-427) ondersteun die gedagte dat stilte 'n goeie geleentheid bied om te luister, te verstaan en te ken. Sy verwys na die feit dat dit kan gebeur dat die persoon nooit 'n woord oor die trauma of krisis praat nie, maar wel innerlike gevoelens en emosies verwoord en artikuleer wat andersins onbeantwoord sou bly.

Craig-Snell (2008:39-42) redeneer dat stilte as vorm van kommunikasie 'n positiewe modus bied om dit wat innerlik ervaar word, te verbaliseer. Stilte skep 'n geleentheid om nader te beweeg en te kommunikeer, al is dit ook sonder woorde (Rom 8:26). Stilte gee aan God die geleentheid om transformerend en skeppend deel van die gesprek te word (Willard, 2012:14-15).

Stilte as 'n nie-verbale kommunikasiediskoers kan egter ook afbrekend en disfunksioneel wees wanneer gedagtes uiteindelik nie getoets word nie. Stilte as diskoers wil dus in hoofsaak in gesprek tree en is nie 'n geslote na binnegekeerde oefening wat uiteindelik toksies kan word nie (Kurzon, 1998:5-9). Die tegniek vir gesprek is wel belangrik (MacIntosh, 2017:533-451).

2.3. Gebed

Beide stil word en gebed is intense psigiese oomblikke en moet versigtig gebruik word (Louw, 1997:508). Gebed skep die geleentheid vir die mens om met God te praat en ook God met die mens. Gebed verteenwoordig 'n dialoog tussen God en mens en mens tot mens (Myers, 2017:24). Gebed is iets wat in die teenwoordigheid van God gebeur aangesien die gelowige nooit sonder God in die lewe is nie (Pawson, 2008:4-5). Soos met stilte is ook die aksie van gebed egter nie so eenvoudig nie en moet daar baie geduld aan die dag gelê word. Soms gaan dit nodig vir die berader wees om iemand in die proses te begelei sonder om die gebed met 'n persoonlike en eie interpretasie te 'kontamineer'.

Gebed wil as kreatiewe hulpmiddel die individu motiveer om met God in gesprek te tree in terme van die krisis of trauma wat gebeur het. God skep die geleentheid en nooi die individu tot hierdie aksie uit (Lewis, 2018:loc.184); dit is ook verteenwoordigend van die soort gesprek wat tussen 'n pa en sy kind of dalk tussen die persoon en 'n ouer broer, wie vertrou word en met wie daar 'n geestelike band is, sou plaasvind. Gebed getuig van vertroue, verhouding en bereidheid al is daar ook seer en kwaad (Myers, 2017:25).

Wanneer daar met God deur middel van gebed ten opsigte van aspekte soos krisisse en traumas gepraat word, word Hy aktief deel van die helingsproses gemaak (Seamands, 1986:105-106). In die proses beweeg God van daar ver na hier naby. Gebed gaan, soos in die geval van stilte, daarvoor om ook 'n tree nader aan God te gee

en dus nader te staan. Soos wat die mens nader aan God beweeg, so sal hy/sy ook ervaar hoe hulle dieper in God se arms inbeweeg (Ortberg, 2005).

Gebed is 'n verlengstuk van die *communio sanctorum*, die gemeenskap van die heiliges, en word op 'n verhouding van vertrouwe gebaseer. Gebed is verteenwoordigend van 'n intieme gemeenskaplike gesprek tussen God en mens wat lig werp op dit wat ervaar word of hanteer moet word (Louw, 1997:498; 504; 508-510). 'n Voorbeeld van so 'n intieme geestelike dialoog is Eksodus 33, waar God en Moses met mekaar kommunikeer.

Gebed kan ook as die asemhaling van 'n gelowige se lewe beskryf word. Geloof sonder gebed is soos iemand wat probeer leef sonder om asem te haal. Gebed is asemhaling van die siel onder die kragveld van God die Heilige Gees (Wesley, 1840:164). Hierdie aspek word ook deur Moltmann (2020) ondersteun vanuit 'n onderhoud wat met hom gedoen is.

God is funksioneel deel van die mens se bestaan en is nader aan die mens as wat die mens beseft of dink (Ortberg, 2005:18). Daarom kan gebed in 'n fluistering, in 'n sagte asem geskiet.

Dit sou ook so gestel kan word, naamlik dat die mens se gees asem in gebed uit wat die siel en vlees ervaar. Hierdie gees maak aan die Heilige Gees bekend dit wat diep in die mens gewortel lê en waarmee geworstel word. Soos in die geval van stilte, kan die gesprek woordeloos onder leiding van die Heilige Gees plaasvind (Wesley, 1840:168). Die gees van die mens weet saam met die Heilige Gees wat die verborge dinge in die mens is en wil daardie aspekte belig wat die lewe vir die mens donker en swaar maak (1 Kor 2:10-12).

“Die gees van die mens is 'n lamp van die Here, dit deursoek al die kamers van die binneste” (Spreuke 20:27).

Gebed gee aan God die geleentheid om Sy lewegewende asem herskeppend in die mens in te asem en so kreatief te help skeep en lewe te wek in dit wat deur trauma vernietig is (Gen 2:6-7).

Gebed is nie 'n passiewe handeling nie maar wil eerder die gelowige deur middel van die kragveld van God Heilige Gees mobiliseer (Moltmann, 1989:261, 295) ten einde

vanuit moedeloosheid te kan opstaan (Keller, 2014:loc.428-433). Gebed gaan oor “a *Practice in the Presence of God*” (Hendrickson, 2004:10-18).

Gebed veronderstel opregtheid en eerlikheid en wil van deursigtigheid spreek. Dit is ook nie tyd en plek gebonde nie omdat God intiem betrokke is en in die lewe van die gelowige wil wees. Gebed kan verder as die hart van die beradingsproses beskryf word en speel 'n deurslaggewende rol in krisisintervensie en dit is gewoonlik hier waar die wondergenesing begin (Seamands, 1986:27).

2.4. *Lectio Divina*

Lectio divina beteken gewyde lees (*divine reading*) (Gray, 2007:loc.407) en die klem is op die skepping van tyd en ruimte ten einde stil voor God en Sy woord te word, daarvoor peinsend in die teenwoordigheid van God na te dink. Dit gaan oor 'n aksie wat progressief na 'n ontvanklikheid en openheid beweeg om te luister na wat God vanuit Sy woord wil openbaar.

Die klem val hier nie op 'n meganiese lees nie, maar op 'n geestelik geïnspireerde lees, biddend en peinsend. Met ander woorde, die lees vind in 'konsultasie' met God plaas waar interpretasie in Goddelik geïnspireerde insigte uitmond (Benner, 2010:loc.47).

Daar is dus 'n strewe dat die woord van God deur die Woord skeppend aan die woord sal kom soos wat Johannes 1:1-5 dit belig. In die situasie tree Woord van God deur die woord skeppend of herskeppend tot die gesprek toe (Benner, 2010:loc.48). Vir dit om te gebeur moet die bidder ingeskakel en teenwoordig in gees en waarheid wees (Joh. 4:23-25).

Lectio divina is nie 'n prosesmatige handeling waar sekere stappe numeries en sistematies gevolg moet word nie. Die klem berus eerder op 'n stil word met God se woord, gelei deur die Heilige Gees, met die oog daarop om met God stil te word. Die doel is nie hier dieper kennis nie, maar eerder 'n behoefte aan gemeenskap met die Heilige Almagtige God. Hier word die geestelike deur na die wêreld toegemaak en vir God oop gemaak (Benner, 2010:loc.48-49).

Hoewel *lectio divina* nie 'n prosesmatig model is wat stapsgewys nagevolg moet word nie, bestaan die konsep in teorie uit verskillende basiese dele waarvan die oorspronklike uit die volgende bestaan het: *lectio*, *meditatio*, *oratio* en *contemplatio*

(Robbins & Robbins, 2009:loc.14-19). Gray (2007) voeg egter twee komponente, naamlik *collatio* en *operatio* by.

Die ses fondasies van *lectio divina* is vervolgens die volgende:

- *Lectio* – om die skrifwoord gefokus en met 'n gewyde hart in God se teenwoordigheid te lees (Robbins & Robbins, 2009:loc.16)
- *Meditatio* – innerlik en geestelik afgesonder vir God (Robbins & Robbins, 2009:loc.16), soos wat Jesus dit in Matteus 6:6 stel. Hier gaan dit oor 'n bewustelike stil word en een word met God deur 'n losmaak van die wêreld. *Meditatio* gaan ook oor intieme en bewustelike lees en luister soos byvoorbeeld Martha en Maria in Lukas 10:38-42. Stilte bevorder intimiteit (Louw, 1997:506). Gray beskryf hierdie fondasie ook as *statio* (posisie) wat na 'n plek van stilte heenwys wat geskep word om biddend met God en Sy woord te verkeer (Gray, 2007: loc.1619).
- *Oratio* – dit gaan oor gebed met die klem op wedersydse gesprekvoering waardeur die dialoog tussen die individu, die woord, die Woord, Vader en Heilige Gees beklemtoon word (Robbins & Robbins, 2009:loc.17). God kry op hierdie wyse die geleentheid om skeppend op die bestaan van die individu in te werk (vgl. Eseg 11, 26 en 37).
- *Contemplatio* – Dit beskryf die teenwoordigheid van God en van die individu wat gelyktydig teenwoordig is. Hierdie gemeenskaplikheid beskryf iets van intimiteit en nabyheid (Robbins & Robbins, 2009:loc.19)
- *Collatio* – Dit gaan oor gesprek, interpretasie, bepeinsing en verstaan van dit wat God wil openbaar of reeds openbaar het (Gray, 2007:loc.1619).
- *Operatio* – Hier gaan dit oor die uitlewing van die Evangelie wat gehoor is. Gray gebruik Johannes 15:16 om hierdie aspek te beklemtoon (Gray, 2007:loc.1626; 1629; 1682).

“Julle het My nie uitgekies nie, maar Ek het julle uitgekies en julle aangestel om uit te gaan en vrugte te dra, vrugte wat sal hou. So sal die Vader aan julle gee wat julle ook al in my Naam vra” (Joh 15:16).

*Lectio divina*² beklemtoon die feit dat die woord van God in waarheid meer perspektiewe het as slegs die versameling van feite. Die skrifwoord speel vervolgens 'n uiters belangrike rol in die kreatiewe intervensieproses van heling en geestelike restourasie. Dit is inderdaad 'n geskenk van God aan mens gegee wat wil begelei (Seamands, 1986:63).

2.5. Trauma

Die woord trauma kom vanaf die Griekse woord, τραῦμα, en dit probeer verwoord wat die slagoffer tydens trauma, en ook nadat trauma plaasgevind het, ervaar (Coetzer, 2013:32). Die woord is beskrywend van aard.

In die Nuwe-Testamentiese Grieks is daar veral twee terme waarmee die algemene betekenis van trauma verwoord word.

- τραῦμα (*traúma*): hierdie woord beteken om te wond, of om seer te maak of verwond wees. Dit is 'n term wat slegs deur Lukas (mediese dokter) gebruik word in die volgende Skriftuurplase: Lukas 10:34; 20:12 en Handeling 19:16. Die duratief van die vorm is *traumatízō*, om te verwond. 'n Ander term met 'n parallelle betekenis is die woord *plēgḗ*, wat beteken om 'n hou toegedien te word wat tot verwonding lei (Zodhiates, 2000)
- ἔλκος (*hélkos*): dit verwys na 'n ulkus, 'n oop wond of seer (vgl. Luk 16:21; Open. 16:2; en ook Eks 9:9; Job 2:7 in die Septuaginta) (Zodhiates, 2000).

Wat die Ou Testament betref is die volgende twee woorde van belang:

- Die woord, *pesa* word soms gebruik en in die Septuagint word dit met trauma (τραῦμα) vertaal. Die woord *pesa* (פֶּסַח) beteken om te kneus of te wond of verwond te wees (vgl. Gen 4:23, Spr 27:6, Eks 21:25 en Jes 1:6) (Brown *et al.*, 1977:822).
- Nog 'n woord binne hierdie selfde betekenisveld is die Hebreeuse woord, פָּשַׁח (*pāṣaṣ*) wat beteken om te breek of gebreek te word soos wat dit byvoorbeeld in Jeremia 23:29 en in Job 16:12 gebruik word (Harris *et al.*, 1999:731). Die

² *Lectio divina* beteken vir my om aan God vas te hou terwyl ek Sy woord onder Sy wakende oog intens bestudeer en peinsend daaroor nadink.

betekenis hou met verbrysel, verpletter, vermorsel, vergruis, verwond en gebreek verband.

Die Merriam-Webster woordeboek beskryf trauma as 'n intense psigiese, emosionele en fisiese ervaring wat erge stres op die liggaam en denke van die mens veroorsaak. Dit skok die liggaam en psige en ontwrig die normale gang en funksionering van die slagoffer. Dit ontstig en lê lam en het tot gevolg dat die individu dikwels emosioneel met 'n gevoel van gebrokenheid ineenstort (Merriam-Webster, 1996).

Wanneer mens na die onderskeie definisies van trauma kyk, kom mens gou agter dat trauma iets met verwonding te doen het of 'n wond wat toegedien is, en dat die wond in 'n emosionele, psigiese en fisiese hoedanigheid uitmond. Vanuit die verskillende definisies en woordbetekenisse blyk dit dus dat die woord 'trauma' nie slegs die beskrywing van 'n vleeswond is nie, maar ook na geestelike en emosionele verwonding weens skok, spanning en ander faktore verwys. Hierdie toestand veroorsaak 'n gevoel van lamheid wat in liggaam en gees ervaar word (Coetzer, 2013:39-41). Trauma het nie slegs met die psige of vlees te doen nie maar met beide, en beide areas het genesing nodig (Heymann, 2002:71).

Trauma het nie slegs 'n enorme invloed op die individu se karakter en wese nie maar ook 'n invloed op die individu se bestaanswêreld (Coetzer, 2013:33; 39-48). Trauma beïnvloed slagoffers se karakters en werk vernietigend op hul persoonlikhede asook persoonlike en interpersoonlike verhoudings in (Badenoch, 2017:loc. 84-101).

Trauma is iets wat intiem, persoonlik en intens ervaar word en laat diep wonde en diep letsels (Badenoch, 2017:loc.244) wat in meeste gevalle langtermyn gevolge het.

2.6. Krisisintervensie

Krisis is 'n gebeurtenis wat 'n werklike of vermeende bedreiging op die leefwêreld van die individu inhou. Krisis as gebeurtenis is traumaties aangesien die individu dit kan beleef dat hul sekuriteit in gedrang is en dit ook 'n fisiese en emosionele reaksie kan veroorsaak wat tot 'n toestand van benoudheid, skok en disoriëntasie kan lei. So toestand kan vrees tot gevolg hê wat fisiologies en neurologies ervaar word en waar intervensie vervolgens nodig is (Brooks, 2017:loc.37-38).

Pastorale krisisintervensie is 'n proses wat met die doel ontwikkel is om groepe en gesinne in 'n krisistyd by te staan. Na afloop van byvoorbeeld 'n ramp is die hoofokus om slagoffers te ondersteun, hulp te verleen, te ontloft, hulle te help om begrip en insig te verkry en in die proses kreatief na moontlike oplossings te soek (Yeager & Roberts, 2015:131-136).

Pastorale krisisintervensie wil dus 'n plan modelleer wat ten doel het om stabiliteit, veiligheid en ondersteuning te bied asook vertroue na 'n groot krisis te wek (Yeager & Roberts, 2015:183). Pastorale krisisintervensie wil die krisis met wysheid bestuur (Louw, 2012:2-3) en dit sluit by Clinton en Ohlschlager (2015:206-207; 328; 442) se benadering van empatie en omgee soos God omgee, deur hulp te bied, aan. Hunt (2008) beklemtoon basies dieselfde benadering met sy verwysing na intervensie as "*compassionate realistic solutions*" waardeur individue en groepe bygestaan word.

Krisisintervensie vanuit 'n pastorale vertrekpunt impliseer verder dat daar strategies en kreatief verskeie moontlikhede ondersoek en gefasiliteer word. In die fasilitering neem die intervensieproses kennis van die konteks waarbinne die narratief afspeel asook die hulpmiddelle wat aangewend kan word (Ludden, 2019:426). Hierdie proses vra vir deeglikheid ten einde doeltreffend te kan wees (Yeager & Roberts, 2015). Daar kan baie gedoen word om die gebroke mens te help. Pastorale krisisintervensie wil hoop deur sorg skep, terwyl dit nie noodwendig die realiteit kan verander en die pyn kan uitkanselleer nie.

The Christian understanding of hope does not pretend to solve all problems in life: it does not pretend to give solutions, cheap answers or promises of prosperity and instant happiness. However, it provides a meaningful framework in order to proceed with life in terms of an enduring faith and courage to be parrhesia [existential boldness and spiritual empowerment (Louw, 2014:8).

Pastorale krisisintervensie wil op "*cura animarum*" (Louw, 2012) en "*cura vitae*" (Hamman, 2010) – lewe en die kwaliteit van lewe – konsentreer. McBride (1998) maak die stelling dat die mens geroep is om te sorg en om te gee, "*call to care*".

Roslyn en Karaban (2005) maak melding van die feit dat pastorale krisisintervensie 'n kragtige gereedskapstuk in die hantering van trauma kan wees. Pastorale krisisintervensie is op die krisis op hande asook die bemagtiging van die berader gefokus

ten einde slagoffers strategies, professioneel en pastoraal by te staan. Dit vind plaas deur strategies van vooraf geïdentifiseerde professionele hulpbronne gebruik te maak (Wright, 2011:161-183).

3. ORIËTERING EN PROBLEEMSTELLING

3.1. Oriëntering

Trauma en krisis is deel van die mens se bestaan en elke persoon sal êrens 'n krisis of trauma beleef. Sodanige krisis werk gewoonlik negatief op so persoon se lewe in en verander dit wat eens veilig en bekend was in iets onbekends en onveilig (Badenoch, 2017:loc.99-100).

Trauma verander nie net ons en ons leefwêreld nie, maar het 'n reuse invloed op ons psige, emosies, sosialisering met langtermyn gevolge. Hierdie werklikheid laat ons soms simptome buite karakter optree met traumatiese gevolge (Coetzer, 2013: 53-63).

'n Verwonde wêreld beteken 'n gebroke wêreld wat 'n behoefte aan intervensie en heling het. Trauma wat nie hanteer word nie veroorsaak dat ander rondom die slagoffer ook geïmpak word en uiteindelik sekondêre slagoffers word. Trauma raak dus nie net die individu nie maar ook die gesin en later selfs die gemeenskap (Heymann, 2002:71).

Wanneer trauma nie hanteer word nie lei dit dikwels tot een of ander vorm van verslawing as 'n korttermyn ontvlugting vanaf oorweldigende emosies. Alkoholisme kan 'n baie tipiese voorbeeld in hierdie verband wees, met uiteindelik nadelige gevolge vir die gesin en gemeenskap. Ook wanneer iemand met selfsny (*cutting*) betrokke raak, getuig hierdie aksie heel dikwels van onverwerkte trauma wat vernietigend op die individu se wese ingesny het (Crane, 2017:loc.8 en 164-192).

Trauma en emosionele verwonding wat binne families nie hanteer word nie lei dikwels tot intergeneratiewe trauma waar die 'pakkie met pyn' as't ware vanaf geslag na geslag oorgedra word. Hierdie proses kan liggaamlike, emosionele en geestelike gevolge hê waarmee kinders en kleinkinders vervolgens worstel (vgl. Danieli, 1998; Prager, 2003:173).

Die geestelike en emosionele instrumente van stilte, gebed en *lectio divina* as kreatiewe hulpmiddele vir pastorale krisisintervensie na trauma, kan tot groot hulp in die hantering van trauma wees. In sulke gevalle sal die fokus van pastorale krisisintervensie daarop gerig wees om kreatief genesing en mobilisasie na trauma te bevorder (Heymann, 2002:41).

3.2. Probleemstelling

Omdat trauma so oorweldigende aktuele tema geword het, is dit noodsaaklik om ook op pastorale gebied steeds meer op die eksplorering van nuwe en kreatiewe benaderings te fokus ten einde beradenes te kan help wat getraumatiseer is.

Krisisse en trauma vra vir onmiddellike toegepaste interventie weens die onstabieleit wat trauma veroorsaak (Wright, 2011:309). Neem die interventie te lank, het dit in die algemeen posttraumatische gedragversteuring tot gevolg met langtermyn traumatiese implikasies, wat in meeste gevalle met behulp van die nodige en tydige interventie verhoed kon gewees.

Malchiodi en Echterling (2015:3-4; 214-216) lig die belangrikheid uit dat kreatiewe pastorale krisisintervensie 'n baie belangrike bydraende faktor in die hantering van trauma kan wees. Hulle beklemtoon dat kreatiewe pastorale krisisintervensie die slagoffer wil ondersteun en begelei deur na hom/haar na 'n trauma of tydens 'n krisis uit te reik, in 'n poging om hulle te help om weer balans en veerkragtigheid te kan ontwikkel.

Pogings tot selfdood, alkoholisme, dwelmverslawing, onbeheersde aggressie, ens., kan almal by geleentheid simptome van onverwerkte trauma en verwonde emosies wees. Pastorale krisisintervensie wil enersyds voorkomend te werk gaan, maar andersyds ook slagoffers bystaan wat reeds deur trauma en Posttraumatische stres versteuring (PTSV) geraak is (Wright, 2011:311-312; Siegel, 2011:8-10; Epstein, 2019:loc.241). Tyd heel nie noodwendig outomaties nie en sonder die nodige begeleiding kring onverwerkte trauma net verder uit (Wright, 2011:187-189).

Kreatiewe laterale denke³ kan inderdaad op die gebied van pastorale krisisintervensie 'n besondere bydrae maak⁴ ten einde die getraumatiseerde te help om 'n veerkragtigheid na trauma te ontwikkel en weer hul lokus van beheer terug te kry (Malchiodi & Echterling, 2015:192-193). Hierdie studie wil gevolglik onder andere die volgende vier moontlikhede ondersoek as belangrike komponente van sodanige kreatiewe pastorale krisisintervensiebenadering.

- 'n Geestelike been waar stilte, gebed en *lectio divina* kreatief in die pastorale krisisintervensieproses aangewend word.
- 'n Tweede been met die fokus veral op ander kreatiewe middele soos die kunste as bydraende kreatiewe hulpbron vir die pastorale berader.
- 'n Derde been waar daar kennis van beskikbare professionele hulpbronne geneem word wat kreatief as deel van die intervensieproses na trauma aangewend kan word.
- 'n Vierde been waar kreatiwiteit in teorie en praktyk vanuit 'n pastorale vertrekpunt ondersoek word.

4. LEEMTES IN BESTAANDE NAVORSING

4.1. Databasis

'n Uitgebreide soektog is met die hulp van die Ferdinand Postma biblioteek uitgevoer met die hulp van Me Hester Lombaard deur van die volgende databasisse gebruik te maak:

EBSCOhost (Academic Search Elite Database); ProQuest; ATLAS (American Theological Library Association); RNT NEXUS databasis; SAePublications; (Religious and Theological Abstracts); ISAP (South African Journal Articals) & SABINET (SA Cat Publication), Biblioteekkatalogus asook 'n uitgebreide webwerf soektog op Google,

³ "... *lateral thinking is a far easier and more natural way to generate simple, sound and effective ideas and offers guidance on how to develop your own ability to think laterally. Lateral thinking is a technique that anyone can learn and benefit from*" (De Bono, 2014:loc.13, 15).

⁴ Krisisintervensie wil intervensie na trauma toepas deur van geïdentifiseerde professionele hulpbronne gebruik te maak om sodoende die individu en berader meer doeltreffend tot hulp te wees. Hierdie hulpbronne sluit speel terapie, arbeidsterapie, psigoterapie, mediese dienste, berading en so meer in. Kreatiewe denke help om beweging te stimuleer en tegnieke te implementeer wat die individu na trauma sal help om weer te mobiliseer. Hierdie denke bevorder en bemagtig die berader om hulpmiddele te ondersoek en in die praktyk aan te wend (Malchiodi & Echterling, 2015:215).

Kindle en ProQuesteBookCentre.AJOL (African Journals Online). National ETD PortalSouth African theses and dissertations; AOSIS (African Online Scientific Information Systems (Pty) Ltd t/a).

4.2. Proefskrifte en verhandelings

In verband met die gedagte van kreatiewe pastorale krisisintervensie, stilte, gebed en *lectio divina* is verskeie proefskrifte en verhandelings geïdentifiseer waar sekere van hierdie aspekte ondersoek is. Ook wat kreatiwiteit betref is slegs in enkele hoofstukke van sommige publikasies, waar verwysings gevind is na hierdie term op die gebied van die pastoraat, gebruik. Wat die tema van hierdie studie in geheel betref, is daar egter nie bronne waar dit vanuit 'n pastorale vertrekpunt volledig hanteer is nie.

In die volgende proefskrifte en verhandelinge het die tema van kreatiwiteit en krisisintervensie sporadies aan die orde gekom:

- Endres, A. 2008. *Getraumatiseerde Adolessente se Soeke na Hoop: 'n Pastorale Model*. Pretoria. Universiteit van Pretoria (PhD – Proefskrif).
Endres verwys in hoofstuk 3 na die tema van kreatiwiteit maar bou haar fokus narratiewe terapie en bied basies slegs een model as hulpmiddel aan. Kreatiewe laterale denke en krisisintervensie is egter multidissiplinêr gerig en wil die verskeidenheid van moontlikhede integreer.
- Campbell-Lane, Y.C. 2003. *Inner change: a pastoral-theological study*. North-West University, Potchefstroom (Ph.D. – Thesis).
Hoewel die studie kennis neem van verskeie rolspelers en wat die rol van innerlike genesing sou kon wees, ondersoek dit nie die belangrikheid van krisisintervensie asook die potensiële bydrae van kreatiewe denke nie.
- Du Plessis, A.L. 2007. *Die rol van gebed by die proses van innerlike genesing: 'n pastorale studie*. Noordwes-Universiteit, Potchefstroom (PhD – Proefskrif).
Die navorser toon aan dat gebed as hulpmiddel in die pastorale proses baie belangrik is en hoe dit gebruik kan word. Sy werk egter nie met kreatiewe denke en die intervensieproses en ook hoe gebed op verskeie maniere aangewend kan word nie. Hierdie navorsing is egter in die breë belangrik ten opsigte van die rol van gebed binne die pastorale beradingsproses.
- Herbst, C.F. 2008. *Die pastorale begeleiding van persone wat emosioneel verwond is*. (M.A-Verhandeling). Noordwes-Universiteit, Potchefstroom.

Herbst verwys onder andere na die rol wat gebed in die herstelproses kan speel terwyl kreatiewe denke egter die verskeidenheid van moontlikhede wil beklemtoon en implementeer.

- Liddle, A.S. 2017. *The patient's perception of the role of prayer in the family practice consultation: a qualitative study conducted in the Western Cape*. (MPhil-Thesis). University of Cape Town.

Liddle toon vanuit die mediese veld aan wat die rol van gebed kan wees en hoe genesing op die geestelike dimensie deel van die totale herstel van die pasiënt is. Hier is egter geen melding van die aanwending van aspekte soos kreatiewe denke en stilte nie.

- Mans, I.J.V. 1977. *Die invloed van die denkontwikkeling en ander kognitiewe faktore op die stelwerk van standerd ses-leerlinge*. (PhD – Proefskrif). PU vir CHO, Potchefstroom. In hoofstuk 4 bespreek Mans die tema van kreatiwiteit en laterale denke en toon die belangrikheid daarvan op opvoedkundige gebied aan – pastorale insette ontbreek egter.

- Pretorius, K. 2016. *The subjective experience of creativity and posttraumatic growth after the loss of a loved one*. Hierdie is 'n MA-Verhandeling aan die Noordwes Universiteit in Potchefstroom.

Pretorius toon aan dat kreatiwiteit 'n rol in die hantering van trauma kan speel, maar toon nie noodwendig aan wat daardie rol kan wees nie. Hoewel die studie 'n bydrae maak vra dit vir verdere ondersoek op die gebied van kreatiwiteit en krisisintervensie.

4.3. Akademiese Artikels

Coetzer, W.C. 2007. Die impak van intergeneratiewe trauma. Verkennende perspektiewe tesame met enkele pastorale kantaantekeninge. *Acta Theologica*, 27 (2):1-22.

In die artikel word daar op post-traumatiese stres gefokus en die invloed wat die verskynsel op individue en gesinne en ook veral binne generatiewe verband het. Die aspekte van stilte, gebed en *lectio divina* word egter nie pertinent hanteer nie.

Heather, B. MacIntosh. 2017. A Bridge across silent trauma: Enactment, art, and emergence in the treatment of a traumatized adolescence. *Psychoanalytic Dialogues*, 27:433-453.

Hierdie artikel toon aan wat die belangrikheid van kreatiewe krisisintervensie kan wees sou dit op die gebied van die pastoraat toegepas word. Daar word veral op kuns en stilte as 'n kreatiewe intervensietegnieke gefokus om 'n trauma mee te hanteer sonder dat die persoon noodwendig al die feite verbaliseer. Hier is belangrike raakpunte met die onderhawige studie alhoewel gebed en *lectio divina* as kreatiewe hulpmiddels tydens die berading nie aan die orde kom nie.

Louw, D.J. 2012. Theological model for pastoral anthropology within the dynamics of interculturality: Cura animarum and the quest for wholeness in a colospiritality. *In die Skriflig/ In Luce Verbi*, 46 (2):1-9.

Die artikel beklemtoon die belangrikheid van heling en hoe heling en sistematiese denke deel van mekaar vorm. Heling word deur 'n hanteringsproses bevorder. *Cura vitae* spreek konsepte en denkpatrone aan en watter paradigmaskuif benodig gaan word om beweging te stimuleer. *Cura animarum* wil die kwaliteit van karakter en kwaliteit van lewe bevorder. Die artikel sluit in hoofsaak by die basiese navorsingsgedagte aan wat hierdie studie promoveer rakende kreatiewe pastorale krisisintervensie na trauma. In die beplande studie sal sommige van hierdie basiese konsepte slegs verder uitgebou en begrond word.

Louw, D.J. 2014. Cura animarum as hope care: Towards a theology of the resurrection within the human quest for meaning and hope. *HTS Teologiese Studies/Theological Studies*, 70 (1): Art. #2027, 10 pages.

Hierdie artikel spreek die ontologie van hoop en sorg as belangrike faktore in die Christendom se opstandingsteologie aan. Die opstandingsteologie verwoord hoop en sorg, maar verwoord ook die gedagte aan 'n nuwe toekoms. Hierdie gedagte open die deur na kreatiewe pastorale krisisintervensie wat as studie die beradene en berader wil bemagtig om nuut aan 'n toekoms te begin skep – dit beklemtoon ook mobilisasie na trauma met die doel om weer 'n sinvolle en betekenisvolle lewe te kan lei. Hierdie artikel het die navorser se denke met betrekking tot die belangrike rol wat kreatiewe denke en pastorale krisisintervensie na trauma kan speel, help vorm. Net soos met

betrekking tot die vorige artikel van Louw sal ook in hierdie geval heelparty van die konsepte in die beplande studie geïntegreer kan word.

Perryman K., Blisard, P. & Moss, R. 2019. Using creative arts in trauma therapy: The neuroscience of healing. *Journal of Mental Health Counseling*, Vol 41 (1):80-94.

Kreatiewe laterale denke en krisisintervensie bied 'n veilige metode om die beradene sowel as die berader te begelei om die onverwerkte trauma weer 'te besoek' en daarteenoor 'n veerkragtigheid te ontwikkel en heling te bewerkstellig. Hierdie proses sal beradenes in staat stel om hul interpretasie van gebeure asook hulle kognitiewe ervarings te verwoord. Hierdie artikel beklemtoon ook die feit dat verdere studie op die gebied van kreatiewe denke uiters belangrik is ten einde heling na trauma te bevorder deur kreatief met metodes tot beskikking om te gaan, asook die ontwikkeling van nuwe metodes – dit is presies wat met die onderhawige studie beplan word.

Welz, C. 2017. A Voice crying out from the wound – with or without words: On trauma, speech, and silence¹. *A Journal of Theology*, Vol. 56 (4):412-427.

Hierdie artikel toon aan dat stilte 'n baie belangrike rol in die hantering van trauma te speel het en dit behoort deel van die beradingsproses te vorm. Stilte skep 'n veilige omgewing om sonder woorde te praat en moet as kreatiewe hulpmiddel ontwikkel word. Bykomend tot hierdie aspek moet vervolgens ook gebed *lectio divina* gevoeg word soos wat in die onderhawige studie beplan word.

4.4. Akademiese Boeke

Coetzer, W.C. 2013. *Trauma – Die meedoënlose vyand. Praktiese riglyne vir pastorale begeleiding*. Pretoria, GP: V&R Drukkerye.

Hierdie boek toon aan hoe belangrik dit is om so gou moontlik trauma te hanteer weens die langtermyn gevolge wat dit op die individu, gesin en gemeenskap kan hê. Die rol van gebed word ook baie pertinent hanteer alhoewel die aspekte van stilte *lectio divina* nie spesifiek aan die orde kom nie.

Coetzer, W.C 2014. *Generasie bagasie: Die onverwerkte pyn wat van geslag na geslag oorgedra word*. Pretoria, GP: V&R Drukkerye.

Die boek toon aan wat die inpak en gevolge van onverwerkte trauma vanaf een generasie na 'n volgende een is. Die aspek van gebed word hanteer alhoewel stilte en *lectio divina* nie spesifiek aan die orde kom nie.

De Bono, E. 2015b. *Lateral thinking: A textbook of creativity*. New York, NY: Harper Perrenial.

Die tema van kreatiewe laterale denke word hanteer, maar daar is nie verwysings na enige pastorale benadering nie.

Epstein, S.P. 2019. *Creative interventions for challenging children and adolescents*. Eau Claire, WI: PESI Publishing & Media.

Hierdie boek fokus op die belangrikheid van kreatiewe intervensie en spesifiek met betrekking tot adolessente. 'n Pastorale invalshoek ontbreek egter.

Heilman, K.M. 2005. *Creativity and the brain*. New York, NY: Psychology Press.

Die boek toon aan dat elke mens verskillend in karakter is en daarom ook verskillend dink en verskillend probleme oplos en hanteer. 'n Pastorale benadering ontbreek egter.

Heymann, T. 2002. *Die pad na heelheid. Ontdek jou innerlike krag*. Kaapstad, WK: Paarl Print.

Die boek toon aan dat die mens in sigself oor die vermoë beskik om self oplossings te vind – in hierdie opsig kan kreatiewe denke 'n belangrike rol vervul. Aspekte soos gebed, stilte en *lectio divina* ontbreek egter.

Louw, D.J. 1997. *Pastoraat as vertolking en ontmoeting: Teologiese ontwerp vir 'n basisteorie, antropologie, metode en terapie*. Kaapstad, WK: Lux Verbi.

Hierdie boek beklemtoon die feit dat geloof en pastoraat 'n bydrae tot lewenskwaliteit van die getraumatiseerde wil maak. In hierdie proses is dialoog nodig en moet bestaande nuwe kennis ontgin word. Spesifieke aspekte soos stilte en *lectio divina* ontbreek egter.

Seamands, D.A. 1986. *Healing of memories*. Wheaton, IL: Victor Books.

Die boek beklemtoon die feit dat getraumatiseerde en emosioneel verwonde persone se verhale belangrik is. Daar is ook besondere klem op die rol van gebed as deel van die pastorale begeleidingsproses. Aspekte soos stilte en *lectio divina* ontbreek egter.

Wright, H.N. 2011. *The complete guide to crisis & trauma counseling: What to do and say when it matters most!* Bloomington, MN: Bethany House Publishers.

In hierdie boek beklemtoon Wright die waarde van pastorale begeleiding van getraumatiseerde persone. Omdat hy 'n pastorale sielkundige is toon hy besondere insig in die effek van onverwerkte trauma en krisisse. Aspekte soos die rol van gebed, stilte en *lectio divina* word egter nie pertinent hanteer nie.

5. NAVORSINGSVRAAG

5.1. Die oorkoepelende navorsingsvraag

In watter mate kan aspekte soos stilte, gebed en *lectio divina* as kreatiewe hulpmiddele in die pastorale krisisintervensieproses na trauma gebruik word?

Vrae wat uit die oorkoepelende navorsingsvraag voortspruit:

- Watter aspekte kan deur middel van 'n deskriptiewe ondersoek met betrekking tot stilte, gebed en *lectio divina* as kreatiewe hulpmiddele in die pastorale krisisintervensieproses na trauma geïdentifiseer word? (Aansluitend by Osmer (2008:4) se deskriptiewe vraag: “*Wat is besig om te gebeur?*”).
- Watter navorsingsresultate vanuit die aanverwante wetenskappe kan van hulp wees met betrekking tot stilte, gebed en *lectio divina* as kreatiewe hulpmiddele in die pastorale krisisintervensieproses na trauma? (Aansluitend by Osmer (2008:4) se interpreterende vraag: “*Waarom het dit gebeur?*”).
- Watter Skriftuurlike perspektiewe kan van toepassing gemaak word op stilte, gebed en *lectio divina* as kreatiewe hulpmiddele in die pastorale krisisintervensieproses na trauma? (Aansluitend by Osmer (2008:4) se normatiewe vraag: “*Wat behoort hier te gebeur?*”).
- Watter pastorale riglyne vanuit die navorsing rakende stilte, gebed en *lectio divina* as kreatiewe hulpmiddele in die pastorale krisisintervensieproses na trauma, kan as strategiese merkers in die formulering van 'n pastorale model gebruik word (aansluitend by Osmer (2008:4) se pragmatiese vraag: “*Wat behoort te verander?*”).

6. DOELSTELLINGS EN DOELWITTE

6.1. Doelstelling

Die oorkoepelende doelstelling van die studie is om met die oog op pastorale krisisintervensieproses 'n pastorale model daar te stel vir die begeleiding van slagoffers na trauma deur middel van stilte, gebed en *lectio divina* as kreatiewe hulpmiddele.

6.2. Doelwitte

Ten einde die oorkoepelende doelstelling van hierdie studie te bereik, word die volgende vier take aan die hand van die praktiese teoloog Richard Osmer (2008:4-9) as vertrekpunt geneem. Volgens Osmer bestaan Praktiese Teologiese interpretasie en navorsing uit die volgende vier kern opdragte:

- *Die deskriptiewe taak.* Om deur 'n deskriptiewe studie die huidige situasie te beskryf rakende die gebruik van stilte, gebed en *lectio divina* as kreatiewe hulpmiddele in die pastorale krisisintervensieproses na trauma (Osmer, 2008:4).
- *Die interpreterende taak.* Om met behulp van 'n literatuurstudie aan te toon watter perspektiewe aangaande stilte, gebed en *lectio divina* as kreatiewe hulpmiddele in die pastorale krisisintervensieproses na trauma, vanuit die aanverwante wetenskappe geïdentifiseer kan word. Verder gaan dit oor hoe hierdie perspektiewe in die formulering van 'n pastorale model vir die begeleiding van getraumatiseerde persone geïnkorporeer kan word (Osmer, 2008:6-8).
- *Die normatiewe taak.* Om vas te stel watter Skriftuurlike perspektiewe met betrekking tot die begeleiding van getraumatiseerde persone met behulp van stilte, gebed en *lectio divina* as kreatiewe hulpmiddele geïdentifiseer kan word? (Osmer, 2008:8-10).
- *Die pragmatiese taak* (strategies-teoretiese moment). Om deur 'n kritiese sintese van die voorafgaande navorsing in interaksie met mekaar, 'n pastorale teoretiese raamwerk vir die begeleiding van getraumatiseerde persone met behulp van stilte, gebed en *lectio divina* as kreatiewe hulpmiddele te formuleer (Osmer, 2008:10-11).

7. SENTRALE TEORETIESE ARGUMENT

Die sentrale teoretiese argument van hierdie studie is dat getraumatiseerde slagoffers pastoraal tot heling, deur middel van 'n pastorale model gebaseer op stilte, gebed en *lectio divina* as kreatiewe hulpmiddele, begelei kan word.

8. METODOLOGIE

In die aanpak van hierdie studie is daar veral van die volgende drie navorsingsmetodes kennis geneem.

- Kwantitatiewe benadering

Hierdie benadering fokus op die kwantifisering van data deur getalle studie. Kwantitatiewe navorsing maak van statistiese analise en numeriese data gebruik om sodoende kennis te vermeerder (Thietart, 2001:349-344; Merriam 2016:loc.645).

- Kwalitatiewe benadering

Hierdie benadering maak van 'n literêre soektog gebruik wat kennis neem van bestaande navorsing met die doel om dit te ondersoek, kennis in te win, die kennis te interpreteer en herinterpreteer om uiteindelik 'n teorie te vorm wat prakties aangewend kan word (Saldaña, 2016:loc.328). Hierdie metode is hermeneuties onderlê. Kwalitatiewe navorsing is dus daarop gefokus om literêre en toegepaste data te versamel; die kennis wat literêre en empiriese versamel is na bruikbare toepaslike wetenskaplike inligting te verwerk en te verifieer. Die uiteindelige doel is om dit wat versamel in teorie is, vervolgens prakties aan te wend en so 'n praktiese bydra tot die wetenskap en Praktiese Teologie te maak.

- Multimetode benadering

Multimetode is 'n navorsingsbenadering wat beide kwalitatiewe en kwantitatiewe metodes in dieselfde studie gebruik. Met multimetode navorsing word navorsingsvrae beantwoord deur van beide kwantitatiewe of kwalitatiewe navorsingsmetodes gebruik te maak wat andersins afsonderlik nie beantwoord sou kon word nie (Van Zyl, 2012:191).

Vir die onderhawige studie sal daar op die kwalitatiewe hermeneutiese en literêre metode gefokus word.

Wanneer daar na die ontwikkeling van 'n kwalitatiewe navorsingsmetodiek gekyk word, is daar verskeie rolspelers om van kennis te neem en die volgende navorsers se benaderings word vervolgens kortliks aan die orde gestel: D. Browning; G. Heitink; A. Peshkin; S.B. Merriam en E.J. Tisdell; M.B. Miles & A.M. Huberman; R.R. Osmer.

8.1. D. Browning

Don Browning bou sy benadering tot die Praktiese Teologie op die hermeneutiese ontologiese benadering van Gadamer. Gadamer het op sy beurt sy benadering op Heidegger se ontologiese filosofie gebou (Browning, 1996:37-45).

In sy toepassing fokus Browning op die praktiese aanwending van teorie. Hy is van mening dat 'n hermeneutiese inslag verskeie horisonne en interpretasie in kritiese korrelasie bring en dat teorie en praxis in 'n bipolarêre spanningsverhouding met mekaar staan. Hierdie benadering bevorder kennis en 'n dieper verstaan (Browning, 1996:2-3, 44).

Deur middel van 'n hermeneutiese benadering moet die tradisie, die teorie en praktyk in dialoog met mekaar gebring word om sodoende te verstaan, te teoretiseer en te interpreteer en moet dit met die praktyk in verband gebring word. Browning se benadering rus op die volgende vier pilare:

- Deskriptiewe – Ondersoek en interpreteer bestaande teorieë en praktyke.
- Historiese – Identifiseer en interpreteer bestaande fenomene.
- Sistematiese – Ontwikkel bestaande en geïnterpreteerde teorie en praktyke krities.
- Praktiese teologiese – Voer dialoog en ontwikkel en versmelt horisonne met die oog op die praxis (Browning, 1996:73).

Browning (1996:9, 12, 44, 47-58, 77) verwys na sy benadering as 'n deskriptiewe strategie binne 'n praktiese teologiese benadering wat teorie en praktyk wil interpreteer en herinterpreteer – hierdie strategie wil dus dialoog tussen teorie en praxis stimuleer.

8.2. G. Heitink

Heitink se hermeneutiese raamwerk word uit die werke van Paul Ricoeur begrond, hoewel hy duidelik ook kennis van Gadamer se bydraes geneem het (Heitink, 1993:105-292). Ricoeur se hermeneutiek van suspisie gaan oor die gedagte-wêreld van die teks en die van die leser, en probeer die twee wêrelde in 'n geïnterpreteerde verstaan interpreteer en harmoniseer. Geïnterpreteerde verstaan verwys na verstaan en interpretasie van die konteks wat bestuur word – dus nie die konteks van die navorser nie (Pieterse, 2011:731).

Verder is dit so dat Heitink (1993:187-194) se hermeneutiese perspektief in teorie 'n pneumatologiese benadering volg wat weer by Dingemans aansluit. Dingemans lê besondere klem op die werking van die Heilige Gees, 'n kenmerk van sy teologie. Die Heilige Gees is vir Dingemans die sleutel wat hermeneutiek oopsluit (vgl. Buitendag, 2011:6).

Heitink (1993:195-230;1999:325) se pneumatologiese hermeneutiese benaderingsmodel word op die volgende drie pilare geskoei:

- Hermeneutiek – Insig op die leefwêreld wat na verstaan lei.
- Teorie – Empiriese ondersoek wat na interpretasie en herinterpretasie lei.
- Praktiese Teologie – Teorie en praxis in beweging.

8.3. A. Peshkin

Peshkin (1993), beskryf die aard van kwalitatiewe navorsing soos volg:

- Dit is beskrywend en onthul die natuurlike kenmerke van prosesse, sisteme, interpretasie van individue asook hulle navorsing en die herkoms.
- Dit is interpreterend met die doel om nuwe insigte te kry, nuwe konsepte te ontwikkel en probleemareas te identifiseer deur kennis van bestaande navorsing te neem
- Dit is verifiërend deur die geldigheid van veronderstellings, teorieë, voorverstaan aan die bestaande navorsingsteorieë te toets.
- Dit is evaluerend en objektief teenoor navorsing en wil belynde teorieë in praktyk toets en dit so bevoordeel (Peshkin, 1993:23-29).

Hierdie benadering sluit nou by dié van Osmer aan.

8.4. Merriam en Tisdell

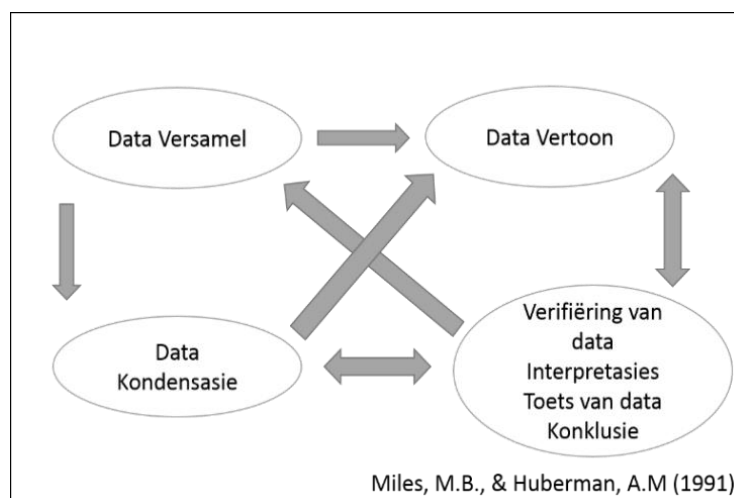
Merriam en Tisdell (2016:loc.625; 637-641) se verstaan van 'n kwalitatiewe navorsingsmetodiek gaan oor 'n sistematiese proses waardeur die navorser in staat gestel word om kennis in te win en meer te wete te kom oor 'n saak wat nagevors word. Hierdie benadering wil die navorser begelei om 'n teorie vanuit die kennis te vorm wat ingewin is en die teorie vervolgens aan te wend ten einde 'n praktiese bydra te maak. Sy bou haar verstaan op die volgende vier pilare wat by Osmer se verstaan aansluit:

- Suiwer navorsing – Verbreding van kennis.
- Toegepaste navorsing – Verbetering van 'n praktyk.
- Evaluasienavorsing – Evaluasie van waardes.
- Aksienavorsing – Om 'n gelokaliseerde probleem aan te spreek.

8.5. Miles en Huberman

Miles en Huberman (1994:loc.1622) se kwalitatiewe navorsing is, soos in die geval van Osmer, praktykgerig en op die versameling van kwaliteit literêre inligting gebaseer. Hierdie resultate word vervolgens aan kritiese verifiëring, toetsing, interpretasie, herinterpretasie en toepassing blootgestel. 'n Skematiese voorstelling van Miles en Huberman se model sien soos volg daar uit:

Figuur 1: Miles en Huberman se kwalitatiewe navorsingsmodel.



Miles *et al.* (2020:loc.1583-1619) se kwalitatiewe navorsingsmetode kan soos volg verduidelik word. Nagevorste data lei na data insameling, ingesamelde data lei na data wat gekondenseer word en vervolgens begin dit om inligting weer te gee. Data wat ingesamel en gekondenseer is, moet vervolgens aan verifikasie, toetsing en interpretasie blootgestel word. Die laaste stap is gevolgtrekking en toepassing. Hierdie stap word eers na behoorlike kritiese verifikasie plaasgevind het, geneem.

8.6. R.R. Osmer

Osmer volg 'n hermeneutiese benadering tot die Praktiese teologie (Osmer, 2008:20-21). Hierdie benadering ontwikkel hy vanuit Browning en Van der Ven se hermeneutiese en ontologiese benaderings (Pieterse, 2011:733). Hy skenk formeel aandag aan die praxis deur bestaande navorsing literêr en empiries te ondersoek. Hy maak van 'n kwalitatiewe ondersoek gebruik wat op vier pilare gebou is, naamlik die deskriptiewe, interpretatiewe, normatiewe en pragmatiese benaderings (Osmer, 2008:4-11). Hierdie vier pilare verwoord hy teologies soos volg:

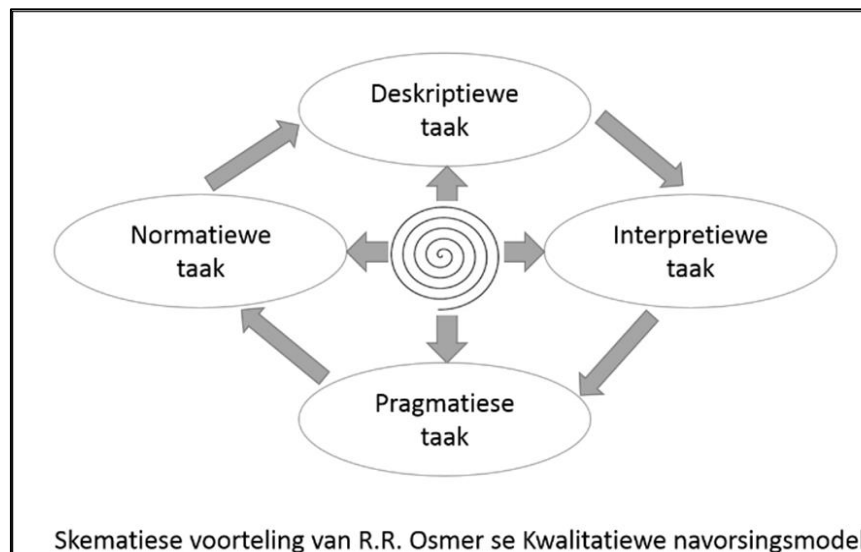
- “*Descriptive task of priestly listening in a spirituality of presence*” (Osmer, 2008: 33)
- “*Interpretive task in a spirituality of sagely wisdom*” (Osmer, 2008:81)
- “*Normative task in a spirituality of prophetic discernment*” (Osmer, 2008:135)
- “*Pragmatic task in spirituality of servant leadership*” (Osmer, 2008:183).

Osmer (2008:23) bou die vier pilare se verstaan op die volgende:

1. Voorverstaan (*Pre-understanding*) – literêre waardes kom vanuit 'n voorverstaan (historiese verstaansnarratief) na vore en interpretasie wat by Gadamer (horisonversmelting) en Von Rad se (credo en herinterpretasie) aansluit.
2. Navorsingsgaping (*the experience of being brought up short*) – hierdie noem Osmer die deel waar vooronderstelling en voorverstaan bevraagteken word en die moontlikheid na ander teorieë en modelle ondersoek word.
3. Dialogiese interaksie (*Dialogical interplay*) – hier tree die navorser tot die gesprek toe deur waar te neem en na die data wat aangaande die navorsingsvraag aangebied word te luister. Dit gaan oor die interpretasie van die teks binne 'n bepaalde horison en konteks en nie oor die navorser se eie verstaan nie.

4. Versmelting van horisonne (*fusion of horizons*) – hier gaan dit oor die verstaan van die navorser en die verstaan van nagevorste data, die interpretasie daarvan en die versmelting van horisonne en teorievorming.
5. Toepassing (*Application*) – nuwe insigte bring vernuwende denke en nuwe denkende stimuleer beweging en laat die teorie na praksis met 'n oop einde en veranderlikes beweeg.

Figuur 2: Osmer se kwalitatiewe navorsingsmodel.



Osmer verwys, met betrekking tot sy model, na die feit dat die rol van praktiese teologie in die wetenskap in die vorm van 'n spiraal met 'n oop einde gesien moet word eerder as 'n geslote sirkel en dat kwalitatiewe navorsing altyd oop is vir groei, herinterpretasie en navorsing (Osmer, 2008:11-13).

Met betrekking tot die metodologie binne die onderhawige studie is die volgende aspekte van belang:

- *Die deskriptiewe taak*

Die deskriptiewe taak of beskrywende empiriese taak gaan vir Osmer (2008:4) basies oor die probleemstelling.

Gathering information that helps us discern patterns and dynamics in particular episodes, situations, or contexts.

Die deskriptiewe taak wil van 'n bestaande praxis tot by 'n nuwe praxis beweeg deur kennis van bestaande praktykteorieë te neem, daarmee in dialoog te tree, dit empiries analities te ondersoek en met behulp van die kennis van ander wetenskappe te interpreteer om sodoende 'n juiste beeld van die werklikheid te verkry (Dreyer, 1991:605).

Die belangrike vraag wat volgens Osmer hier aan die orde kom, is, “*Wat is besig om te gebeur?*” Om hierdie vraag te beantwoord sal die huidige stand van navorsing asook ontwikkelinge binne die pastoraat met betrekking tot aspekte soos stilte, gebed en *lectio divina* onder die loep kom. Hierdie kwessie sal in hoofstuk 2 aan die orde kom.

- *Die interpretatiewe taak*

Die belangrike vraag wat Osmer met betrekking tot die interpretatiewe taak aan die orde stel, is, “*Waarom het dit gebeur?*” Die interpreterende taak soek na die redes vir die fenomeen waarop in die betrokke studie gefokus word. Osmer (2008:20-22) wys in hierdie verband op verstandige wysheid (*sagely wisdom*) wat benodig word tydens die soeke na redes en oorsake. Wysheid sluit die volgende drie karaktereenskappe in, naamlik bedagsaamheid, teoretiese interpretasie en wyse oordeel.

In hierdie opsig word die belangrikheid van 'n metateoretiese vertrekpunt soos volg deur De Klerk en De Wet (2013:7) verwoord:

Sonder 'n uitdruklike verantwoording ten opsigte van die metateoretiese onderbou van die werklikheidsbeskoulike vertrekpunte waarmee gewerk word, kan die navorser ten opsigte van invalshoeke en die navorsingsdoel in ankerloosheid ronddryf.

In hierdie afdeling van die studie sal daar gevolglik vanuit die aangrensende wetenskappe bruikbare en tersaaklike perspektiewe met betrekking tot die tema van stilte, gebed en *lectio divina* as kreatiewe hulpmiddels in die pastorale krisisintervensieproses na trauma geïdentifiseer word. Die bespreking van die interpretatiewe taak sal in hoofstuk 3 aan die orde kom.

- *Die normatiewe taak*

Osmer (2008:131) beskryf die normatiewe taak van praktiese teologiese interpretasie aan die hand van die volgende drie aspekte:

- Teologiese interpretasie.
- Die gebruik van eksegeese met die doel om Skrifteks aan die woord te bring en so etiese riglyne op die gebied van pastorale begeleiding te reflekteer.
- Praktiese voorbeelde as goeie riglyne in teorie en praktyk te stel.

Die normatiewe taak beklemtoon volgens Osmer (2008:4) die volgende:

Using theological concepts to interpret particular episodes, situations, or contexts, constructing ethical norms to guide our response, and learning from good practice.

Die belangrike vraag met betrekking tot die normatiewe taak is volgens Osmer (2008:4) die volgende: “*Wat behoort hier te gebeur?*” Alhoewel Osmer wat hierdie fase betref, alle normatiewe tekste van die kerk soos kerkgeskiedenis, etiek ens. deur die eeue insluit, sal daar in hierdie studie hoofsaaklik op die identifisering van Skriftuurlike norme gefokus word met die oog op die uitwerk van ’n strategie vir vernuwing van die praksys rakende die rol van stilte, gebed en *lectio divina* in die herstelproses na trauma.

Ten einde toepaslike Skriftuurlike perspektiewe te identifiseer, sal eksegeese met betrekking tot die volgende Skrifgedeeltes gedoen word:

- Kreatiewe denke in die herstel van die mens:
 - Efesiërs 4:23-24
- Stilte, gebed en *Lectio Divina* as pastorale hulpmiddel
 - Markus 6:31
- Neuroplastisiteit kontemplatiewe as Bybelse perspektief

Eksegeese sal volgens die grammaties-historiese metode gedoen word, terwyl die Reformatoriese tradisie as vertrekpunt vir hierdie studie sal dien (Coetzee, 1990:17). Vertrekpunte ten opsigte van ’n eksegetiese verkenning van bovermelde Skrifgedeeltes sal veral op die bundel, *Making a sermon* (De Klerk & Jansen van

Rensburg, 2005) berus. Vir woordstudies sal daar van Bybelse woordeboeke en kommentare gebruik gemaak word.

Die bespreking van die normatiewe taak sal in hoofstuk 4 aan die orde kom.

- *Die pragmatiese taak (strategies/teoreties)*

Die klem van Osmer (2008:4) se pragmatiese taak berus op die vraag: “*Hoe moet daar gereageer word?*” Hy verduidelik hierdie taak soos volg:

Determining strategies of action that will influence situations in ways that are desirable and entering into a reflective conversation with the ‘talk back’ emerging when they re-enacted.

Die uiteindelige doel volgens Osmer is dus om verandering of vernuwing tot gevolg te hê en dit alles kan in sy beskrywing van die frase “diensknegleierskap” saamgevat word.

In die pragmatiese taak vind daar ook ’n interaksie plaas asook ’n samevloei van al die lyne vanaf die deskriptiewe taak, die interpreterende taak en die normatiewe taak ten einde strategies-teoretiese riglyne vir die begeleiding van getraumatiseerde persone met behulp van stilte, gebed en *lectio divina* as kreatiewe hulpmiddele in die pastorale krisisintervensieproses te identifiseer.

Die bespreking van die pragmatiese taak sal in hoofstuk 5 aan die orde kom.

9. ETIESE IMPLIKASIES

Daar word deeglik kennis van die etiese riglyne geneem wat die Etiese Komitee aan die Noordwes-Universiteit daarstel. Daar is egter ’n lae risiko aan die studie verbonde aangesien dit ’n literatuurstudie is en die risiko gevolglik minimaal is.

9.1. Kriteria vir seleksie van literatuur

Hierdie navorsing is onderhewig aan kritiese denke en wil alle navorsing evalueer, valideer en verifieer soos deur Grinnel en Williams (1990:31) beskryf. Daarom sal die studie van goedgekeurde, onlangse literatuur wat beskikbaar is gebruik maak met die

doel om kennis te genereer en te versamel ten einde 'n wetenskaplike bydrae tot die Praktiese Teologie en die wetenskap te kan maak (Hugo, 1984:20, 39).

9.2. Monitering van navorsing

Die navorser is self verantwoordelik om alle navorsing noukeurig en akkuraat te dokumenteer met die nodige verwysings asook vir die feit dat navorsingsprotokolle noukeurig nagekom sal word. Die navorser is ook verantwoordelik vir die ordelike verloop van die proses, tydskedule en kommunikasie met die studieleier sodat monitering ook deur die studieleier kan plaasvind.

10. VOORLOPIGE HOOFSTUKINDELING

Inleiding

Hfst. 1. Inleiding en probleemstelling

Deskriptiewe taak

Hfst. 2. Hier sal op 'n deskriptiewe studie aangaande die huidige stand van sake rakende stilte, gebed en *lectio divina* as kreatiewe hulpmiddele in die pastorale krisisintervensieproses na trauma gefokus word.

Interpreterende taak

Hfst. 3. Hier is die klem op 'n literatuurstudie vanuit die aanverwante wetenskappe rakende stilte as kreatiewe hulpmiddele in die pastorale krisisintervensieproses na trauma.

Normatiewe taak

Hfst. 4. Die identifisering van Skriftuurlike perspektiewe met betrekking tot stilte, gebed en *lectio divina* as kreatiewe hulpmiddele in die pastorale krisisintervensieproses na trauma.

Pragmatiese taak

Hfst. 5. Die formulering van 'n strategies-teoretiese model, gebaseer op stilte, gebed en *lectio divina* as kreatiewe hulpmiddele, met die oog op die pastorale begeleiding van slagoffers van trauma.

Samevatting

Hfst. 6. Samevatting, gevolgtrekkings en aanbevelings.

DIE DESKRIPTIEWE TAAK

KONSEPTUALISERING VAN 'N VOORLOPIGE MODEL

HOOFSTUK 2

2.1. INLEIDEND

In hierdie hoofstuk word gepoog om toepaslike inligting geïntegreerd aan te wend in 'n poging om 'n toepaslike en praktykgerigte model in 'n praktykgerigte teorie te konseptualiseer nadat daar 'n deskriptiewe evaluering gebied is met betrekking tot die onderhewig navorsingsterrein.

Sleutel terme soos stilte, gebed en *lectio divina* asook kreatiewe denke as hulpmiddels in die pastorale intervensieproses na trauma, sal uitgebreid ondersoek en bespreek word. Om hierdie doelwit te verwesenlik sal die navorser van Osmer se benadering van 'n deskriptiewe literatuurstudie (Osmer, 2008:4-5) aan die hand van die resultate van 'n uitgebreide rekenaarsoektog gebruik maak.

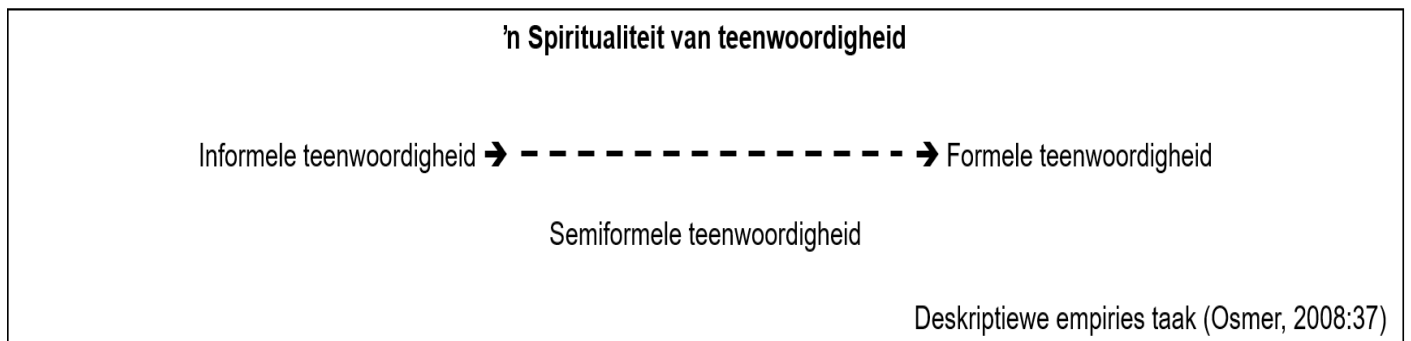
In hierdie hoofstuk kom die eerste van Osmer se vier belangrike vrae aan die orde, naamlik, “*Wat is besig om te gebeur?*” Met die vraag wil die navorser onder andere kennis neem van wat met die getraumatiseerde persoon tydens en na 'n trauma of krisis gebeur. In hierdie verband sal daar ook van tersaaklike en verwante wetenskaplike teorieë en praktyke in terme van trauma en intervensie kennis geneem word asook wat die konsepte van stilte, gebed en *lectio divina* betref. Verder sal daar aan die hand van sekere pastoraalteologiese literatuur asook terapeutiese merkers 'n voorlopige praktykgerigte teoretiese model aan die orde gestel word. Wanneer die pragmatiese taak in die voorlaaste hoofstuk aan die orde kom, sal hierdie voorlopige model verder met behulp van die resultate vanuit die interpreterende en normatiewe take, soos deur Osmer voorgestel, uitgebou word.

Osmer se navorsingsmodel stel vier take, soos in die volgende figuur aangedui, voor (Osmer 2008:11).

Figuur 3: Osmer en die dekskriptiewe taak.



Figuur 4: Osmer se spiritualiteit van teenwoordigheid.



'n Spiritualiteit van teenwoordigheid behels in die deskriptiewe empiriese taak die volgende:

- Informele teenwoordigheid – die navorser is luisterend teenwoordig (Osmer, 2008:37).
- Semiformele teenwoordigheid – die navorser luister en versamel inligting deur vrae te vra (Osmer, 2008:37).
- Formele teenwoordigheid – die navorser ondersoek aanverwante literatuur in praktiese teologiese; inligting versamel word gewoos en aangewend (Osmer, 2008:37).

2.2. METODOLOGIESE VERANTWOORDING

Die deskriptiewe taak verteenwoordig 'n literêre empiriese navorsingsproses. Die doel is om bestaande navorsing te identifiseer, krities te ondersoek en geïntegreerd aan te wend. Osmer (2008:5-6,12, 32) verwys na drie kategorieë om die interpretasieproses prakties- teologies te onderskei. Die kategorieë is:

- *Episode* betref 'n bepaalde insident of gebeurtenis – in hierdie geval trauma.
- *Situasie* dui op die onmiddellike natuurlike sosiale omgewing en die effek wat die episode daarop kon hê.
- *Konteks* dui op die professionele sosiale omgewing of sisteem(e) waarbinne die individu leef, werk of skoolgaan. Konteks wil aandag op toepaslike bestaande mikro- en makro-sisteme vestig. Kontekstuele ontleding is 'n belangrike aspek in die praktiese teologie (Osmer, 2008:12) en vorm deel van die hermeneutiese proses waar individue sowel as die sosiale omgewing ontologies⁵ en fenomenologies⁶ ondersoek word.

Die versameling van inligting het een doel voor oë; dit wil die episode (die insident en individu), die situasie (soos dit is, was en nou is) en die konteks (die groter netwerk) binne die breër konteks van trauma ondersoek (vgl. De Klerk & De Wet, 2013:292). Toepaslike inligting word noukeurig versamel en getoets alvorens dit geformuleer en aangewend kan word (Osmer, 2008:4-6).

Osmer beklemtoon die belangrikheid van die hermeneutiese interpretering van episodes, situasies en kontekste. In die navorsing in terme van kreatiewe denke is hierdie ook 'n besonder belangrike aspek (Osmer, 2008:33-34; 49).

⁵ Ontologie – “*development or course of development*” (Merriam-Webster, 2003: elektroniese weergawe). Ontologie beskryf die hart van die mens se bestaan en ontstaansnarratief binne konteks (Heyns, 1982:309).

⁶ Fenomenologie ondersoek die fenomeen (episode) binne die konteks en situasie sonder om die konteks te dekontekstualiseer. Fenomenologie doen beide 'n diakroniese en sinkroniese analise van die situasie, konteks en grondteorie (Cox, 1992:22-23, 29, 42, 117).

Die deskriptiewe taak is 'n nuttige vaardigheid en gee aan die buitestaander (navorser of berader) die geleentheid om na binne te kyk en dinamika, standpunte en interpretasies kwalitatief te versamel. Dit sal aan die berader of navorser uiteindelik die nodige inligting met betrekking tot die vraag, wat is aan die gebeur, verskaf (Osmer, 2008:59).

2.3. BASIESE LITERÊRE VERTREK PUNT

2.3.1. Wat is besig om te gebeur?

Trauma en krisisepisodes is deel van talle situasies en kontekste, en het 'n reuse invloed op die mens se bestaanswêreld. Elke mens se bestaan begin reeds voor geboorte en in hierdie verband kan trauma reeds voor geboorte plaasvind met langtermyn gevolge (Heymann, 2002:71; Richman, 2013:363).

Hierdie werklikheid word niemand gespaar nie (Coetzer, 2013:31) en sodanige episodes verander dikwels veilige, stabiele en bekende omgewings in iets onbekends, onveilig en onstabiel (Badenoch, 2017:loc.99-100).

Verder is dit so dat elke persoon trauma en krisisse verskillend ervaar, interpreteer en verwerk weens die individuele verskille in breinprofiële en persoonlikhede (Heilman, 2002:53, 59-61). Daarom is dit belangrik dat pastorale intervensie die konsep van kreatiewe denke deeglik sal verdiskonteer wanneer daar na oplossingsmoontlikhede rakende trauma gesoek word (Wright, 2011:161).

Wanneer daar van kreatiewe denkers soos Edward de Bono (2015b), Ned Herrmann (1989), Paul Torrance (2012), Kobus Neethling en Rache Rutherford, (2014a), Paul Meier (2015), David Seamands (1986) en Bessel van der Kolk kennis geneem word wie almal in mindere of meerdere mate met aspekte soos heel breindimensies en die getraumatiseerde brein werk, word dit spoedig duidelik dat elke individu verskillend dink, doen en reageer.

Die navorsing bevestig verder dat kreatiewe denke in beginsel die vertrekpunt handhaaf dat logiese vertikale denke nie die enigste roete is om probleme op te los nie (De Bono, 2015b:loc.38). Elke individu se persoonlike individualiteit moet egter geakkommodeer en erken word. Aan elke individu moet die vermoë en geleentheid

gevolglik gebied word om uitdrukking aan eie potensiaal te kan gee en om 'n episode of probleem te kan interpreteer, definieer en te oorkom (Richman, 2013:363). De Bono (2015b:loc.27) verwys hierna as natuurlike, oorspronklike veerkragtigheid en dit sal later in die hoofstuk weer aan die orde kom.

Episodes soos trauma beïnvloed individue se situasie ingrypend. Hierdie blootstelling versteur die normaal en ewewig en vra vir ingryping – in hierdie verband kan kreatiewe denke die intervensieproses help bevorder (Richman, 2013:363).

Met betrekking tot bovermelde agtergrond beklemtoon Haddock (2001:loc.186) dat kreatiewe denke gevolglik pastorale intervensie as hulpmiddel wil ondersteun ten einde heling en groei te help bevorder.

2.3.2. Trauma, slagoffers en die leefwêreld

Indien daar op pastorale intervensie na afloop van trauma gelet word, vra Wright (2011:187) 'n baie belangrike vraag: Wat as tyd nie genesing bring nie? Hierdie vraag is inderdaad toepaslik aangesien trauma episodes 'n rimpeling effek het met heel dikwels langtermyn gevolge (Coetzer, 2014:30-34).

Osmer (2008:loc.15-16; 50-51) verwys na die web van die lewe ten einde die groter prentjie te verstaan. As daar aan een van die webdrade getrek word, beweeg die hele web. Heymann (2002:95) gebruik ook hierdie selfde beeld as hy trauma met 'n slagoffer vergelyk wat in 'n web gevang is en dat die geskud in 'n poging om los te kom die hele web laat bewe (Heymann, 2002:95).

Dunn (2006:55-78) bring 'n teologiese perspektief by in sy beskrywing van hierdie selfde situasie. Hy verwys onder andere na Paulus se gebruik van verskillende Griekse terme in sy beskrywing van die menslike liggaam. Die bydraende komponente tot *soma* is die volgende: *nous* en *kardia* – *nous* verwys na denke en *kardia* verwys na die hart; *pshychē* en *pneuma* – *pshychē* is die siel en *pneuma* is die gees van die mens. Wat egter belangrik is, is die feit dat indien die *soma* 'n skok sou beleef dit vervolgens die *nous*, *kardia*, *pshychē* en *pneuma* gaan beïnvloed. Die volle implikasies kring egter steeds wyer uit aangesien die *soma* deel van 'n groter liggaam en konteks vorm wat met die totale leefwêreld waartoe die *soma* behoort verband hou.

Die verwonding wat trauma veroorsaak kan die self-identiteit⁷ van die individu en groep versteur met langtermyn gevolge – dit verander die mens se veilige, stabiele en bekende omgewing in iets onbekends terwyl dit die normaal verpletter. Niks is meer dieselfde nie alhoewel die adres nog dieselfde bly (Coetzer, 2013:83; 2015:7; Crane, 2017:loc.223).

Hoewel trauma langtermyn gevolge kan hê, kan dit egter oorkom word aangesien die mens die vermoë het om die enorme uitdagings die hoof te bied (Briere & Scotte, 2015:loc.208). Die groot dilemma hou egter gewoonlik verband met onverwerkte en onbehandelde trauma aangesien die letsels hiervan mense se lewens onherroeplik kan verander (Wright, 2011:190-191). Trauma moet gevolglik so gou moontlik hanteer word ten einde te probeer verhoed dat dit simptomatiese selfvernietiging raak en onhanteerbare krisisse tot gevolg het (Coetzer, 2013:53).

2.3.3. Die verband tussen trauma en krisisse

Trauma en krisis loop hand aan hand, maar verskil in wese, hoewel die een die ander tot gevolg het. Trauma het krisisse tot gevolg en krisisse kan trauma veroorsaak – daar is egter volgens Wright (2011:189; 191) nie noodwendig altyd 'n logiese verband en gevolg tussen hierdie twee kwessies nie (Briere & Scotte, 2015:loc.208).

Op Osmer se metodologiese vraag: “*Wat is aan die gebeur?*”, kan op hierdie punt kortliks soos volg geantwoord word: Mense bevind hulself in 'n krisis weens trauma en die nagevolge daarvan. Hierdie krisis kan sekondêre vernietigende en traumatiese gevolge hê wat as posttraumatiese stresversteuring (PTSV) bekend staan. PTSV as naskok-simptoom van trauma kan uiters nadelig wees en selfs verdere trauma tot gevolg hê. Daarom behoort enige traumatiese episode hanteer te word ten einde die vernietigende gevolge wat PTSV kan hê te bestuur (Coetzer, 2013:52-53).

Wanneer die krisis of trauma ontleed en geëvalueer word, maak die gedrag heel dikwels sin en wanneer daar sin vanuit die gedrag gevind kan word, kan genesing

⁷ Self-identiteit – “*The identity of a person, within a culture, is a topic of concern throughout the humanities, cognitive science, psychology, and psychoanalysis. The word identity itself refers to continuity in a sense of self within a person, and the word also refers to how that person is socially regarded*” (Horowitz, 2012:2, 8).

begin realiseer (Crane, 2017:loc.182-186). “*Deur te verstaan, kry ’n mens weer ’n mate van beheer terug*” (Coetzer, 2013:35).

’n Krisis kan geïdentifiseer word as ’n tydperk of fase wat sielkundig en fisies die slagoffer se bestaan beïnvloed, die ewililibrium versteur en die normaal bedreig (Brooks, 2017:loc.37-38).

Yeager en Roberts (2015:loc.647-649) gebruik die teorie van disekwililibrium om die toestand wat ’n episode soos ’n krisis of trauma veroorsaak te beskryf. Disekwililibrium gaan oor die verlies of gebrek aan ewewig of stabiliteit as gevolg van ’n dreigende episode of een wat reeds plaasgevind het.

Met betrekking tot talle traumaslagoffers is dit egter so dat trauma en die gevolge daarvan hul lewens soms onherroeplik verander en hulle in ’n krisis dompel (Wright, 2011:190-191). So byvoorbeeld kan angs die slagoffer se emosionele alarmstelsel aktiveer en die ewewig tot so ’n mate versteur dat dit op ’n krisis uitloop. Die tipiese reaksies van veg, vlug of vries sou dan as verdedigingsreaksies binne so ’n krisissituasie geaktiveer kan word (Weeden, 1988:170).

’n Krisis kan verder as ’n lewensbedreigende toestand beskryf word wat op trauma kan uitloop (Wright, 2011:131). Die onverwagse gebeurtenis versteur die ewililibrium en lei gevolglik na disfunksionaliteit. Pastorale en psigologiese intervensie speel in besonder ’n belangrike rol in die herstelproses van die individu wat in hierdie tipe siklus vasgevang raak (Yeager en Roberts, 2015:loc.333-337) en kreatiewe intervensie kan inderdaad tot verligting en effektiewe uitkomst lei (Roberts & Dziegielewski, 1995:16).

2.3.4. Wat is trauma?

Trauma as fenomeen bestaan so lank as wat die skepping oud is. Tog word dit vir die eerste keer formeel deur die *American Psychiatric Association* in die derde uitgawe van hul bekende handboek, *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders* verwoord. Die fenomeen word as uiters stresvol, oorweldigend en met katastrofiese gevolge gedefinieer (APA, 1987).

Trauma kan verder as ’n stressor beskryf word wat beduidende simptome van nood, ongemak en angs in die meeste persone kan sneller met gewoonlik kroniese gevolge

indien dit nie hanteer word nie – hierna word dan in die algemeen na verwys as posttraumatiese stresversteuring (PTSV), soos reeds genoem (vgl. Friedman, 2015:loc.438, 441; Van der Kolk, 2015:loc.264; Amen, 2018:loc.442).

Die teoloog David Carr (2014:7) verwoord trauma soos volg:

Trauma is an overwhelming, haunting experience of disaster so explosive in its impact that it cannot be directly encountered, and influences an individual and group's behavior and memory in indirect ways.

Die woord trauma kom vanaf die Griekse woord, τραῦμα, en verwoord iets van die ervaring waaraan die individu of groep blootgestel is. Die woord trauma beteken om verwond te wees of om te verwond (Coetzer, 2013:32; Zodhiates, 2000). Trauma laat nie net fisiese en psigiese letsels nie maar veroorsaak ook geestelike en eksistensiële wonde (Badenoch, 2017:loc.84-101). Traumatiese gebeure hou egter nie slegs met geweld en oorweldigende gebeure verband nie maar dit sou ook aan aspekte soos byvoorbeeld middeljarekrisis, veroudering, om af te tree, om te verhuis, van skool te verwissel, finansiële krisis, die geboorte van 'n kind, gehoorverlies, ens. gekoppel word (Wright, 2011:134-135). Hierdie episodes het 'n enorme inpak op die lewe en leefwêreld van die individu (Yeager & Roberts, 2015:loc.468).

Vir talle slagoffers van trauma is dit baie moeilik om die episode by wyse van gesprek te herbesoek en te herleef omdat die impak daarvan oorweldigend en onhanteer kan wees. Die gevolg is dat individue dikwels nie vir so proses kans sien nie met gevolglike nadelige gevolge – soms wil hulle eerder vergeet as onthou (Du Plessis, 2012:10;15; Levers, 2012:loc.435-440; Coetzer, 2013:35).

2.3.4.1. Traumagevolge

Wanneer daar van trauma per definisie gepraat word, beskryf die definisie nie slegs die fisiese of mediese aard van trauma nie, maar ook die psigiese en emosionele verwonding – trauma kan beide tot gevolg hê. Fisiese trauma het dikwels emosionele en psigiese wonde tot gevolg terwyl emosionele en psigiese trauma dikwels fisiese en mediese gevolge inhou (Evans, 2006:597).

Die skok wat trauma veroorsaak, skend dikwels die sosiale dinamika negatief (Richman, 2013:363; Yehuda, 1999:34-39) en slagoffers voel dikwels broos, skaam

en verloor alle vertroue (Seamands, 2015:14; Heymann, 2002:73). Die naskokke van trauma het dikwels langtermyn gevolge wat vir generasies daarna kan voortduur. Coetzer verwys hierna as *generasie bagasie* wat dikwels traumaletsels sonder fisiese wonde impliseer (Coetzer, 2014:30-34).

Die naskok van trauma kan baie toestande, soos byvoorbeeld depressie, self-mutilasie (*cutting*), chemiese misbruik, gesinsgeweld, selfmoord, nagmerries en so meer tot gevolg hê. Die hartseer is dat die simptome van die naskokke van geslag na geslag oorgedra kan word indien daar geen ingrype plaasvind nie (Coetzer, 2014:30-34; Heymann, 2002:80-84). Hierdie simptomatiese naskokke is dikwels die direkte gevolg van onbehandelde en onverwerkte traumawonde wat deur die individu onderdruk is en vervolgens uiters nadelig vir die slagoffer asook vir diegene naby aan hulle kan wees (Van der Kolk, 2015:loc.281).

Trauma het nie slegs 'n fisiologiese, psigiese en emosionele implikasies nie maar ook neurologiese⁸ gevolge (Alexander, 1958:26-33). Hierdie neurologiese gevolge word fisies ervaar en beïnvloed dikwels beweging, breinfunksie (geheue, redenasie, rasionaal, spraak, ens.), die psige (depressie, angs, vergeetagtigheid) en emosie (vrees, aggressie, haat, bekommernisse) (Van der Kolk, 2015:loc.264, Amen, 2018:loc.706). Daar sou dus tereg tot die gevolgtrekking gekom kan word dat wanneer daar na konsepte soos trauma gekyk word, dit 'n invloed op die mens se totale funksionering het (Schiraldi, 2016:loc.131, 133, 134). Dit impliseer onder andere gevolge vir die slagoffer se normale gedrag, gedagtes, emosies, lewenskwaliteit, beskouings, denkwyses, karakter, beweging en so meer (Vermetten & Spiegel, 2014:1-3).

Trauma versteur ook slagoffers se normaal wat die ewewig in die normaal versteur. Dit laat slagoffers dikwels onstabiel, skaam en gedissosieer voel (Scott & Stradling, 1992:28). Hulle voel verwyderd en of hulle op 'n afstand staan en kyk (Van der Kolk, 2015:287). Hiermee saam ervaar hulle dikwels woede en teleurgestelling met

⁸ "An emotional trauma may induce a cascade of neurobiological events that have long-lasting consequences, and render individuals vulnerable to the onset of new episodes... during the narration of an emotional traumatic event, there is activation of the limbic system, the right amygdale, the orbitofrontal cortex and the anterior gyrus..." (Giotakos, 2020:loc.35-36, 41)

betrekking tot God en is hulle geneig om hul vertrouwe en lewensin te verloor (Coetzer, 2013:54).

Trauma het ook sensoriese gevolge deurdat dit die slagoffer se sig, gehoor, reuk, smaak en gevoel kan aantast. Ogden en Minton belig die feit dat traumaslagoffers gevolglik sensories en motories sensitief kan raak (Ogden & Minton, 2000:149). Hierdie sensitiwiteit word deur snellers rakende klank, reuke en liggaamlike sensasies beklemtoon wat geneig is om in stolling (vries), veg, vlug, spierpyne, respiratoriese simptome, hartkloppings, gevoelloosheid en onvermoë om opwindning te moduleer manifesteer (Van der Kolk, 2015:loc.1034; 157; Amen, 2018:loc.706, 844).

Onverwerkte trauma kan die liggaam sowel as die brein aantast en lê dikwels beide lam en kan akute en kroniese⁹ gevolge in die langtermyn hê (Van der Kolk, 2015:loc.1034; Giotakos, 2020:loc.35-36, 41, 45, 93). In hierdie verband toon Van der Kolk (2015:loc.1019) aan dat die geskandeerde brein na trauma aktiewe verhoogde kolle in die limbiese en visuele korteks van die brein toon, terwyl die spraaksentrum van die brein 'n verlaagde aktivering toon.

Evans gebruik die term 'whiplash' om die fisiese impak van trauma op die neurosisteem van die mens te beskryf. Hierdie skok veroorsaak disoriëntasie, naarheid en 'n gevoel van wanbalans (Evans, 2006:598). Trauma is dus geneig om die brein te skok terwyl dit die funksionaliteit van die slagoffer fisies en neurologies oorweldig (Levine, 2015:254-262).

Follette en Ruzek (2006:3) volg op die bekende psigiater, Freud, wat ook reeds op die ingrypende psigiese gevolg van trauma met betrekking tot slagoffers gewys het – dit kan daartoe lei dat hulle in regressie gaan, dissosieer¹⁰, herinneringe en emosies

⁹ Herinnering aan 'n traumasneller – soms ervaar en beleef slagoffers die werklikheid nuut. Soms sal slagoffers in 'n gegewe situasie simptome van angs begin toon en nie weet waar dit vandaan kom nie – dit kan die gevolg van traumageheue in die onderbewuste wees (Van der Kolk 2015:loc.129, 1045; Evans, 2006:601-604; Meier & Henderson, 2009:loc.336).

¹⁰ "Dissociation is a complex phenomenon that comprises a host of symptoms and factors, including depersonalization, derealisation, time distortion, dissociative flashbacks, and alterations in the perception of the self. Dissociation occurs in up to two thirds of patients with borderline personality disorder (BPD). The neurobiology of traumatic dissociation has demonstrated a heterogeneity in posttraumatic stress symptoms that, overtime, can result in different types of dysregulation emotional states. This review links the concepts of trauma and dissociation to BPD by illustrating different forms of emotional dysregulation. There is also growing evidence that a trauma history should be taken into account in planning treatment, which has not always been standard clinical practice. More specifically, BPD patients with trauma histories often meet criteria for both PTSD as well as dissociative disorders,

onderdruk (*repression*), emosioneel ontspoor, en 'n verhoogte intensiteit met betrekking tot hul basiese behoeftes toon.

Met betrekking tot oorweldigende trauma is dissosiasie 'n realiteit¹¹. Trauma en PTSV ontspoor die normaal van die slagoffer, met tekens van amnesie, identiteitsverwarring (identiteitsverandering), dissosiasie asook ander psigiese en mediese probleme wat weens trauma kon ontstaan het¹² (Vermetten & Spiegel, 2014:1; Amen, 2017:loc.269, 409; Van der Kolk & Fisler, 1995:506).

Trauma, BPD (*Borderline Personality Disorder*), PTSV, dissosiasie en vele ander simptome is ten nouste met mekaar gekoppel en moet beslis binne die pastorale intervensieproses verreken word om sodoende die verskeie nagevolge van trauma ook vanuit 'n pastorale en multidissiplinêre vertrekpunt te kan hanteer (Die diagnose berus egter by die psigiater of kliniese sielkundige).

2.3.4.2. Verhouding tussen pastoraat en psigologie

Brooks (2017:loc.37-38) beklemtoon die feit dat pastorale intervensie met behulp van kreatiewe denke alle moontlike hulpbronne moet ontgin en in die begeleiding van traumaslagoffers implementeer – in hierdie verband is dit gevolglik nodig om ook kennis van die belangrike verhouding tussen pastoraat en psigologie te neem.

Pastoraat het sy eie unieke benadering en so ook die aanverwante wetenskap van psigologie. Beide lewer besondere bydraes en moet gevolglik van kennis geneem word. Beide velde werk met die volledige mens met die doel om die welsyn te bevorder. *“Daarom is 'n multidissiplinêre spanbenadering noodsaaklik met die oog op effektiewe hulpverlening”* sonder om lyne te oorskry (Louw, 1997:299). Louw (1997:298) formuleer die verskil tussen pastoraat en psigologie soos volg:

which puts an emphasis on careful assessment, treatment planning as well as detailed assessment of responses to treatment” (Vermetten & Spiegel, 2014:1-3).

¹¹ *“Traumatized individuals are plagued by the return dissociated, incomplete or ineffective sensorimotor reactions...”* (Ogden & Minton, 2000:149-150).

¹² *“The word dissociation is currently used to describe four distinct, but interrelated phenomena: (1) the sensory and emotional fragmentation of experience, (2) depersonalization and derealisation at the moment of the trauma (peri-traumatic dissociation), (3) ongoing depersonalization and “spacing out” in everyday life (Dissociative Experiences) and (4) containing the traumatic memories within distinct ego states (Dissociative Disorder)”* (Van der Kolk & Fisler, 1995:510).

Pastoraat benader die mens vanuit 'n eskatologiese perspektief en werk met die transedentale dimensie; die psigologie benader die mens vanuit empiriese perspektief en gedragswetenskappe.

Du Plessis beklemtoon die feit dat daar 'n gesonde verhouding tussen aanverwante wetenskappe en pastoraat behoort te wees omdat die berader dikwels deur psigologiese simptome soos angs, dissosiasie, regressie, en ander psigiese en mediese simptome gekonfronteer word (Du Plessis, 2012:2). Die pastorale berader met die korrekte insig en opleiding, in samewerking met die mediese en psigologiese wetenskappe, kan 'n effektiewe vangnet wees en vinniger in staat wees om multidissiplinêr saam te werk en met betrekking tot die aanverwante hulpbronne soos die sielkunde, psigiatrie, neuro-wetenskappe, arbeidsterapeute, ens. te verwys (Du Plessis, 2012:2).

Teen hierdie agtergrond is 'n verhouding tussen teologie en psigologie dus krities belangrik (Kruger & Venter, 2001:562). *“Die twee benaderings moenie teen mekaar afgespeel word nie, maar mekaar gebruik en tot voordeel van die slagoffer versterk”* (Pieterse, 2017:6). Die balans met betrekking tot die grense tussen die onderskeie wetenskappe is belangrik en die pastorale berader moet dit deurgaans in gedagte hou (Kruger & Venter, 2001:563). Die berader moet gevolglik van alle bruikbare insette en resultate vanuit die gedragswetenskappe kennis neem, maar met die nodige sensitiwiteit en leiding (Kruger & Venter, 2001:56).

2.3.4.3. Trauma reaksie

Soos reeds vermeld, beïnvloed trauma die liggaam fisies, psigies, neurologies, emosioneel, en geestelik en hierdie oorweldigende en stresvolle ervaring het 'n groot invloed op elke slagoffer (Vick, 2002:133-147; Kepner, 1999:12; Meier & Henderson, 2009:loc.403).

Ogden en Minton (2000:158-171) modelleer die ervaring en reaksie soos volg:

2.3.4.3.1. Trauma-intensiteit

A. Hoë intensiteit

Energiebesteding is baie hoog en die slagoffer is duidelik buite beheer en oorspanne. Die omstandighede is uiters plofbaar en kan selfs mediese risiko's inhou. Emosioneel kan slagoffers so oorstuur raak dat dit omstanders en of die persoon self se veiligheid bedreig (Siegel, 1999:254; Heymann, 2002:71-73).

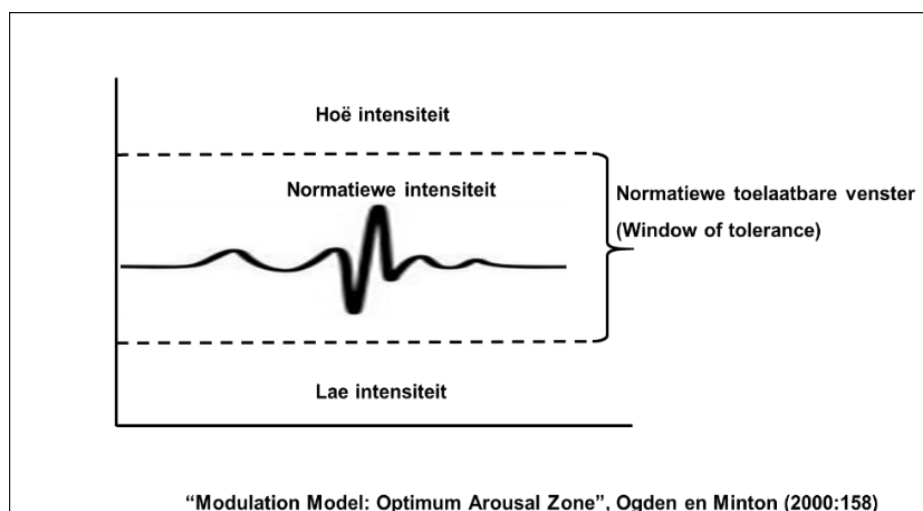
B. Normatiewe intensiteit

Die persoon is teenwoordig, bewus en het nie in terme van emosies gevries nie. Energiebesteding is normaal terwyl emosies en spanning wat ervaar word, normaal ten opsigte van die trauma is. Die individu kommunikeer goed, veral ten opsigte van die trauma. Dit kan gebeur dat die individu onder die omstandighede na 'n hoër of laer ervaringskaal fluktueer maar funksioneer basies normaal, tensy die situasie buite beheer raak (Ogden & Minton, 2000:159).

C. Lae intensiteit

Hier is die energiebesteding met betrekking tot die trauma abnormaal laag. Persone reageer nie soos hulle moet nie – hulle kom kalm voor met min reaksie teenoor die trauma self. Hoewel hierdie gedrag en reaksies by wyse van uitsondering sou kon voorkom en vervolgens normaal sou kon wees, is dit egter hoogs onwaarskynlik. Lae intensiteit is net so gevaarlik soos 'n hoë intensiteit en daarom moet daar gevolglik in sulke omstandighede noulettend na die individue se gedrag omgesien word (Ogden & Minton, 2000:158).

Figuur 5: Ogden en Minton se modulatie model in terme van trauma-intensiteit.



2.4. WAT IS KREATIEWE LATERALE DENKE?

Die frase 'laterale denke' is deur Eward de Bono ontwikkel (De Bono, 2015b:loc.27). Kreatiewe denke per definisie is moeilike om vas te vang en dit word deur die meer as vierhonderd definisies vir hierdie konsep bevestig (Neethling & Rutherford, 2014b:21; Torrance, 1965:663-664).

Kreatiewe denke in konsep gaan daaroor om die brein van 'n individu te aktiveer ten einde met oorspronklike idees vorendag te kan kom om 'n krisis of probleem op te los. Die gebruik van die woord 'oorspronklik' binne hierdie konteks dui op die betekenis van onderbenutting¹³. De Bono meen dat die menslike brein deur stimulasie¹⁴ die vermoë kan ontwikkel om enige probleem te oorkom en die oorspronklike veerkragtigheid weer te kan herontdek (De Bono, 2015b:loc. 27).

Spearman (2019:141) wys in hierdie verband op die feit dat die mens se brein oor die vermoë beskik om nuwe inhoud te skep en sodoende nuwe korrelasies tussen idees te genereer. Die klem is vervolgens in besonder op die sintuiglike elemente soos hoor, sien en voel binne kreatiwiteit as toegepaste denkrigting.

Elke hindernis of probleemsituasie vereis antwoorde en oplossing is nie noodwendig altyd voor die hand liggend nie. Eers moet die probleem geïdentifiseer en verstaan word voordat die hindernis oorkom kan word (Runco, 2007:14; Neethling & Rutherford, 2014b:21). Soms word daar net op 'n sekere manier na die probleem gekyk en word daar slegs op een metode as oplossing gefokus. Wanneer die invalshoek egter soms gewysig word, word die probleem dikwels effektief suksesvol hanteer (De Bono, 2015b:loc.723-725).

Kreatiewe denke wil by die begin, begin – by die vraag, wat is aan die gebeur? Daarna wil dit interpreteer en produktief na alternatiewe oplossingsmoontlikhede met 'n sensitiwiteit vir die probleem begin soek. Oplossings moet geverifieer en getoets word

¹³ Heilman (2002:53, 59-61) maak melding van die feit dat die brein uit verskeie meganismes bestaan om sodoende van hulp in die hantering van krisisse en trauma te wees. Hierdie meganismes lê egter dikwels onderbenut en onproduktief.

¹⁴ 'n Ongesonde brein lei dikwels tot 'n ongesonde liggaam – stimulasie is dus belangrik (Amen, 2018:560).

om sodoende gesonde kontinuïteit, effektiwiteit en beweging te modelleer¹⁵ (Michalko, 2001:loc. 84, 91,100; Torrance, 1965:670-671).

Net soos wat daar verskillende soorte probleme en krisisse is, so is daar verskillende maniere en roetes wat gevolg kan word om probleme en krisisse mee op te los. Nie een persoon ervaar 'n probleem dieselfde nie en nie een probleem is dieselfde nie (Runco, 2007:14-15). In hierdie proses wil kreatiewe laterale denke met die oog op doeltreffendheid nuwe en oorspronklike idees omhels. Soms gaan dit vra om van ou oplossings ontslae te raak of dat sekere idees vervang of herinterpreteer word (De Bono, 2015b:loc.730-752; Torrance, 1965:666; Neethling & Rutherford, 2014b:21). Doeltreffendheid word deur effektiwiteit gedefinieer en die effektiwiteit word deur die geslaagdheid van die roete wat gevolg is ondersteun – kreatiewe laterale denke kan hierdie proses help fasiliteer (De Bono, 2015b:loc.1350-1352).

Kreatiewe denke is die vonk wat groei en beweging kan orkestreer deur inligting te prosesseer, feite na te spoor, dit te evalueer en te onderskei opsoek na 'n weg vorentoe (Ballester, 2019:loc.191-193). Kreatiewe denke wil individue help om met nuwe oë na 'n probleem te kyk, maar dit wil ook funksioneel en skeppend tot die gesprek toetree en sodoende natuurlike, spontane en organiese hanteringsprosesse bevorder (De Bono, 2015a:297; Ballester, 2019:loc.15-30). As instrument wil dit ook die individu die vaardigheid laat ontwikkel om bo 'n probleem uit te styg deur op natuurlike wyse effektiwe deurbrake te vind en te implementeer (De Bono, 2015b: loc.39).

De Bono (2015b:loc.62) wys op die feit dat logiese vertikale denke sedert die tyd van Aristoteles bevorder is as die enigste effektiwe manier om die brein (verstand) te gebruik. Hierteenoor is kreatiewe laterale denke op alternatiewe metodes en die gebruik van oorspronklike (onderbenutte) idees gefokus. Die verskil tussen laterale en vertikale denke is dat met vertikale denke logika in beheer is van die brein (verstand), terwyl met laterale denke is logika in diens van die brein (verstand). Kreatiewe laterale

¹⁵ “Most of the tasks are evaluated for fluency (number of different relevant ideas), flexibility (number of shifts in thinking or different categories of response), originality (number of statistically infrequent responses that show creative intellectual energy), and elaboration (number of different ideas used in working out the details of an idea)” (Torrance, 1965:670).

denke wil gevolglik nie 'n bestaande gat dieper grou nie, maar dit wil eerder funksioneel produktief na 'n oplossing soek om uit die gat uit te kom (De Bono, 2015b:loc.11-13).

Nie alle individue is kunssinnig nie, maar elkeen kan die kuns bemeester om kreatief te dink. Krisisse, probleme en episodes soos trauma lei gewoonlik tot emosionele en geestelike verlamming, verwonding en verblinding met die gevolg dat slagoffers sonder enige visie in 'n donker gat beland. Soms beland beide berader en beradene in 'n '*cul-de-sac*' van vasgeloopte denke (Dreifuss-Kattan, 2013:4-5). Kreatiewe laterale denke wil die beradene en berader egter tot hulp wees om 'n vasgeloopte¹⁶ of stollingservaring te oorkom deur te sien dat die '*cul-de-sac*' wel een ingang het maar verskeie moontlike adresse en dus ook uitweë (De Bonob, 2015b:loc.11).

Kreatiewe denke gaan nie soseer oor 'n spesifieke kuns nie maar eerder oor om die kuns te ontwikkel om kreatief te dink (De Bono, 2015b:loc.9; 149). Kuns (uitbeeldend en uitvoerend) vorm wel, as tegniek, deel van kreatiewe denke net soos wat stilte, gebed, en *lectio divina* as geloosdisiplines deel van die pastorale intervensieproses na trauma kan vorm (Runco, 2007:15). Kreatiewe denke vra gevolglik die vrae: wat is aan die gebeur, hoe kan dit geïnterpreteer word en wat kan gedoen word? (De Bono, 2015a:loc.368; 524; 566; 1355)

2.4.1. Kreatiewe denke en die asimmetriese brein

Soos reeds genoem, ervaar, interpreteer, verwerk en hanteer elke individu stresvolle episodes, soos trauma, anders en daarom is dit ook belangrik om kennis van die asimmetriese brein te neem. Die konsep van asimmetrie dui op die feit dat die menslike brein uit twee prominente dele bestaan. Die linker en die regter brein wat onderskeidelik deur die korteks geskei word (Sien Bylaag B). Hierdie twee dele lyk dieselfde maar verskil in funksionaliteit (Harrison, 2015:loc.500-514, 1163) en daarom verskil individue se standpunte, ervarings, interpretasies, idees en perspektiewe (De Bono, 2015b:loc.55-62; Davidson en Hugdahl, 2002:loc.199, 201, 207).

Davidson en Hugdahl (2002:loc.198, 207, 208, 522), toon aan dat die konsep van die asimmetriese brein in ag geneem moet word wanneer daar met individue gewerk word

¹⁶ Die menslike brein is in staat om trauma natuurlik te kan verwerk, maar is nie bedoel om ernstige trauma op 'n deurlopende basis te verwerk nie. Wanneer die brein deur 'n traumatiese stressor oorweldig word, begin verskeie dinge gebeur soos om te vries. Dit kan ook gebeur dat die slagoffer op 'n bepaalde plek vashaak en nie vorentoe kan beweeg nie (Haddock, 2001:loc.565-569).

en in hierdie verband verwys hulle na gedragsasimmetrie (*behavioural asymmetry*) waar gedrag of persoonlikheid gemeet kan word. Die asimmetriese brein bied dus 'n verklaring vir die feit dat elke persoon ten opsigte van denke en benaderings op emosionele en geestelike vlak verskil (De Bono, 2015a:loc.162-245).

2.4.2. Emosionele kreatiwiteit

Emosionele kreatiwiteit beskryf die belangrikheid dat elke mens die reg het om hul emosies te ervaar en binne 'n intra- en interpersoonlike verhoudingskonteks weer te gee (Runco, 2007:121). Verder is dit so dat emosionele kreatiwiteit nie noodwendig met 'n persoon se IK verband hou nie. Emosionele kreatiwiteit wil aan die slagoffer die geleentheid bied om hul ervaring te deel en hul gevoelens en emosies onverpoos weer te gee, te hanteer en te reguleer. Dit alles is daarop gefokus om persoonlike groei te bevorder en die brein te aktiveer, oorspronklike veerkragtigheid¹⁷ te ontdek en stabiliteit te bring (Runco, 2007:121; Torrance, 1965:675).

Aanvanklik wil emosionele kreatiwiteit die rou bestaande emosie ondersoek, verstaan, en effektief hanteer. Elke individu moet gevolglik toegelaat word om spontaan en ononderbroke uiting te gee aan wat gebeur het of aan die gebeur is (Averill, 1999a:334, Runco, 2007:161). Elke slagoffer behoort op hierdie wyse die geleentheid gegun te word om self tot verhaal te kom, die narratief weer te gee, die ervaring te verwoord en op hierdie wyse sigself te mobiliseer (Averill, 1999a:334).

Weens die feit dat emosies fluktueer, persoonlikhede verskil, en elke situasie anders is, mag dit gebeur dat daar deur verskillende individue op verskillende wyses uiting aan 'n episode gegee word. Dit moet egter in gedagte gehou word dat dit telkens om die slagoffer se narratief gaan. Emosionele kreatiewe denke is dus 'n toepaslike hanteringswyse waardeur die individu se ervaring beklemtoon en erken word (Averill, 1999b:765).

Emosionele kreatiwiteit staan in verhouding tot kreatiewe denke asook gedragskreatiwiteit¹⁸ (Ivcevic, Brackett & Mayer, 2007:199-200) en dit wil die eerlike rou

¹⁷ Elke mens het 'n bepaalde ingeboude kreatiewe weerbaarheid wat deel van die persoon se natuurlike weerstand teen episodes soos trauma en krisis vorm (Du Preez, 2013:36).

¹⁸ *"The relationship between emotional creativity and creative behaviour could be better understood by employing criteria that address expression of emotions in real-life creative production. Such criteria might inquire about the content of artwork or attributes of style in artistic expression. Based on the*

emosies in 'n intra- en interpersoonlike verhoudingsopset beskryf (Fuchs, Kumar & Porter, 2007:233). Dit verwys verder na 'n individu se natuurlike vermoë en voorreg om 'n episode te ervaar, te evalueer, te beoordeel, en weer te gee (Runco, 2007:121).

2.4.3. Wat is die verskil tussen intra- en interpersoonlike kommunikasie?

Die woord 'inter' dui op 'tussen' terwyl die woord 'intra' op 'binne' dui. Interpersoonlike kommunikasie gaan oor die verhouding tussen twee of meer individue terwyl intrapersoonlike kommunikasie oor die verhouding en kommunikasie met die self gaan (Ehondor, 2017:2-3). Intrapersoonlike kommunikasie wil groei bevorder en die individu bewus maak van die verhouding met sigself en ook die interne gesprekke wat aan die gang is (*self-talk*). Die interpersoonlike gaan daarenteen oor die sosiale samestelling en breër konteks (groter wêreld) en hoe die individu in hierdie groter samestelling inpas – wat is die verhouding (Venter, 1995:57-58)?

Intrapersoonlike kommunikasie is die basis waarop interpersoonlike kommunikasie rus en daarom is dit noodsaaklik om te verstaan hoe dit met die self gaan en wat binne die self gekommunikeer word¹⁹. Intrapersoonlike kommunikasie verskaf gevolglik die basis tot die verstaan en verbetering van die algemene kommunikasieproses (Venter, 1995:57-58).

2.4.4. Kreatiewe metodologiese denke

Kreatiewe denke as proses wil sensitief vir probleme, tekorte, leemtes, kennis, ontbrekende elemente en disharmonieë wees terwyl dit ook nuwe en oorspronklike denke wil ontwikkel en aktiveer (Torrance, 1965:663-664).

2.4.4.1. Runco en Rossman

Runco (2007:388-389) en Rossman (1964:57) stel die volgende sewe stappe voor met die oog op 'n kreatiewe metodologiese denkproses:

1. Vasstelling van behoefte of probleem(e).

present research, we would hypothesize that artwork concerned with expression of emotions would benefit the most from original emotional experiences” (Ivcevic, Brackett & Mayer, 2007:231)

¹⁹ Spesifieke aandag word aan aspekte soos: insig in die eie self; verwerking van gedagtes en emosies; self openbaarmaking; selfevaluering en selfaktualisering verleen (Venter, 1995:57-58).

2. Waarneming, ontleding en formulering van die behoefte of probleem(e).
3. Onderzoek en formulering van alle beskikbare inligting.
4. Formulering van alle moontlike objektiewe oplossings.
5. Kritiese ontleding van alle oplossings (voor- en nadele).
6. Die geboorte van nuwe idees en moontlikhede om probleme mee te hanteer.
7. Onderzoek van die mees belowende oplossing, die maak van 'n keuse waarmee gewerk gaan word en finale verpersoonliking van al die stappe.

2.4.4.2. De Bono se 'six thinking hats' benadering

De Bono (2004:loc.1179-1182) se benadering wat hy '*the six thinking hats*' noem, wil dialoog bevorder deur alle denke te bevorder en in ag te neem om sodoende beweging en groei te genereer. Vir die model gebruik De Bono die metafoor van ses hoede, elkeen met sy primêre eie kleur – wit, rooi, swart, geel, groen en blou. Die vraag kan gestel word, waarom juis hoede? 'n Hoed kan maklik opgesit of afgehaal word – verder impliseer elke hoed ook kennis, opinie, interpretasie, verstaan en die reg om te kommunikeer. Elke hoed vertolk ook 'n bydrae binne 'n bepaalde vraagstuk, gekoppel aan dit wat die hoed spesifiek verteenwoordig. Elke deelnemer moet dus gehoor word en elke bydrae tel en word geweeg. Wanneer almal die wit hoed op het, mag daar byvoorbeeld slegs gepraat word oor wat die wit hoed wil weet en vervolgens nie die interpretasie en betekenis van die rooi of geel hoed bybring nie (De Bono, 2004:loc. 1182-1185, 1202). Die verskillende betekenis en assosiasies wat aan elke hoed gekoppel is volgens De Bono, is kortliks die volgende:

1. Wit hoed

Die wit hoed gaan oor die versameling van inligting. Inligting kan van konkrete feite tot persoonlike ervarings wissel (De Bono, 2004:loc.1191-1196). Die wit hoed vra vervolgens die volgende vrae: Wat is aan die gebeur? Wat is die feite? Wat ontbreek? Hoe kan inligting wat ontbreek bekom word?

2. Rooi hoed

Die rooi hoed verteenwoordig emosies, gevoelens, en intuïsie. In normale saaklike denke is gevoelens en emosies nie veronderstel om 'n rol te speel nie. Die rooi hoed gee egter aan emosies 'n wettige plek. 'n Individue kan hier sê hoe hulle voel sonder om redes te gee waarom hulle voel soos hulle voel (De Bono, 2004:loc.1209-1212). Gevoelens soos die volgende kan byvoorbeeld hier weergegee word: “*Ek hou nie van die idee nie*”, of “*my gevoel is dat dit eenvoudig nie sal werk nie*”, of “*my intuïsie is dat iets nie reg is nie*”, of “*ek voel ongemaklik en bang*”, of “*ek voel dit is 'n vermorsing van tyd*”, en so meer.

4. *Swart hoed*

Die swart hoed simboliseer kritiese etiese denke en risiko-assessering. Die doel van die swart hoed is om probleme en gapings asook swakplekke en potensiële kwesbare areas uit te wys. Die swart hoed is konserwatief versigtig en vra kritiese vrae (De Bono, 2004:loc.1232-1247).

5. *Geel hoed*

Die geel hoed is op soek na voordele, positiewe waardes en redes waarom 'n saak suksesvol kan wees. Dit poog om die moontlikheid van 'n oplossing vas te stel en is sensitief vir verskeie moontlikhede²⁰ (De Bono, 2004:loc.1247-1275).

6. *Groen hoed*

Die groen hoed simboliseer groei en vrugbaarheid en is skeppend van aard – dit vra vir alternatiewe idees en moontlikhede. Elke idee tel en niks word afgeskiet nie. Onder die groen hoed is daar tyd om kreatief te dink en produktiwiteit te bevorder. Tipiese vrae wat hier gevra word, is: Wat moet gedoen word? Wat is die moontlikhede?

7. *Blou hoed*

Die blou hoed is organisatories van aard en bring alles bymekaar. Die blou hoed organiseer die verskillende hoede en taak elkeen deur hulle sterkpunte te akkommodeer. Die blou hoed het verder ook te doen met prosesbeheer wat enersyds, fokus en doel en andersyds proses en program insluit. Tipiese vrae wat hier gevra word, is die volgende: Waarmee is 'ons' besig? Wat wil bereik word? Wat is die denkproses? Wat is die einddoel? Wat is die program?

²⁰ Sensitiwiteit beteken hier dat enige moontlikheid potensiaal het en ontgin en ontdek moet word voordat dit geëlimineer of aanvaar word (De Bono, 2004:loc.1247-1275).

2.4.4.3. Michalko

Kreatiewe denke wil die individu help om te sien wat niemand anders sien nie en te dink wat niemand anders dink nie. Michalko se benadering kan basies in twee strategiese kategorieë ingedeel word, naamlik sien en dink (Michalko, 2001:loc.166-170) en hierdie strategieë impliseer die volgende:

Strategie 1: Sien

Om te sien wat niemand anders sien nie impliseer twee sub-strategieë, naamlik weet hoe om te sien, en gedagtes sigbaar maak.

- Om te weet hoe om te sien en te kyk, impliseer die vermoë om 'n probleem te identifiseer, as 'n probleem te erken en 'n algemene verstaan daarvan te formuleer – wat het gebeur, hoe het dit gebeur, wat is aan die gebeur en hoe kan die gebeurtenis geïnterpreteer word? Aspekte soos vorm, inhoud, samestelling en begrip, speel hier belangrike rolle (Michalko, 2001:loc.179).

Vervolgens word verskillende ander moontlike narratiewe konstruksies gedoen om te sien of daar afwykings en alternatiewe moontlikhede met betrekking tot die feite is (Michalko, 2001:loc.179).

Elke ervaring is uniek en moet op eie meriete hanteer word. Michalko waarsku teen die neiging om probleme te veralgemeen en so ook die hantering daarvan. Elke probleem is uniek, al herhaal dieselfde probleem weer by dieselfde persoon. Elke ervaring en probleem moet daarom ook gekonsepsualiseer word (Michalko, 2001:loc.185).

- Om gedagtes sigbaar te maak, gaan oor kennis, taal, verstaan, interpretasie, tyd, herkoms en so meer. Taal beklemtoon hier elke deelnemende individu se vertrekpunt wat verband sou kon hou met aspekte soos die wetenskap in die breë, kuns, herkoms, beroep, breinprofiel, persoonlikheid en so meer. Al hierdie faktore speel ook 'n rol in die denke, redenasie en visualiseringsproses (Michalko, 2001:loc.190-195).

Strategie 2: Dink

Dink wat niemand anders dink nie gaan oor die produsering van berekende en goed deurdagte idees wat funksioneel en toepasbaar op die probleem is. Michalko stel in hierdie verband die volgende sewe mikro-strategieë voor:

- *Vloeibaarheid* – produsering van idees/oplossings (Michalko, 2001:loc.203).
- *Kombinerings* – konseptualisering van idees, integrasie en moontlike aanwending. Elke idee het potensiaal (Michalko, 2001:loc.213).
- *Koppel dit wat nie gekoppel is nie* – dit gaan oor bemagtiging en inkorporering van vaardighede en idees. Dit wil blindekolle uit die weg ruim en ruimte vir elke perspektief maak (Michalko, 2001:loc.224).
- *Inagneming* – dit gaan oor die ontwikkeling van 'n sensitiwiteit vir die teenoorgestelde of nuwe moontlikheid (Michalko, 2001:loc.229).
- *Nuwe horisonne* – ondersoek alle horisonne en platforms as moontlikhede, al veroorsaak dit ongemak – moontlik dra dit tot 'n oplossing of strategie by. Die idee is groter as die ego (Michalko, 2001:loc.239).
- *Openheid* – soms lyk die antwoord heel voor die handliggend maar loop dit op iets heel anders uit. Mislukking kan na antwoorde lei – mislukking is ook 'n antwoord (Michalko, 2001:loc.244).
- *Samewerkende gees* – in die groepsdinamika het elkeen hul eie vertrekpunte en sterkpunte. Die gemeenskaplike doel bepaal of alle denke gefokus is en in dieselfde rigting kyk. Almal trek saam al verskil hulle in denke en persoonlikheid (Michalko, 2001:loc.254).

2.4.5. Kreatiewe denke en pastorale intervensie

Die aanwending van die proses van kreatiewe denke met betrekking tot die pastoraat in die breë hou baie voordele en potensiaal in, soos wat uit die res van hierdie bespreking sal blyk.

Runco en Pritzker (2011:56-47, 50) stel dat daar twee belangrike prominente maatstawwe is wat kreatiwiteit beklemtoon, naamlik vorm (struktuur) en funksie (strategie). Vorm en funksie moet met oorspronklikheid en bruikbaarheid belyn. In die

gedragwetenskappe word kreatiwiteit dikwels gemeet as die som van oorspronklikheid en bruikbaarheid. Die ontwerp word dikwels as 'n kreatiewe aktiwiteit gesien, wat dit ook is; maar dit is eers wanneer vorm en funksie een word (vormfunksie) dat kreatiwiteit as denkproses funksioneel en effektief word, hoewel dit nie foutloos is nie.

Kreatiewe denke is proaktief²¹, intensioneel, en doelgerig (Runco, 2007:411-412). Dit wil moontlikhede met 'n lae waarskynlikheid skeppend na opsies met volle potensiaal omdraai ten einde groei, heling en mobilisering te bevorder. Episodes soos trauma kan nie ongedaan gemaak word nie, maar die ervaring en die impak wat dit het, kan bestuur word deur die probleem effektief aan te spreek (De Bono, 2015a:loc.296-297, 1343-1350).

Die benutting van kreatiwiteit as hulpmiddel in die pastorale intervensie na trauma sluit as benadering by die basiese doelwit van pastorale intervensie aan, naamlik om groei te bevorder, genesing te fasiliteer en mobilisering na afloop van trauma te bevorder. Met betrekking tot hierdie hele proses maak kreatiewe denke nuwe gesigvelde oop en bevorder dit 'n gesonde wisselwerking tussen verskillende terapeutiese modelle (Heymann, 2002:41).

2.4.5.1. Kreatiewe denke en God

Kreatiwiteit is een van verskeie karaktereienskappe van God Drie-enig en as skeppingskrag is dit eie aan God se karakter – God inisieer kreatiewe denke (Forsyth, 2012:loc.1070).

Hughes en Laney (2001:9) beklemtoon die skeppende krag van God toe Hy aanvanklik uit iets wat woens en leeg geblyk het, iets besonder geskep het. Net so kan God vanuit die oënskynlike hopelose situasie van trauma 'n proses van restourasie en nuwe groei laat voortspruit. God kan elke situasie van woens en leeg na produktief en funksioneel verander.

Genesis gebruik die woord *בָּרָא* (*bara*) om die skeppende krag van God mee te beskryf – Hy het gevorm en geskep (Brown *et al.*, 1977:135). Binne hierdie selfde konteks

²¹ “*The best time to start healing from a crisis is before it starts*” (Amen, 2018:loc.476).

maak die Septuaginta van die woord ποιέω (*poiéō*) gebruik om 'n skeppende en onafgehandelde handeling mee aan te dui. Hiermee saam gaan dit oor restourasie, herstel, nuut skep en herskep (Zodhiates, 2000).

In Genesis 2:6 en 7 waar dit oor die skepping van die mens gaan, word die woord 'gevorm' gebruik.

Die Here God het toe die mens gevorm uit stof van die aarde en lewensasem in sy neus geblaas, sodat die mens 'n lewende wese geword het (1983 vertaling).

Hebreeus gebruik die woord יָצַר (*yetser*)²² om die handeling te beskryf. Hier gebruik God iets wat reeds geskep is, naamlik water en stof, om die mens mee te vorm (Brown *et al.*, 1977:427). Die Septuaginta teks maak van die woord πλάσσω (*plássō*) gebruik om hierdie skeppingsdaad mee te beskryf – gevorm uit sagte klei met die hand (Zodhiates, 2000). In beide gevalle word die voorbeeld gebruik van hoe God uit iets wat reeds bestaan, kreatief iets nuuts vorm en lewe daarin blaas.

Aansluitend hierby is ook die uitspraak in Jeremia 18:4 (1953 Vertaling):

En die voorwerp wat hy besig was om te maak, het misluk, soos dit gaan met klei in die hand van die pottebakker, maar hy het daaruit weer 'n ander voorwerp gemaak soos dit in die oë van die pottebakker reg was om dit te maak.

In beide Hebreeus en Grieks (Septuaginta) word daar van dieselfde konsep as in Genesis 2 gebruik gemaak, naamlik, יָצַר en πλάσσω.

In Jesaja 1:26 sê God dat Hy die leiers sal herskep en hervorm na wat hulle vroeër was. Hier maak die Hebreeuse teks van die woord וְאֶשְׁיִבָּה gebruik met die stam שׁוּב, wat binne konteks beteken om te herstel na wat dit was (te restoureer) (Swanson, 1997).

²² יָצַר and יָצַר he shall form; fut. Kal, from יָצַר to form. יָצַר, יָצַר fut. apoc. from יָצַר. יָצַר, יָצַר fut. Kal, from יָצַר (Gesenius & Tregelles, 2003:881).

In die Nuwe Testament maak Paulus in Romeine 9:20 van die woorde τὸ πλάσμα en τῷ πλάσαντι gebruik – wat dui op die begrippe van die geskepte (πλάσμα) en die skepper (πλάσαντι) (Nestle *et al.*, 1993). Dit is duidelik dat God dus iets wat bestaan kan neem en dit nuut vorm of daaraan 'n nuwe vorm en betekenis met 'n nuwe begin kan gee.

In hierdie selfde verband gebruik Openbaring 21:5 die begrip van 'nuut vorm', καινός (*kainós*) Zodhaites (2000).

In die lig van bovermelde sou daar dus saam met Ballester (2019:loc.191-193) gestel kan word dat kreatiwiteit die vonk is wat deur God gebruik kan word om herstel te bewerkstellig en lewe daarin te blaas. Toegepas op die pastoraat kan gestel word dat God deur kreatiewe denke slagoffers en beraders kan help om in die herstelproses weer 'senings', 'vleis' en 'vel' te plaas aan iets wat weens 'n gebeure soos trauma, ontbind²³ het (vgl. in hierdie verband die bewoording van Eseg 37:8 met verwysing na terme soos 'senings', 'vleis' en 'vel' en 'n nuwe gees – dit sou verband met aspekte soos insig, begrip, onderskeidingsvermoë en groei kan hou).

In Grieks word daar soms ook van twee ander terme gebruik gemaak in die beskrywing van die skepping van iets nuuts, naamlik *neos* en *kainos*. *Néos* (νέος) dui basies op 'n nuwe skepping terwyl die klem by *kainos*²⁴ op herstel, nuut vorm en gerestoureer is (Zodhaites, 2000:elektroniese weergawe).

God wil help skep aan 'n nuwe normaal en stabiliteit na trauma en kreatiewe denke en pastorale intervensie kan tot hierdie die poses bydra – God maak inderdaad heel (Meier en Henderson, 2009:loc.18). Kreatiewe denke is dus 'n kragtige gereedskapstuk wat God en mens goed kan aanwend om hoop en heling mee te fasiliteer na trauma (Meier, 2015:110). God het die mens na Sy beeld en as Sy verteenwoordigers geskape (Gen 1:25-27), wat beteken dat die mens soos God in wese en met Sy hulp ook kreatief kan wees (2 Kor 4:7).

²³ As gevolg van trauma kan dit soms gebeur dat iemand ervaar dat hulle emosioneel besig is om te ontbind (Grimell, 2018:246)

²⁴ “ἀνακαινίζω; ἀνακαινόωb: to cause a change to a previous, preferable state—‘to renew, to restore, to bring back. ἀνακαινίζω: ἀδύνατον ... πάλιν ἀνακαινίζειν εἰς μετάνοιαν ‘it is impossible ... to bring them back to repent again’ Heb. 6:4-6. ἀνακαινόωb: ἀλλ’ ὁ ἔσω ἡμῶν ἀνακαινοῦται ἡμέρα καὶ ἡμέρα ‘yet our spiritual being is renewed day after day’ 2 Cor 4:16.” (Louw & Nida: 1996:156)

2.4.5.2. Die Bybel en trauma

Trauma het gewoonlik spanning en vrees tot gevolg, soos wat ook op die vooraand van Jesus se kruisiging geïllustreer word (Luk 22:41-45) waar Jesus self intense trauma ervaar het. Jesus sonder Homself af van sy dissipels om te gaan bid. Hy kniel neer en smee die Vader om die beker van lyding van Hom weg te neem – Sy innerlike stryd is intens. Die stryd word vir Hom so swaar dat sy sweet soos bloeddruppels geword het wat op die grond val (Groenewald, 1989:239-240).

In Markus 6:1-56 ervaar Jesus en die dissipels verskeie traumas soos byvoorbeeld verwerping (vers 1-16), verlies deur die dood (vers 17-29), spanning en uitbranding, en worsteling met 'n storm op see (vers 30-43). God is egter altyd groter as die mens se stryd en Hy wil die mens verby sulke traumatiese gebeure neem en Hy is inderdaad in staat om dit kreatief deur die proses van pastorale intervensie, met wysheid en akkuraatheid, te doen (Meier en Henderson, 2009:loc.18).

2.5. PASTORALE INTERVENSIË

2.5.1. Verhouding tussen pastorale intervensie, berader en beradene

Die verhouding tussen die berader en beradene is van besondere belang. Deernis moet gewoonlik eers deur die berader getoon word voordat die beradene bevoegdheid sal waardeur. Verder moet vertroue gebou en gevestig word voordat fasilitering of intervensie kan gebeur. Wanneer vertroue gebou is en die beradene gemaklik is, kan daar met die proses onderweg na genesing voortgegaan word – die skep van vertroue is gewoonlik die eerste tree onderweg na genesing en stabiliteit (Schupp, 2015:loc.2650-2652).

Tydens die beradingsproses is die fokus nie op die berader se eie gevoelens en opinies nie – die klem is eerder op die behoeftes van die beradene aangesien elke mens 'n intense behoefte het om gehoor te word – elke beradene is ook uniek in karakter, persoonlikheid en samestelling. Individualiteit moet gevolglik erken, gehoor, en in ag geneem word (Schupp, 2015:loc.2652-2655).

Kwaliteite soos openheid, opregtheid, simpatie en empatie is almal belangrike aspekte wat die beradene konkreet moet ervaar aangesien dit vertrouwe binne 'n onstabiele en onnatuurlike omgewing skep. Hierdie benadering sal aan die beradene die ervaring gee van die berader wat teenwoordig is en iemand wat hulle hoor, sien en verstaan (Schupp, 2015:loc.2657).

Tog sou dit ook kan gebeur dat die berader se benadering die direkte oorsaak is dat die beradene emosioneel ontoeganklik raak en nie veilig voel nie – so 'n proses kan intendeel verdere skade aanrig (Schupp, 2015:loc.2657).

As die beradene gemaklik is, is hulle meer geneig om die trauma te bespreek. As hulle bang of skaam sou wees, sal hulle dit moeilik vind om te kommunikeer – sou dit die situasie wees, moet die berader dit nie noodwendig persoonlik opneem nie en voortgaan om vertrouwe te vestig en empatie te toon. Geduld is hier 'n deurslaggewende faktor (Schupp, 2015:loc.2657-2659). Die berader moet dus die proses respekteer en ook respek teenoor die slagoffer en hulle omstandighede toon (Yeager & Roberts, 2015:loc.526).

2.5.2. Wat is pastorale intervensie?

Pastorale intervensie is 'n reaksionêre proses wat traumaslagoffers tot hulp wil wees (Yeager en Roberts, 2015:loc.440). Pastorale intervensie wil deur kreatiewe denke die klem van reaktief na proaktief verskuif met die doel om meer effektief en doeltreffend te wees (Yeager en Roberts, 2015:loc.341). In reaksie op enige traumatiese gebeure is dit daarom gefokus om aktief te ondersteun; episodes te hanteer; pyn te ontloot; 'n geleentheid te bied om gevoelens weer te gee; ervarings te evalueer; verhoudings te bou en te herstel en die ewilbrium te herstel (Wright, 2011:133).

As proses wil pastorale intervensie aan slagoffers nuwe perspektiewe van hoop en vooruitsigte gee en kreatief daaraan help skep (Du Plessis 2005:212). Pastorale intervensie wil individue help om hulle lewens weer te rekonstrueer en hulle te begelei na mobilisering deur aan hulle die nodige vaardighede te gee ten einde dit te kan bereik (Wright, 2011:133).

2.5.3. Slagoffers se behoeftes tydens trauma- en krisistye

Hoewel baie individue oor die veerkragtigheid beskik om 'n krisis of trauma te hanteer, impliseer dit egter 'n worsteling vir talle ander. Daar is gevolglik nie 'n enkele model of program wat deurgaans vir elke slagoffer sondermeer lynreg as 'n oplossing aangebied kan word nie. Al is die basiese behoeftes van slagoffers min of meer dieselfde, verskil die proses met betrekking tot elke individu (Wright, 2011:139).

Na trauma is dit so dat sommige individue se emosionele toestand verswak; ander se fisiese toestand verswak; ander sal die realiteit ontken; ander sal weer onophoudelik praat oor wat gebeur het of glad nie praat nie – ander sal emosioneel vries; sommige sal 'n onrealistiese tydsbenadering toon; sommige sal oormatig met skuldgevoelens worstel; sommige sal hulself bejammer; sommige sal hulself verwyt of ander verwyt terwyl daar by sommige 'n oormatige afhanklikheid van ander sal ontwikkel (Wright, 2011:139).

Pastorale intervensie en kreatiewe denke skep die geleentheid vir die slagoffer om weer moed na 'n krisis of trauma te skep en die balans wat versteur is te herstel (Oades-Sese & Esquivel, 2011:340).

2.5.4. Fases en hantering van krisisse en trauma

Wright beskryf die fases van 'n traumatiese ervaring soos volg (Sien ook bylae B & C):

- Die Impakfase

Hierdie fase beskryf die aanvanklike en onmiddellike reaksie van slagoffers direk tydens en na die trauma. In hierdie fase ervaar die individu 'n gevoel soortgelyk aan iemand wat 'n harde hou teen die kop toegedien is. Hierdie gevoel skok die liggaam (*experiencing effect of being stunned*). Die eerste ding wat gebeur, is skok wat, soos reeds bespreek, die volgende reaksies tot gevolg kan hê: veg, vlug of vries (Wright, 2011:143 -146).

In die impakfase voel mense dikwels oorweldig, gedisoriënteerd en onveilig. Dit is gevolglik belangrik dat die pastorale berader of eerste respondent die individu veilige en gemaklik sal maak en ook aan hulle sal verduidelik wat met hulle aan die gebeur is (Wright, 2011:147).

- *Die onttrekking- en verwarringsfase*

Een van die hoof kenmerke van hierdie fase is dat die slagoffer 'n emosionele onrustigheid, 'n tipe innerlike turbulensie, kan ervaar. Hierdie emosies tree op verskillende maniere na vore soos byvoorbeeld deur middel van histerie, aggressie, depressie, en so meer. Baie slagoffers is nie van die feit bewus dat hulle emosioneel besig is om totaal oorweldig te raak nie (Wright, 2011:147).

Tydens hierdie fase kan slagoffers soms ook voel asof hulle emosioneel êrens vasgesteek het en moeilik vorentoe kan beweeg. Hulle voel soms ook nutteloos, moeg en uitgeput en hulle kan ook neig om hul aptyt vir die lewe asook alle lewensvreugde te verloor (Wright, 2011:147-148).

Gebed en luister kan tydens hierdie fase 'n baie belangrik hulpmiddel wees om die persoon te help om emosioneel te ontlont (Wright, 2011:149). Die terapeut moet hier ook self baie rustig wees, baie geduld aan die dag lê en fokus op aksies soos om te wag, te luister, te hoor en seker te maak dat die slagoffer verstaan word. Laat hulle toe om te praat. Moenie druk toepas en te veel vrae stel nie. Stel belang en wees teenwoordig (Wright, 2011:151).

Met betrekking tot hierdie fase van onttrekking en verwarring stel Wright vervolgens die volgende vyf basiese areas vir assessering voor en hy noem dit die "*five BASIC modalities*":

B – verwys na '*behaviour*' – gedrag en gedragsafwykings.

A – verwys na '*effective functioning*' – die fokus is op innerlike en fisiese ervarings.

S – verwys na '*symptoms*' – sigbare fisiese simptome.

I – verwys na die '*interpersonal*' funksionaliteit – watter invloed het die episode op die individu se interpersoonlike verhoudings gehad?

C – verwys na '*cognition*' – watter gedagtes opper die slagoffer? (Wright, 2011:153).

- *Die aanpassingsfase*

In hierdie fase begin die individu die ewilibrum herstel, hulle begin weer emosioneel hulle koppe optel en aanduidings van hoop kom na vore (Wright, 2011:154).

- *Die rekonstruksie fase*

Tydens hierdie fase kom daar 'n sterker selfgemotiveerdheid na vore terwyl die persoon ook meer logies en spontaan in hulle interaksies is. Hulle is meer hulleself en oop tot groei en nuwe idees terwyl hulle ook die begeerte toon om weer hul lewens te herbou (Wright, 2011:155-158).

2.5.5. Geloof, krisis en trauma

Om 'n gelowige te wees vrywaar die mens nie van trauma en krisis nie. God wil wel die mens in hulle krisis of dreigende krisis begelei, beskerm en versterk. God weet waar die mens hulle psigies, emosioneel en fisies bevind. God verstaan die omstandighede (Wright, 2011:140). God gee om oor hoe dit met mens gaan – veral juis in trauma en krisistye (Meier, 2015:24).

God wil die las ligter maak, en die mens lei en na 'n plek van vrede en rus bring (Jes 58:6; Mat 11:28-29; Ps 23:1-6), en is die lig in die duisternis (Joh 1:4-5; Ps 139:7-13).

Trauma is 'n werklikheid maar tydelik aardsgebonde en God se sorg is ewig. God sal krag en die weg voorsien om die krisis of trauma kreatief te hanteer (Wright, 2011:140).

2.5.6. Innerlike en geestelike genesing en die pastorale intervensieproses

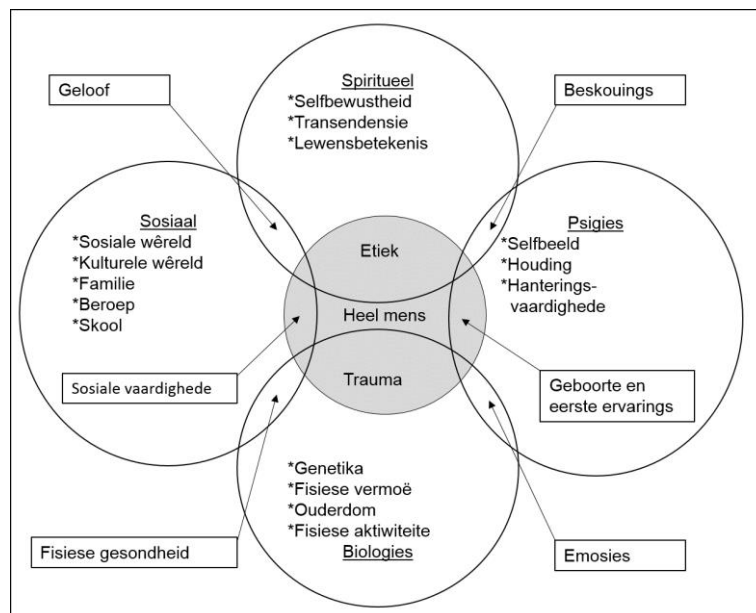
Spiritualiteit is 'n oop en wye konsep wat geestelik na baie verskillende nie-godsdienstige en godsdienstige gebruike sou kon verwys. Binne die hedendaagse pluralistiese samelewing en individualistiese kultuur is daar gevolglik uiteenlopende interpretasies ten opsigte van die terme 'geestelik' en 'spiritualiteit' (Saad *et al.*, 2017:79).

Net so is daar ook verskeie definisies ten opsigte van die verhouding tussen spiritualiteit en gesondheid binne die gesondheidswetenskappe. 'n Omvattende definisie volgens Saad *et al.*, (2017:79) in hierdie verband is dat dit om die soeke na betekenis en doel in verhouding tot die self, familie, en ander gaan asook tot 'n heilige; uitgedruk in oortuiginge, waardes, tradisies en praktyke.

Du Plessis (2012:4) wys op die belangrikheid van die teorie wat bekend staan as die bio-psigo-sosiaal-spirituele²⁵ model. Hierdie model wil die ewewig tussen die rasionele, liggaamlike en geestelike herstel om sodoende gesondheid te bevorder (Du Plessis, 2012:4). In hierdie verband is aspekte soos gebed, intervensie en teenwoordigheid almal pogings wat die slagoffer veilig en stabiel kan laat voel terwyl die trauma nog 'n bedreiging sou kon inhou (Du Plessis, 2012:4).

Met die oog op uiteindelijke heling neem innerlike en geestelike genesing en pastorale intervensie gevolglik kennis van die groot verskeidenheid van moontlike tersaaklike faktore wat almal 'n invloed op die traumaslagoffer kan uitoefen. Dit kan faktore soos die volgende insluit: die mens se psigiese, geestelike, spirituele en fisiese behoeftes; gedragsafwykings; identiteitsversteurings asook die rol van traumageheue (Du Plessis, 2012:5). Masini (2016) skets die emosionele welstand van die mens op 'n parallelle wyse met die pas bespreekte model soos volg (vgl. ook Bylaag D):

Figuur 6: Masini se emosionele welstand model.



(<https://www.francisspctr.com/post/2018/04/11/presence: 2020-10-20:11h31>)

²⁵ "The biopsychosocial model is a modern humanistic and holistic view of the human being. The model was brought to medicine by George L. Engel (1913–1999), a prominent scholar engaged in the psychosomatic movement. As Engel stated: "all three levels, biological, psychological, and social, must be taken into account in every health care task". "Currently, many researchers think the biopsychosocial model should be expanded to include the spiritual dimension as well" (Saad et al., 2017:79).

2.5.7. Stilte binne die konteks van kreatiewe denke

Stilte fasiliteer heel dikwels verdieping met betrekking tot intra- en interpersoonlike verhoudings²⁶. Stilte kan die individu met verstaan, introspeksie, interpretasie, en persoonlike insigte help en handel in konsep oor gefokusde bepeinsing (Venter, 1995:57-58; Keifert, 2019:52, 76). Stilte as kreatiewe hulpmiddel kan dus in teorie as 'n tegniek beskou word om intrapersoonlike kommunikasie te stimuleer maar ook interpersoonlike kommunikasie met die oog op verhouding en verstaan (Venter, 1995:57-58; 60).

Stilte skep die platform vir kommunikasie met die self en verwyder ook die aanvanklike ongemak uit die pastorale intervensieproses – alhoewel dit nie noodwendig in alle situasies die geval sal wees nie. Die proses wil die individu begelei om dit wat in die geheue opgeberg is te oordink, te interpreteer en te formuleer (Stacks & Andersen, 1989:279; Desmond *et al.*, 2015:440-442; Keifert & Granberg-Michaelson, 2019:81).

Intrapersoonlike bepeinsende stilte kan die individu tot selfinsig in terme van episodes (krisis of trauma), die situasie (sosiale omgewing) en die konteks (die wêreld) lei. So kry slagoffers die geleentheid om hulself in terme van bepaalde episodes te oriënteer en te heroriënteer en hoe hulle voel oor wat gebeur het (Venter, 1995:65). As gevolg van trauma kan dit soms gebeur dat iemand ervaar dat hulle byvoorbeeld emosioneel besig is om te 'ontbind' of te ontrafel. Hierdie ontbinding verwys na hulle verhouding met die self, ander en God. Stilte kan help om die afstand weer kleiner te maak en natuurlike veerkrachtigheid te stimuleer (Grimell, 2018:246; Keifert & Granberg-Michaelson, 2019:108).

Soms is dit moeilik om oor episodes soos trauma te praat want dit is pynvol en daar sou ook kulturele blokkasies kan wees wat gemaklike kommunikasie en verbalisering kan verhoed. In sulke gevalle kan stilte as kreatiewe pastorale intervensiemodel tot groot hulp wees ten einde die gesprek te stimuleer en die slagoffer tot verbalisering en ventilering te bemagtig (Enns, 2019:21; Kurzon, 1998:5-9; MacIntosh, 2017:533-451; Keifert & Granberg-Michaelson, 2019:90-91).

²⁶ Die woord "inter" beteken "tussen". Die woord "intra" beteken "binne". (Ehondor, 2017:2-3). Intrapersoonlike gaan om persoonlike groei deur bewus te raak van die self (Bezuidenhout, 1996:2).

Stilte kan ook toksies wees, veral as daar nie uiting aan gedagtes en gevoelens wat negatief is gegee word nie. Dit is gevolglik nodig om gevoelens, begrip en interpretasie te artikuleer en te toets, al is dit soms woordeloos soos byvoorbeeld met behulp van alternatiewe kreatiewe metodes soos digkuns en skilder (Enns, 2019:21; Kurzon, 1998:5-9; MacIntosh, 2017:533-451).

Stilte kan by geleentheid ook angswekkend wees aangesien die individu moontlik as gevolg van trauma reeds verwyder en eensaam voel. Dit kan verder geïntensiveer word deur die feit dat stilte 'n mens kaal kan stroop en dus baie intimiderend kan wees – dit sou byvoorbeeld die geval kan wees wanneer iemand 'n geliefde aan die dood afgestaan het (Willard, 2009:loc.3226).

Aan die ander kant is dit so dat stilte as kreatiewe hulpmiddel 'n groot aanwinst vir pastorale intervensie na trauma kan wees ten einde beweging te stimuleer, mits dit goed en konstruktief beplan is en ook met die slagoffers deurgepraat is – hulle moet dus gemaklik wees (MacIntosh, 2017:234; Fisher, 1978:181; Keifert & Granberg-Michaelson, 2019:91).

2.5.8. Stilte as geloofsdissipline

Stilte as geestelike dissipline definieer 'n regeneratiewe praktyk om na God en die self, sonder onderbreking en geraas, te luister. Stilte bied vryheid om te luister, te voel en te dink sonder om na ander se woorde te luister. Hierdie tipe stilte word nie meganies deur musiek of iets anders gemanipuleer nie (Willard, 2009:loc.3213).

As geloofsdissipline word daar tyd ingeruim om doelbewus op 'n stil eensame plek²⁷, die self vir God af te sonder en innerlik stil te kan word. Hierdie afsondering geskied vrywillig en privaat en ook vir geestelike doeleindes wat voluit op genesing gerig is (Whitney, 2014:loc.4150-4152).

Stilte as geloofsdissipline verwys verder na respek met ontsag gevul – dit is heilig en ook 'n fase van swye (Willard, 2009:loc.3191). Dit gaan ook oor die toegespitste luister met die doel om in gemeenskap met God en die self te tree (Reda, 2009: 158). In 'n geraasbesoedelde wêreld is dit moeilik om te hoor, te dink, stil te raak en God en die

²⁷ Vgl. Markus 6:31 *“En Hy sê vir hulle: Kom julle self in die eensaamheid na 'n verlate plek en rus 'n bietjie”* (1953:Vertaling).

self te hoor. Tog is dit noodsaaklik om hierdie tipe geestelike stilte te soek aangesien stilte die vrugbare grond vir intimiteit met God en die self bied (Calhoun, 2015:107, Meier & Henderson, 2009:loc.1551).

Stilte bied die geleentheid om in God se rus in te gaan en God in stilte te vertrou. In die proses sal God die individu begin losmaak²⁸ van die greep wat die wêreld op hulle het en die individu by strome van lewende water plant (Calhoun, 2015:109; Olsen 2003:xii-xiv).

Stilte is 'n belangrike terapeutiese komponent vir kreatiewe pastorale intervensie na trauma aangesien dit verbreed, verstaan, diepte gee en intra- en interkommunikasie herstel. Stilte kan ook as 'n aktiewe funksionele terapeutiese tegniek dien ten einde trauma mee te hanteer (Reda, 2009:159-160).

As geloofsdissipline is die fokus in stilte ook minder op praat en meer op luister na God en die innerlike self (Osmer, 2008:loc.772-773). Rustigheid voed die siel en oë en harte wat opreg en eerlik op God gerig is, gee aan God die geleentheid om lig in die duister te bring. Deur middel van stilte kan God ook op 'n teenswoordige wyse rekonstruerend aan die individu werk (Eyre, 1995).

2.5.9. Die verstaan van gebed binne die navorsingskonteks

Gebed as kreatiewe hulpmiddel kan daartoe bydra dat spanning wat ontstaan het gereguleer word. Dit verbeter fokus, bring kalmte, en hernu die geheue. Dit bevorder ook in die algemeen 'n mate van stabiliteit om keuses te kan uitoefen. Beide die dissiplines van stilte en gebed kan daartoe bydra om hartritme te reguleer, spysvertering, asemhaling en ook ander toestande te verbeter (Amen, 2018:loc.1000).

Gebed het 'n kreatiewe skeppende natuur eie aan God se karakter. Hoe meer die berader en beradene met God in ware, opregte, diep en intieme gebed verenig, hoe groter is die moontlikheid dat die Gees van God kreatiewe heling of insig met betrekking tot 'n traumatiese episode kan bring. Gebed gaan oor konstruktiewe

²⁸ Soms worstel individue om stil te raak en voel en lyk dit soms asof niks gebeur nie. Soms mag dit selfs na 'n mors van tyd voorkom. As daar egter op gefokusde wyse lank genoeg in die stilte tyd spandeer word, begin die innerlike en eksterne geraas en chaos afplat (Calhoun, 2015:109).

gesprek en bring geestelike onderskeiding wat na verlossing vanuit 'n skaakmat situasie sal lei (Forsyth, 2012:342-347).

Tozer (2016:loc.160-165) beklemtoon dat gebed as 'n praktiese hulpmiddel gebruik kan word om individue midde in 'n krisis of vuur, soos hy daarna verwys, te begelei om die vreesaanjaende werklikheid onder beheer te kry.

Gebed is 'n gereedskapstuk wat God aan die mens gegee het om te gebruik. Soms moet die individu self bid, en soms het die individu iemand nodig om in gebed namens hulle in te tree. Insig is 'n belangrike aspek tydens hierdie proses en gevolglik moet beide die individu en die begeleier vanuit 'n posisie van insig en verstaan bid sodat hulle woorde gefokus kan wees (Osmer, 2008:loc.452-453). Om namens iemand of vir iemand te bid moet die voorbidder ook baie moeite gedoen het om volle begrip van die individu se behoeftes en emosies te verkry sonder om eie identiteit te verloor. Indien daar by die voorbidder/begeleier die nodige empatie is, kan dit bevorderlik vir sinvolle en verrykende interaksie tussen die beradene en begeleier wees (Osmer, 2008:loc.455-457).

Gebed as 'n geestelike 'gereedskapstuk' is nie 'n gewoonte wat tot sinnelose herhaling lei nie, maar 'n dissipline wat ervaring versterk en gesprek verdiep (Muck, 1985:28-29). Kreatiewe gebed gaan gevolglik oor 'n intense en intieme gesprek met God en dit moet deur herhaling in die praktyk 'ingeoefen' en verfyn word (Forsyth, 2012:loc.953-960).

2.5.10. Gebed as geloofsdissipline

Gebed is die asemhaling van 'n gelowige se lewe en die suurstof wat die verhouding tussen God en mens aan die gang hou. Geloof sonder gebed is soos iemand wat probeer leef sonder om asem te haal. Gebed is asemhaling van die siel onder die kragveld van God Heilige Gees, meen John Wesley (Wesley, 1840:164). Dieselfde beginsels is ook van toepassing op die verhouding tussen gebed en berading. Gebed as geloofsdissipline begelei die individu wat verwond en verwerp voel na 'n plek waar hulle beseft hulle is nie alleen in hul lewenstryd nie – intendeel hulle vorm deel van 'n groter prentjie en God gaan hulle verby hierdie struikelblok lei (Keller, 2014:loc.147-148).

Gebed, net soos stilte, kan die individu onder leiding van die Heilige Gees begelei om die ware self of die waarheid aangaande 'n kwelling te ontdek. Gebed gaan om jou gedagtes tot God te rig sodat God kreatief kan lei en openbaar. Gebed is 'n diep persoonlike saak (Keller, 2014:loc.330). Gebed, net soos stilte, is voedsel vir die siel en versterk die hele liggaam. Dit verskaf energie en lewenskrag en is kreatief en skeppend en bring onder die leiding van Almagtige God herstel (Forsyth, 2012:loc.71).

Gebed smee persoonlikheid wanneer die aksie in afhanklikheid van God geskied. Gebed plaas die beradene en berader in direkte, effektiewe kontak met God die Skepper en Vader, die bron van alle oorspronklikheid, en ook met God die Verlosser, Jesus Christus, die bron van die nuwe skepping en Groot Geneesheer. Gebed deur, stilte, woord en Gees, gee aan God die geleentheid om Sy kinders as't ware te 'verpleeg', te versorg en geestelik en emosioneel te vertroetel (Forsyth, 2012:loc.1073-1080).

2.5.11. Die verstaan van *lectio divina* binne die navorsingskonteks

Die Woord van God is inderwaarheid 'n getuigenis van een lang gebed. Wanneer die Woord van God as kreatiewe hulpmiddel by die aksie van pastorale begeleiding betrek word, sal dit net soos die dissiplines van stilte en gebed 'n skeppende, begeleidende en genesende krag deur die Heilige Gees word (Forsyth, 2012:loc.1088). Gebed en stilte vorm gevolglik saam met die woord van God 'n skeppende krag en eenheid. Hierdie twee komponente, naamlik stilte en gebed tesame met 'n diep toegewyde omgaan met die Woord van God beweeg die individu skeppend en herskeppend onderweg in God se ewigheidsplan (Forsyth, 2012:loc.1090-1093).

Painter (2011:loc.166) beskryf *lectio divina* as 'n antieke praktyk geskik vir 'n hedendaagse gebruik. Dit beklemtoon stilte, wandel, bepeinsing en dialoog met God, die outeur van die Skrifwoord. Hierdie benadering beklemtoon 'n intieme stilte word onder die wakende oog God (Seamands, 1986:63). Wanneer die Skrifwoord gelees word, moet die leser bedag wees op dit wat vanuit die teks resoneer en moet daar vervolgens van God deur die Heilige Gees gevra word om dit te kan onderskei wat belangrik is. Die *lectio divina* as bepeinsende benadering beklemtoon vervolgens ook die aspekte van lees, besin, reageer en rus (Johnson, 2016:97).

Lectio divina as kreatiewe hulpmiddel wil die individu van God se teenwoordigheid bewus maak. Sodra die individu begin bewus raak dat God alomteenwoordig is, sal hierdie teenwoordigheid ook in hul lewensverhaal en hul herstelproses sigbaar raak. Soos wat die Skrifwoord bestudeer word, sal God kom en dikwels op 'n onverwagse en bonatuurlike wyse heling en herstel fasiliteer. Die geïnspireerde Woord kan op hierdie wyse harte verlig en dit bevat die potensiaal om 'n nuwe drempel te kan oorstek (Painter, 2011:loc.159-166)

2.5.12. *Lectio divina* as geloofsdissipline

Die frase *lectio divina* kan as gewyde lees (*divine reading*) beskryf word – heilige bestuderings van God se Woord wat deel van die dissiplines van stilte en gebed vorm (Gray, 2007:loc.407). *Lectio divina* beklemtoon die feit dat God die gelowige tot interaksie met Hom, deur middel van Sy Woord, uitnooi. *Lectio divina* beklemtoon tradisioneel en histories die volgende vier basiese stappe: lees (*lectio*), reflekteer (*mediatio*), reageer (*oratio*), en rus (*contemplatio*). In aansluiting tot die konsep van kreatiewe denke voeg Johnson verder twee stappe by, naamlik stilte (*silencio*) en die neem van aksie (*incarnatio*) (Johnson, 2016:loc.120).

Lectio divina noop die leser om in die teenwoordigheid van God tot rus te kom. Hierna lees die leser die teks herhaaldelik deur en begin oplet na wat vanuit die teks resoneer. In die herhaaldelike deurlees probeer die leser om op dit te fokus wat vanuit die teks resoneer en tot hulle spreek en vra terselfdertyd dat God deur Sy Gees Homself sal openbaar. In gebed fokus die leser vervolgens op daardie elemente wat tot hul siel spreek, raak daarmee stil en gaan in God se rus in en laat God toe om Homself aan hulle te openbaar en hulle in hierdie proses te vorm. God inkarneer in 'n sekere sin op hierdie wyse in die binneste van die gelowige en nooi die mens uit om te gaan toepas dit wat Hy geopenbaar het en te gaan uitlewe dit wat nuutgemaak en gerestoureer is (Johnson, 2016:loc.125-165 en 331-399).

Die woorde van God wat tydens 'n diep bepeinsende luister deur die individu beweeg, lei tot Goddelike insigte en innerlike verheldering en dit nooi die individu uit om daarop te reageer – hierdie proses lei gewoonlik tot herstel en genesing. Woorde kan óf opbou óf afbreek – God se Woord wil egter skeppend tot elke individu se lewe toetree – dit herbou, herstel, nuut vorm en onderhou (Painter, 2011:loc.180 en 327).

Lectio divina is nie 'n analitiese of lineêre praktyk nie, maar 'n praktyk van die hart wat integrasie en betekenis wil bring. Dit impliseer dat *lectio divina* heling, insig, wysheid en intuïtiewe aspekte in die praktyk wil bevorder. In sy mees basiese vorm spreek *lectio divina* van 'n ondersoek deur gebed en kreatiewe denke en kreatiwiteit vorm deel van hierdie proses (Painter, 2011:loc.240)

2.6. KONSEPTUALISERING VAN 'N VOORLOPIGE PASTORALE MODEL

In die lig van die voorafgaande bespreking kan die volgende elemente van 'n voorlopige pastorale model geformuleer word. Hierdie model sal in hoofstuk 5 tot volle ontplooiing kom wanneer dit verder aangevul en vanuit die resultate met betrekking tot die Interpreterende taak (hfst. 3) asook die Normatiewe taak (hfst. 4) uitgebou word:

1. Vasstelling van behoefte of probleem(e).
2. Waarneming, ontleding en formulering van die behoefte of probleem(e).
3. Ondersoek en formuleer van alle beskikbare inligting.
4. Formulering van alle moontlike objektiewe oplossings.
5. Kritiese ontleding van alle oplossings (voor- en nadele).
6. Die geboorte van nuwe idees en moontlikhede om die probleem mee te hanteer.
7. Ondersoek van die mees belowende oplossing, identifisering van elemente waarmee gewerk gaan word en die finale verpersoonliking van al die stappe.

2.7. SAMEVATTING

Met die hulp van Osmer se deskriptiewe benadering is tersaaklike navorsing geïdentifiseer en tendense rakende kreatiewe laterale denke, krisis-intervensie, stilte, gebed, *lectio divina* asook die gevolge van trauma ondersoek. In geheel is daar dus gepoog om op hierdie wyse 'n oorsigtelike en deskriptiewe beeld van die navorsingskonteks, soos van toepassing op die tersaaklike studie, te bied.

Die pertinente vraag wat aan die orde gestel is volgens Osmer se benadering, is: “*Wat is besig om te gebeur?*” In die beantwoording van hierdie vraag is aangedui dat traumaslagoffers hulleself, as gevolg van trauma en die nagevolge daarvan, in ’n krisis bevind en dat daar intense behoefte aan pastorale begeleiding as deel van ’n multidissiplinêre benadering is.

Verder het hierdie hoofstuk op die moontlike bydrae van kreatiewe denke tot die pastorale intervensieproses na trauma gefokus. Dit het geblyk dat kreatiewe denke ’n onontbeerlike rol binne die pastorale begeleidingsproses kan vervul en gevolglik ten volle deur pastorale beraders benut en betrek moet word.

As verdere kreatiewe hulpmiddele tot pastorale intervensie na trauma het hierdie hoofstuk verder die dinamiese potensiaal met betrekking tot die volgende drie geloofsdissiplines ondersoek: stilte, gebed en *lectio divina*. Ook in hierdie geval het geblyk dat hierdie drie dissiplines ’n kardinale bydra in die bestuur van trauma en ook die dikwels gepaardgaande naskokke vanuit ’n primêre trauma kan maak. Die groot oorvleueling, interaksie en onderlinge verweefdheid tussen die onderskeie dissiplines wat ondersoek is, het ook hier duidelik na vore gekom.

Dit het verder geblyk dat Osmer se navorsingsmetodiek in ’n groot mate by die benadering van kreatiewe denke as ’n belangrike komponent van die proses van pastorale intervensie aansluit. Kreatiewe denke wil gewoonlik by die aanvanklike vraag, naamlik, “*wat is aan die gebeur?*”, begin. Daarna word die antwoord geïnterpreteer, en produktief na alternatiewe oplossingsmoontlikhede, met ’n sensitiwiteit vir die probleem, begin soek. Oplossings moet vervolgens geverifieer en getoets word om sodoende gesonde kontinuïteit, effektiwiteit en beweging te modelleer.

Saam met kreatiewe denke as ’n pastorale strategie het geblyk dat ook die ekspressiewe kunste sinvol as deel van terapeutiese pastorale benadering geakkommodeer kan word. Deur ekspressiewe kunstherapie kan die berader en beradene heel dikwels toegang tot dieper insigte rakende die beradene se innerlike worsteling en emosionele versteuring verkry – dit sou vervolgens tot nuwe groei kon lei en veerkragtigheid kan gemobiliseer word.

Daar is ook duidelik uitgewys dat trauma ’n negatiewe invloed op reaktiewe denke en veerkragtigheid het – kreatiewe pastorale intervensie wil daarom proaktief optree om

verdere skade te voorkom wat byvoorbeeld deur toestande soos PTSSV en dissosiasie veroorsaak kan word. Kreatiewe denke as pastorale hulpmiddel is analities, funksioneel, rekonstruktief, skeppend, bemoedigend en het 'n uitgebreide begrip van die asimmetriese brein en dat elke individu in persoonlikheid verskil. In die pastorale intervensieproses moet al hierdie werklikhede ten volle geakkommodeer word.

Geloof en godsdiens het geblyk belangrike komponente van kreatiewe denke te wees en daarom is kreatiewe denke eie aan die karakter van God. Hierdie gegewe maak van kreatiewe denke en pastorale intervensie 'n herskeppende model wat tot redding en genesing van baie kan wees wat hulleself midde in 'n krisis en trauma bevind. Hierdie perspektief fokus hoop en vertroosting op God wat altyd bereid is om skeppend tot die innerlike chaos en pyn van getraumatiseerde slagoffers toe te tree. Deur middel van kreatiewe denke as deel van die pastorale intervensieproses kan die Heilige Gees die emosionele storm in die binneste van die slagoffer as gevolg van die trauma, laat afplat en dit vervolgens bestuur en die ewewig herstel.

DIE INTERPRETATIEWE TAAK

‘N LITERATUURSTUDIE VANUIT AANVERWANTE WETENSKAPPE

HOOFSTUK 3

3.1. INLEIDING

Hoofstuk 2 het op die vraag: “*Wat is aan die gebeur?*” gefokus. Die vraag het die navorser na die feit gelei dat trauma nie ‘n enkele gebeurtenis is nie maar dat trauma nagevolge het. Bykomend is daar aangetoon dat kreatiewe laterale denke ‘n noodsaaklike komponent van die pastorale intervensieproses behoort te wees.

Die navorser het ook begin kennis neem van die rol wat aanverwante wetenskappe in die pastorale intervensieproses, veral op neurologiese gebied, kan speel.

Hierdie hoofstuk handel oor Osmer (2008:79-128) se interpretatiewe navorsingstaak aan die hand van tersaaklike inligting vanuit die aanverwante wetenskappe. Bruikbare en toepaslike modelle en teorieë kom vervolgens onder die loep met die uiteindelijke doel om die voorgestelde pastorale model op hierdie wyse verder te versterk en uit te bou.

3.2. METODOLOGIE

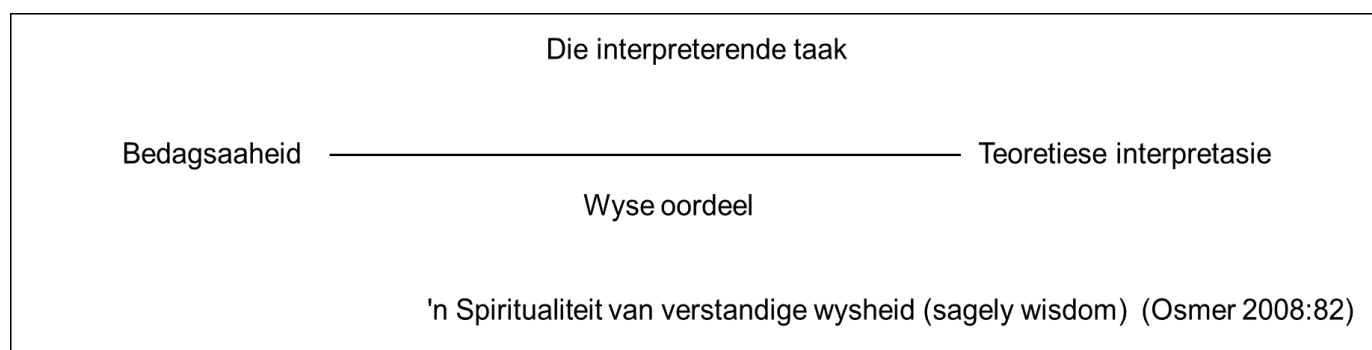
Met betrekking tot die interpretatiewe taak vra Osmer (2008:4) die volgende vraag: “*Waarom is dit aan die gebeur?*” Ten einde hierdie vraag te beantwoord word daar op toepaslike literêre kwalitatiewe inligting staatgemaak. Vir hierdie doel sal aanverwante wetenskaplike teorieë, tendense en praktyke ondersoek en ontgin word.

In die beantwoording van die vraag, “*waarom is dit aan die gebeur?*” verwys Osmer (2008:20-22) onder andere na die konsep van verstandige wysheid (*sagely wisdom*) wat volgens hom die volgende drie kerneienskappe vertoon:

- *Bedagsaamheid* – dit is die kwaliteit wat die navorser daartoe in staat stel om diep na te dink, te luister en respek te toon om sodoende versamelde inligting insiggewend te kan aanwend.
- *Teoretiese interpretasie* – dit gaan oor die identifisering, verstaan en integrering van toepaslike – teorieë in terme van die navorsingsvraag.
- *Wyse oordeel* – dit gaan oor die vermoë om toepaslike navorsing op die volgende drie wyses te interpreteer: (1) erkenning van toepaslike navorsing; (2) onderskeiding van doelwitte; (3) onderskeiding ten opsigte van doeltreffende kennisinsette.

Die skematiese voorstelling van Osmer se konsep van verstandige wysheid (*sagely wisdom*) lyk soos volg:

Figuur 7: Osmer se model van verstandige wysheid (*sagely wisdom*).



Dit gaan basies hier om ’n metateoretiese benadering (Osmer, 2008:7) wat die navorser bemaatig om kennisinsette vanuit die aanverwante wetenskappe te ondersoek, te interpreteer en te integreer (Clinton & Ohlschlager, 2015:160-162). Hierdie vertrekpunt is ook van besondere belang ten opsigte van die aanpak van die navorsing (Kruger & Venter, 2001:563). Osmer (2008:84) maan egter dat die onderskeie velde in ’n bipolarêre spanningsverhouding staan en dat hulle onderworpe aan veranderlikes asook ’n eiesoortigheid is.

’n Skematiese voorstelling van Osmer (2008:11) se kwalitatiewe navorsingsmodel sien soos volg daar uit:

Figuur 8: Osmer en die Interpretiewe taak.



3.2.1. Die interpretasieteorie

Die interpretasieteorie²⁹ word binne 'n rasonale kommunikatiewe model beoordeel wat uit drie basiese elemente bestaan:

- *Argumentasie* – dit gaan oor die aanbod van rasonale argumente en feite.
- *Perspektiewe* – dit gaan oor die aanbod van gegronde perspektiewe.
- *Feilbaarheid* – omdat wetenskaplike teorieë feilbaar is, moet dit met nederigheid en omsigtigheid gebruik word (Osmer, 2008:100-103)

Die rasonale kommunikatiewe model bestaan uit die volgende drie grondbeginsels:

- Wat is die grondteorie?
- Wat is die dissipline se perspektief?
- Wat is die betroubaarheid van die argumente (Osmer 2008:121-127).

Osmer (2008:122) kontrasteer hierdie drie elemente met die volgende vyf dialektiese standpunte:

²⁹ Teoretiese interpretasie dui op die vermoë om inligting, kennis en teorieë te verstaan en konsepte kreatief in bepaalde episodes, situasies en kontekste aan te wend (Osmer, 2008:83).

- Bewerings (*claims*) – wat is die teorie?
- Gronde (*grounds*) – hier gaan dit om ondersteunende perspektiewe ten opsigte van die bewerings.
- Kwalifiseerders (*qualifiers*) – hier gaan dit om relatiewe argumente.
- Grondreëls – dit gaan oor reëls wat beginsels en bewerings steun.
- Die vyfde dialektiese standpunt is dié van retoriese strategie van oorreding.

3.2.2. Interpretatiewe taak en Bybelse wysheid

Hierdie beginsel staan op die volgende twee boustene: Bybelse wysheidsliteratuur en Goddelike wysheid soos deur Jesus Christus geopenbaar (Osmer, 2008:89).

Wysheidskrywers het tendense opgemerk, dit noukeurig bestudeer en teorieë met betrekking tot hul waarnemings geformuleer. Die praktiese teoloog doen dieselfde op wetenskaplike wyse³⁰. Wysheidstradisie gaan verder oor die kuns om wysheid te bekom, dit te reflekteer en met 'n bepaalde openheid skeppend aan te wend³¹ (Osmer 2008:88).

Die tweede bousteen is Goddelike wysheid. Osmer (2008:96-100) artikuleer die wysheid van Jesus Christus as radikaal, kontra-kultureel, getrou, skeppend en verantwoordbaar.

3.3. TRAUMA EN AANVERWANTE WETENSKAPPE

3.3.1. Neurologie en trauma

Direkte of indirekte trauma en emosionele verwonding kan aanleiding tot problematiek ten opsigte van die fisiese, emosionele of geestelike dimensies in die langtermyn gee. Sodanige traumatiese gevolge sou byvoorbeeld akute of kroniese versteurings soos

³⁰ Praktiese Teologie word as 'n wetenskap beskou wat dit besig hou met die bestudering van verskynsels en teorieë terwyl dit in diens van die evangelie is (Heyns & Pieterse, 1990:8).

³¹ Binne die huidige wetenskapsdenke is 'n praktiese gerigtheid nie 'n diskwalifikasie vir wetenskaplikheid nie, maar 'n vereiste... daarom die klem op 'n bipolarêre model tussen teorie en praxis (Dreyer, 1991:598).

abnormale vrese kan reflekteer – byvoorbeeld vrees vir motors of geluide; vrees vir die donker; vrees om te slaap – dit sou alles vervolgens die simptome van onverwerkte trauma kan wees (Evans, 2006:617).

Verdere simptome soos depressie, gebrek aan konsentrasie, geïrriteerdheid, selfverwyt, self-mutilasie, en so meer, belig die sielkundige en neuro-sisteem van die mens. Indien die trauma nie hanteer word nie leef dit in sulke gevalle as't ware in die brein voort omdat dit daar gestoor is (Amen, 2018:loc.524-526, 706; Van der Kolk, 2015:loc.264).

Trauma kan neurobiologiese probleme tot gevolg hê (Giotakos, 2020:loc.35-36, 41) en in hierdie verband beklemtoon Evans (2006:620) dat traumaverwante sielkundige simptome neurologies verantwoord moet kan word en gevolglik 'n diagnose vereis. Hierdie diagnose kan sleg deur 'n mediese praktisyn gedoen word. In hierdie verband kan die medikus, die neuroloog en neurologiese psigoloog as 'n span funksioneer.

3.3.1.1. Neuroplastisiteit en trauma

Die term plastisiteit kom van die Griekse woord, *plastos*, wat beteken, om te vorm (Brooks, 2019:2). Die gebruik van die konsep van neuroplastisiteit binne die konteks van terapeutiese begeleiding is veral ontgin deur navorsers soos Richard Davidson (2012:196) wat op die gebied van affektiewe kontemplantiewe neurowetenskap en menslike emosie fokus en die invloed wat kontemplantiewe bepeinsing op die brein het; Andrew Newberg (2010:4-5, 12) wat op neurofisiologie, godsdienstige en geestelike ervarings en die brein se vermoë om te kan aanpas fokus, die psigiater Daniel Siegel (2010:7, 2011:42) wat veral op interpersoonlike neurobiologie asook die konsep van '*mindfulness*' fokus wat die dinamika tussen die gees en die brein ondersoek, en ook Bingaman (2014:10) wat op neurale integrasie fokus.

Neuroplastisiteit definieer die brein se vermoë om te herorganiseer en by nuwe omstandighede en situasies aan te pas. Hierdie funksie word deur die korteks geaktiveer (Siegel, 2011:5, 45; Brooks, 2019:2).

Die mens word met 'n *hardeware sisteem* gebore wat die brein genoem word. Hierdie hardeware beskik oor die vermoë om met *sagteware* gelaai te word, dit te prosesser, te stoor en aan te wend. Die sagteware waarmee die brein gevoed word, het 'n

bepalende invloed op die mens se denke, verstaan, interpretasie, funksionering, persoonlikheid en gedrag. Gedrag en persoonlikheid is aan kennisinsette onderworpe en is nie tyd en ouderdom gebonde nie. Daarom kan dit gebeur dat individue met verloop van tyd 'n gedragsverandering³² ondergaan (Hollins, 2020:5-6).

Die brein beskik dus oor die kapasiteit om nuwe insette te berg, gewoontes te rekonstrueer en nuwe konsepte en beginsels aan te leer (Brooks, 2019:14-15). Natuurlike verandering verg strategie, hulpbronne, geduld, goeie wil en gesonde kennisinsette – hierteenoor kan 'n faktor soos trauma egter binne die brein 'n onmiddellike invloed op gedrag bewerkstellig³³ (Amen, 2018:loc.2178).

As benadering wil neuroplastisiteit sekere gewoontes ondersoek en evalueer. Is bepaalde gedrag normaal of word gedrag byvoorbeeld deur trauma of sekere mediese toestande, ens veroorsaak? Die natuurlike self speel hier 'n belangrike rol om sodoende te bepaal wat die oorsaak van moontlike gedragsafwyking is (Amen, 2018:loc.2178; 2199).

Neural remodeling is usually referred to as neuroplasticity, and is thought to involve neurons altering their structure and function in response to a variety of conditions (Raskin, 2011:218).

Amen (2018:2179) verwys na hierdie proses as LTP (*long-term potentiation*). LTP ondersoek gevestigde gewoontes en reaksies wat enersyds normaal is en andersyds nie normaal is nie. Op die vraag wat aan die gebeur is, vra Amen (2018:loc.2199) 'n teen vraag: "is daar 'n dieper oorsaak?"

Neuroplastisiteit wil in definisie nie net normatiewe gewoontes of voortdurende gedrag ondersoek nie, maar dit ook verstaan. Feitelike en deurdagte kennisinsette is baie belangrik omdat dit bepalend ten opsigte van die verloop van 'n situasie is. Neuroplastisiteit as praktykteorie wil verder rehabilitasie deur gesonde kennisinsette bevorder. Dit kan ook as 'n kreatiewe gereedskapstuk dien wat pastoraal aangewend kan word en waarmee die getraumatiseerde individu na geestelike, emosionele en

³² Wanneer die krisis of trauma ontleed en geëvalueer word, maak die gedrag heel dikwels sin en kan genesing begin realiseer (Crane, 2017:loc.182-186).

³³ Herhaalde kennisinsette bepaal gedrag en die toepassing en herhaling hiervan word later die norm – so toestand is uiteindelik in drastiese teenstelling met die natuurlike normaal (Amen, 2018:loc.2199).

sosiale stabiliteit begelei kan word (Brooks, 2019:2,16,19; Yeager & Roberts, 2015: loc.647-649; Raskin, 2011:4).

3.3.1.2. Tipes neuroplastisiteit

Neuroplastisiteit bestaan uit twee funksionele dele, naamlik strukturele plastisiteit en funksionele plastisiteit. Brooks (2019:5-6) beskryf hierdie twee konsepte soos volg:

- *Strukturele plastisiteit* – dit dui op die veranderinge in die sinapse in die neurons. Tydens ontwikkeling is strukturele plastisiteit hoog in neurale migrasie en neurale genese³⁴.
- *Funksionele plastisiteit* – dit is van sinaptiese plastisiteit afhanklik wat veranderinge bevorder en berus op twee faktore, naamlik geheue en kennisleerinsette.

3.3.1.3. Die neuro-sisteem en die getraumatiseerde brein

Amen (2018:loc.2185-2199) belig die feit dat trauma 'n hoëvlak emosionele ervaring tot gevolg het wat gevolglik die neuro-sisteem kan skok en onder druk kan plaas. Hierdie druk vloei gewoonlik in bepaalde gedrag oor.

Hierdie hoëvlak spanning veroorsaak 'n kragstuwing (*power surge*) wat 'n traumatiese effek op die neuro-sisteem het. Wanneer 'n lae elektriese stroom deur 'n senuweesel gelei word, gebeur daar aanvanklik niks nie. Sodra die lading egter verhoog word en die intensiteit lank genoeg gehandhaaf word, sal die sel beskadig word of sensitief raak. Weens die druk wat sodanige emosionele spanning op die limbiese sentra van die brein plaas, veroorsaak dit psigiese, emosionele en mediese risiko's (Amen, 2018:loc.2192).

Hoe hoër en hoe meer intens sodanige belewenis is, hoe meer intens die spanningslading en hoe groter die inpak op die brein. Daar vind op hierdie wyse 'n ooraktivering plaas waartydens neurons, wat in rus was, ook beskadig word (Amen, 2018:loc.2193; Brooks, 2019:15; Vermetten & Bremner, 2002:127, 140).

³⁴ Neurale migrasie definieer die proses waarin neurons vanaf hul 'geboorteplek' na 'n posisie in die korteks migreer. Neurogenese is die vermoë om gedurende die leeftyd nuwe neurons en verbindings tussen neurons te skep (Brooks, 2019:5-6).

Die brein is 'n krities belangrike orgaan wat in besonder in ag geneem moet word wanneer stresverwante gedragsveranderinge waargeneem word. Kroniese spanning kan die brein beïnvloed en dit kan langtermyn funksionele veranderinge tot gevolg hê. Dit is ook so dat traumatiese gebeure wat intens ervaar word slagoffers se perspektief affekteer, hulle emosioneel verlam³⁵, hul lewensuitkyk beperk en hul denke en gesonde groei benadeel (Vermetten & Bremner, 2002:127, 140).

Na traumatiese gebeure bly neurons waaksaam en gereed op enige aksie (Amen, 2018:loc.2193). Met behulp van die nodige behandeling kan die waaksaamheidsvlakke van slagoffers egter genormaliseer word en kan die interne woelinge by neurons tot bedaring gebring word (Van der Kolk, *et al.*, 1996a:54-58; Vermetten & Bremner, 2002:140).

3.3.2. PTSV, neurologie en trauma

In talle gevalle word trauma nie behandel nie en die gevolg is gewoonlik posttraumatiese stresversteuring (PTSV) (Friedman, 2015:loc.411-416). Hierdie versteuring is 'n normale gevolg op 'n abnormale stresvolle episode – hoewel die afleiding nie noodwendig is nie aangesien nie alle persone wat trauma ervaar noodwendig PTSV sal ontwikkel nie (Schiraldi, 2016:loc.196-199).

Daar moet ook verstaan word dat trauma as stressor nie die enigste rede vir 'n persoon se psigiese, neurologiese en fisiese toestand is nie aangesien daar ook onderliggende stresfaktore kan wees wat bydraend tot die verergering van spanning en simptome kan wees (Evans, 2006:621).

In die lig van bovermelde is dit gevolglik belangrik dat mediese toestande (byvoorbeeld 'n hoofbesering), sosiale toestande (slegte huwelik) en traumageskiedenis eerstens geëvalueer sal word alvorens daar in die rigting van 'n PTSV diagnose beweeg sal word. Moontlike mediese, biologiese en sosiale oorsake moet dus eers geëlimineer word (vgl. Evans, 2006:621; Schiraldi, 2016:loc.371; Wright, 2011:190-191).

³⁵ *“Traumatized patients come to experience emotional reactions merely as somatic states, without being able to interpret the meaning of what they are feeling”* (Van der Kolk *et al.*, 1996b:60).

Oordrewe reaksies asook simptome van naskok is dikwels die direkte gevolg van onbehandelde en onverwerkte traumawonde wat deur die individu onderdruk is en gevolglik is dit belangrik dat sulke aspekte geïdentifiseer en hanteer sal word (Van der Kolk, 2015:loc.281; Coetzer, 2014:30-34; Heymann, 2002:80-84).

Verder is dit so dat PTSS deur onverwerkte emosionele, fisiese en psigiese traumawonde gesnel word. Na traumatiese ervarings is die senuweestelsel gewoonlik sensitief en intens gespanne en dit laat slagoffers met 'n baie lae emosionele kapasiteit (Schiraldi, 2016:loc. 379-385). Aanduidings van sulke verhoogde emosionele intensiteit sluit onder andere aspekte soos prikkelbaarheid, woede-uitbarstings, roekelose of selfvernietigende gedrag, emosionele afgestomptheid, en so meer in (Schiraldi, 2016:loc. 385-419).

3.3.2.1. Kan PTSS verhoed word?

Met betrekking tot die vraag, of PTSS as naskok verhoed kan word, is die antwoord nee³⁶, hoewel nie alle slagoffers PTSS ontwikkel nie. Met ander woorde, ontlasting en aanvanklike terapie verhoed nie noodwendig PTSS nie, alhoewel dit die vernietigende en aftakelende langtermyn effek van onverwerkte trauma grootliks kan teëwerk en ondervang. Dit kan dus slagoffers help om simptome te hanteer en ook te verstaan wat presies besig is om met hulle, emosioneel en fisies, te gebeur – dit help gewoonlik ook om die hoë stresvlakke in die brein te laat afplat (Reyes *et al.*, 2008:23; Schiraldi, 2016:loc.562).

In sommige gevalle kan terapie die natuurlike herstel belemmer of naskok vertraag (McNally *et al.*, 2003:45-79). Dit sou veral van toepassing wees indien daar 'n aanvanklike ontlastingsproses sou plaasvind maar die nodige opvolg nie plaasvind nie – ook in gevalle waar slagoffers vorige onverwerkte traumatiese ervarings gehad het wat vervolgens deur die jongste trauma geaktiveer is en dit ook nie tydens die ontlastingsproses hanteer is nie (vgl. Cisney & Ellers, 2009:3).

³⁶ “Today, there is no empirical evidence to support any immediate intervention within hours after the traumatic event to prevent posttraumatic stress symptoms” (Agorastos *et al.*, 2011:526-532)

3.3.2.2. PTSV risiko faktore

PTSV kan normaalweg aan die hand van die volgende drie risikofaktore verdeel word: pretrauma, peritrauma en posttrauma (APA, 2013:278).

- *Pretraumatiese faktore* – hierdie faktore hou veral verband met die gemoedstoestand en sluit emosionele probleme soos paniekversteuring, depressie, aggressie en obsessief-kompulsiewe versteuring (OCD) in. Faktore soos hierdie versteur die slagoffer se persoonlike en sosiale omgewing asook hul genetiese, neurologiese en fisiologiese toestand (APA, 2013:278).
- *Peritraumatiese faktore* – hierdie faktore speel 'n groter rol met betrekking tot PTSV en ook dissosiasie³⁷ weens die intense en hoë impak van die ervaring (APA, 2013:278; Briere & Scotte 2015:loc.529-544).
- *Posttraumatiese faktore* – dit word byvoorbeeld deur herhaalde blootstelling aan ontstellende herinneringe veroorsaak (APA, 2013:279). Dit kan tot posttraumatiese spanning lei wat emosionele, psigiese, neurologiese en mediese implikasies tot gevolg kan hê (Briere & Scotte, 2015:loc.529-544; Katirai, 2020:81-124).

Risiko met betrekking tot bovermelde drie faktore sou die volgende aspekte kon insluit: tydsduur (hoe lank iemand aan 'n traumatiese gebeurtenis blootgestel was), vroeëre onverwerkte traumatiese of krisiservarings (hier is dit belangrik om die persoon se traumageskiedenis te kry) en gebrek aan ondersteuning (sosiale konteks) (Meier & Henderson, 2009:loc.333).

3.3.2.3. Postraumatiese pyn

Die Griekse geneesheer, Hippokrates (460-370 v.C.), was van mening dat alle geestesongesteldhede in die brein ontstaan (asook die ervaring van plesier) – dit sluit aspekte soos hartseer, pyn, moedeloosheid, tranen, vrees, disoriëntasie en hipersensitiwiteit in. Hy was oortuig dat 'n ongesonde brein al hierdie simptome bevorder (Amen, 2020:loc.1196). 'n Uitspraak soos dié in Spreuke 17:22 sluit grootliks

³⁷ Dit is belangrik om kennis te neem dat wanneer trauma plaasvind 'n teorie genaamd peritraumatiese dissosiasie ontstaan – 'n belangrike voorloper vir die ontwikkeling van PTSV (Van der Kolk & Fisler, 1995:511).

by hierdie standpunt aan: *“n Vrolike mens is 'n gesonde mens, 'n neerslagtige mens raak uitgeput.”*

Trauma wat nie hanteer word nie is geneig om gaandeweg gevoelens van onreg, verslaentheid en selfs bitterheid te ontketen. Sommige van hierdie slagoffers sou wel na terapeute gaan op soek na oplossings ten einde van die pynlike ervarings ontslae te raak. Indien die onderliggende sielkundige, sosiale of geestelike kwessies nie werklik hanteer word nie, sou dit impliseer dat daar verligting van simptome kom (veral as gevolg van medikasie) maar dat daar geen langtermyn genesing plaasvind nie (Meier & Henderson, 2009:loc.395).

Die gevolge van trauma kan oorverdwend, verpletterend en uiters pynlik wees. Wimberger (2015:loc.79-86) vergelyk sulke pyn met penne en naalde wat deur elke sel van die liggaam skiet en jy kan dit nie ontglip nie. Dit pyn kan emosioneel en fisiologies intens wees. Soms het dit 'n mediese gevolg waarna na as verwysde pyn verwys word – 'n pyn wat as gevolg van 'n onverwerkte trauma ontstaan (Evans, 2006:597).

Dit is gewoonlik moeiliker om enige pyn, hetsy fisies of emosioneel, te bowe te kom indien daar een of ander vorm van onreg aan die trauma gekoppel word. Om sodanige pyn te bowe te kom, moet die slagoffer en terapeut die dieperliggende oorsaak van die emosie verstaan, anders blokkeer die individu self hulle pad na herstel. 'n Persoon se persepsie van hul pyn kan herstel negatief beïnvloed – die frekwensie van die pyn en die gevoelens daarrondom kan ook die situasie kompliseer en herstel belemmer. Alle gevoelens van onreg (en dikwels ook bitterheid en wrokke) sal hanteer en verwerk moet word voordat slagoffers in terme van genesing kan vorder en uiteindelik weer 'n betekenisvolle lewe kan lei (Meier & Henderson, 2009:loc.333-341). Dit is ook so dat die pad na herstel gewoonlik 'deur' die seer loop en in hierdie verband sal beradenes die nodige begeleiding moet ontvang (Meier & Henderson, 2009:loc.395).

3.3.2.4. Psigologiese trauma, PTSV in die sosialemaatskaplike konteks

Psigiese trauma en PTSV beïnvloed alle ouderdomme en het heel dikwels sosiale en maatskaplike gevolge weens die verskeidenheid van psigiatriese gedragafwykings, gesondheidsprobleme en dissosiasie. Die emosies wat ervaar word, laat die slagoffer ineenkrimp, lam en weerloos. Die individu voel verwyderd en vasgevang en sosiaal

ontoereikend weens vertroue wat geskend is (Wimberger, 2015:loc.79-86). Ten einde PTSD effektief te kan behandel, is intervensie nodig om sodoende die sosiale situasie en konteks te herstel (Reyes *et al.*, 2008:23).

3.3.2.5. Merkers vir PTSD

In Bylaag A word DSM-V kriteria ten opsigte van moontlike merkers vir PTSD bespreek. Verder is dit so dat opeenvolgende traumatiese ervarings die volgende toestande tot gevolg kan hê (Schiraldi, 2016:loc.554):

- *Fisies*: spanning, moegheid, bewing, tinteling, spysverteringskanaal probleme, hiperventilasie, hartkloppings, angs, onrustige slaap, paniekaanvalle en asemnood.
- *Emosioneel*: irritasie, buierigheid, vrees, oordrewe emosies en verlies aan vertroue.
- *Verstandelik*: verwarring, onvermoë om te konsentreer, te onthou of besluite te neem.
- *Geestelik*: moedeloosheid, hopeloosheid, twyfel en wanhoop.

Die hoeveelheid van posttraumatiese simptome wat 'n spesifieke individu sou ervaar, hou in die algemeen met die volgende drie faktore verband: (1) daaglikse konfrontasie met 'n spesifieke stressor; (2) die stressor bly 'n werklikheid; (3) die reaksie van die sosiale gemeenskap (Briere & Scotte, 2015:loc.501-506).

3.3.3. Dissosiasie en trauma

3.3.3.1. Wat is dissosiasie?

Dissosiasie³⁸ is 'n komplekse verskynsel wat 'n verskeidenheid faktore en simptome kan impliseer. Sommige van die pertinente simptome is byvoorbeeld depersonalisering, derealisering, verwronge tydsbegrip, dissociatiewe terugflitse en veranderlike gedrag (Vermetten & Spiegel, 2014:1-3). Dissosiasie kan verder ook as 'n verdedigingsreaksie beskryf word wat deur intense trauma gesneller word. Hierdie

³⁸ *Peritraumatic dissociation can be considered an important or essential feature for the development of post-traumatic stress disorder (PTSD) and acute stress disorder (ASD) (Mattos et al., 2016:1005).*

reaksie kan tydens of na 'n trauma-episode plaasvind met emosionele en psigiese gevolge wat op PTSV en ander versteurings kan uitloop (Van der Kolk *et al.*, 1995:506).

Hoewel sommige dissosiatiewe simptome nie altyd traumaverwant is nie, kan dissosiatiewe gedrag vanuit 'n trauma-episode ontstaan; daarom sluit die DSM-V (APA, 2013), dissosiasie as een van die merkers te opsigte van trauma, PTSV en stresverwante versteurings in (Briere & Scotte, 2015:loc.934-939).

Dissosiasie en ander traumaverwante simptome kommunikeer die verhaal van 'n werklikheid wat plaasgevind het en wat die brein besig is om te verwerk. Die pynlike episodes lei daartoe dat slagoffers emosioneel ontspoor en gevolglik dissosiatiewe gedrag tot gevolg kan hê. Dissosiasie is inderdaad 'n werklikheid wat nie ontken kan word nie (Schiraldi, 2016:loc.689-697; Vermetten & Spiegel, 2014:1; Amen, 2017:loc.269, 409). Die slagoffer se traumageskiedenis en ander mediese en psigiese toestande moet, net soos in die geval van PTSV, in ag geneem word en daar moet 'n noukeurige assessering gedoen word (Vermetten *et al.*, 2014:1-3).

3.3.3.2. Merkers vir dissosiatiewe gedrag

Slagoffers dissosieer gewoonlik op verskillende wyses en maniere. Na afloop van die trauma moet daar veral op reaksies en gedrag gelet word wat abnormaal en ongewoon aan die spesifieke persoon is en dit moet ondersoek word – dit sou selfs met iets oënskynlik onskuldig soos boeklees of eetgewoontes verband kan hou (Schiraldi, 2016:loc.711).

Aspekte soos depersonalisering, dissosiatiewe terugflitse, amnesie, en derealisering sou as merkers kon dien mits ander moontlikhede soos mediese oorsake aan die orde sou wees (Schiraldi, 2016:loc.718-731):

- *Depersonalisering* – die slagoffer voel hulle is 'n buite-waarnemer. Hulle is daar maar afwesig. In depersonalisering voel slagoffers 'n skeiding tussen liggaam en gees. Die gebalanseerde en gesonde individu sou daarenteen teenwoordig, heel en ook as 'n eenheid voel.
- *Derealisering* – die slagoffer voel ontwrig en ervaar 'n onwerklikheidsgevoel. Die normaal voel ontspoor. Niks voel bekend en veilig nie.

- *Dissosiatiewe terugflitse* – traumaherinneringe word gestoor en dit word op 'n gereelde basis gesneller en ruk die slagoffer vanaf die hede tot binne in die oorspronklike trauma terug. Herinneringe is gewoonlik skielik en lewendig en die reaksie hou dikwels met die aktivering van onderdrukte trauma, wat nog nooit verwerk is nie, verband.
- *Amnesie* – sommige slagoffers vergeet al die detail ten opsigte van die trauma terwyl ander die mees stresvolle aspekte van die trauma vergeet. Dit lei daartoe dat talle van hierdie persone oor onvolledige weergawes van die oorspronklike verhaal beskik. In sommige gevalle is slagoffers se algemene kognitiewe vermoë negatief deur die trauma beïnvloed.

3.3.4. Emosionele verwonding

3.3.4.1. Wat is emosionele verwonding?

Emosionele verwonding ontstaan gewoonlik wanneer 'n intense traumatiese episode ervaar is met geen begeleiding daarna nie. Hierdie ervaring laat slagoffers met oorstuurde en uiters sensitiewe emosies. Namate die trauma al meer in die verlede in beweeg, mag dit gebeur dat negatiewe gedagtes en emosies afplat, maar telkens weer in die vorm van naskokke terugkeer met gepaardgaande negatiewe herinneringe en emosies (Schiraldi, 2016:loc.875; Goelitz & Stewart-Kahn, 2013:xi). Die pyn as gevolg van trauma kan vervolgens ook emosioneel, psigies of fisiologies wees (Travis, 2005:4, 22; Goelitz *et al.*, 2013:xi). Die algemene gevolge vir die slagoffer hou grootliks met die wyse verband waarop die brein uiteindelik die skok en naskok verwerk en uiteraard ook die mate van begeleiding al dan nie (Ogden *et al.*, 2006:loc.445).

3.3.4.2. Merkers ten opsigte van emosionele verwonding

Merkers vir emosionele verwonding sou byvoorbeeld aspekte soos depressie, verlaagde selfbeeld, gevoelens van hopeloosheid, skaamte, skuldgevoelens, gevoelens van verlies, tas-sensitiwiteit, pessimisme, emosionele afgestomptheid en 'n gebrek aan toekomsvisie kon wees (Briere & Scotte, 2015:loc.757-786). Tipiese angssimptome sou met oormatige bekommernis, hartkloppings, hiperventilasie, paniekaanvalle, fobies, engtevrees en kompulsiewe gedrag verband kon hou (Schiraldi, 2016:loc.908-920; Vermetten & Spiegel, 2014:1-3).

Onverwerkte trauma is geneig om 'n negatiewe impak op beweging, breinfunksie (geheue, redenasie, rasionaal, spraak, ens.), die psige (depressie, angs, vergeetagtigheid) en emosie (vrees, aggressie, haat, bekommernisse) te hê (Van der Kolk, 2015:loc.264; Amen, 2018:loc.706). Emosionele verwonding lei ook dikwels tot wantroue, geïrriteerdheid en emosionele uitbarstings terwyl slagoffers kwaad vir die hele wêreld kan wees (Schiraldi, 2016:loc.908-920).

3.3.5. Psigiese verwonding en trauma

3.3.5.1. Wat is psigiese verwonding?

Die Franse neuroloog, Jean Martin Charcot, wat met getraumatiseerde vroue gedurende die laat 19de eeu gewerk het, het bevind dat historiese uitbarstings weens trauma verlamming, geheueverlies, sensoriese verlies en stuiptrekkings tot gevolg het (vgl. Ringel & Baltimore, 2012:loc.159-168).

Charcot was die eerste navorser wat begryp het dat die oorsprong van historiese simptome nie primêr fisiologies van aard is nie, maar eerder sielkundig, en dat die verband tussen trauma en geestesongesteldheid baie nou verweef is (vgl. Ringel *et al.*, 2012:loc.168).

Trauma veroorsaak psigiese verwonding wat ook die uitvloeisel van ernstige fisiese beserings, siektes of pynlike mediese prosedures sou kon wees. Sulke psigiese verwonding word nie noodwendig altyd na afloop van trauma gediagnoseer nie omdat die simptome soms verskuil kan wees en daar ook ander minder opvallende aanleidende oorsake kan wees (Reyes *et al.*, 2008:20).

Diagnoses wat byvoorbeeld met angsversteurings, obsessiewe verwante afwykings en dissociatiewe versteurings verband hou dui gewoonlik op psigiese verwonding met akute fisiese- en geestesgesondheidsprobleme (Briere & Scotte, 2015:loc.633; APA, 2013:265). Hierdie veranderlikes word gewoonlik as trauma- en stresverwante versteurings geklassifiseer (APA, 2013:265).

3.3.5.2. Psigologiese spanning en mediese gevolge na trauma

Die berader en beradene moet in die algemeen van die volgende vier belangrike dimensies rakende die intervensieproses, biologies, sielkundig, sosiaal en geestelik,

bewus wees. Met hierdie onderskeiding in gedagte is dit gewoonlik makliker om die betrokke simptome te kategoriseer en ook vas te stel of daar moontlik ander oorsake is wat die betrokke toestand kompliseer. 'n Onderskeiding soos hierdie stel die pastorale berader ook in staat om eie grense van bevoegdheid te kan onderskei en ook te weet wanneer die beradene na ander dissiplines verwys moet word (Amen, 2018:loc.526).

Trauma kan vele simptomatiese naskokke tot gevolg hê waarvan mediese toestande een kan wees. 'n Voorbeeld sou wees wanneer iemand nie 'n probleem met diabetes voor 'n traumatiese ervaring sou gehad het nie, maar na afloop van die trauma wel (Crane, 2017:loc.8, 164-192). As die impak van trauma en die gevolglike PTSD abnormaal hoog is en vir lang tye sou voortduur, hou dit inderdaad gesondheidsrisiko's in waar daar liggaamlike simptome is, alhoewel die dieperliggende oorsake nie noodwendig liggaamlik van aard sal wees nie (Amen, 2017:loc.259; Coetzer, 2013:57).

Daar was reeds heelwat navorsing wat bevestig het dat intense trauma, as gevolg van hoë spanningsvlakke oor 'n uitgerekte periode, uiteindelik liggaamlike probleme tot gevolg kan hê. In hierdie verband is byvoorbeeld aangedui dat die ingewande emosie-regulerende neuropeptiedes³⁹ (*neuropeptides*) en reseptore bevat wat as gevolg van trauma, probleme in die spysverteringstelsel tot gevolg kan hê – dit kan ook maagsere en diarree insluit. Verder is dit ook so dat psigiese emosionele spanning eetlus kan demp of aanwakker en ook 'n invloed op die immuunstelsel kan hê (Goelitz & Stewart-Kahn, 2013:5).

Onderdrukking van emosionele spanning sluit ook risikofaktore in. Herstel en heling sal eers kan realiseer wanneer slagoffers bemagtig kan word ten einde alle trauma-emosies te kan verwerk en daar vervolgens algehele integrasie kan plaasvind (Goelitz & Stewart-Kahn, 2013:5). Dit is ook so dat die hantering van psigiese spanning slagoffers se geestelike, emosionele en mediese welstand kan verbeter. Daarom is dit so dat stres-reduksie in die algemeen tot fisieke welstand bydra aangesien oormatige

³⁹ Die belangrikste verskil tussen neuropeptiedes en neuro-oordragstowwe is dat neuropeptiedes stadig-werkend is en 'n langtermyn effek tot gevolg het terwyl neuro-oordragstowwe vinnig-werkend is en 'n korttermyn effek en reaksie tot gevolg het (Panawala, 2017:1)

spanning 'n aftakelende effek op algemene gesondheid kan hê (Goelitz & Stewart-Kahn, 2013:85).

3.3.5.3. Traumageheue en psigiese verwonding

Trauma plaas die hele neurologiese sisteem van die mens onder spanning – dit het neurochemiese en hormonale wanbalanse tot gevolg wat gedrag en optredes kan bepaal en gewoontevormend kan raak (Charney, 2004:195-196; Vermetten & Bremner, 2002:126).

Die kortikale proses stoor normaalweg geheue (Tysnes, 2009:58-62). Wanneer hierdie proses egter deur traumatiese en ontstellende gebeure onderbreek word, stoor die brein hierdie ontstellende herinneringe sintuiglik in die amigdala gedeelte van die brein. Die gebeure is nie vergete nie en kan enige tyd deur snellers geaktiveer en herroep word (Maxfield, 2019:63-89; Katirai, 2020:81-124). Terwyl normale geheue (eksplisiete geheue) in die hippokampus gedeelte van die brein gestoor word, word traumageheue (implisiete geheue) in die amigdala geberg en faktore wat hier 'n belangrike rol vervul, is die volgende (vgl. Goelitz & Stewart-Kahn, 2013:6; Siegel, 2001:67-94; Schiraldi, 2016:loc.1665, 7184-7185):

- *Snellers* – dit herinner gewoonlik die slagoffer aan die trauma wat in die amigdala deel gestoor lê en dit het normaalweg verskeie simptomatiesiese reaksies tot gevolg (Hollins, 2020:5; Schiraldi, 2016:loc.1665, 7184-7185).
- *Gewoontes* – dit hou met implisiete geheue⁴⁰ verband. Sou iemand byvoorbeeld probleme in die uitvoering van normale take na trauma ervaar, kan psigiese verwonding die dieperliggende oorsaak wees (Hollins, 2020:6).
- *Beloning* – dit hou met 'n aangename uitkoms verband waarheen die brein kan ontvlug en veilig voel. Belonings kan valse vorms van stabiliteit bring en is soms afbrekend. Tog kan dit ook 'n gesonde praktyk stimuleer en herstel, soos bewustelike kontemplatiewe bepeinsing, stilte, gebed en *lectio divina*, teweeg bring (Hollins, 2020:6).

⁴⁰ Implisiete geheue het hoofsaaklik met emosies en of fisiese sensasies te doen. Eksplisiete geheue daarenteen stoor gesonde feite, kennis en normale sosiale gebeure en ervarings (Haddock, 2001:loc.399-403).

Feitelike dokumentering van pynlike en traumatiese gebeurtenisse in die brein kan help om die trauma in die geheue georganiseerd te benoem, te boek te stel, en te berg en sodoende beheer oor die trauma en snellers te verkry – dit kan alles bevorderend tot 'n kalmer innerlike self wees (Siegel & Bryson, 2012:43).

3.3.6. Die heelbrein demensie en trauma

Die brein bestaan uit twee hemisfere, naamlik die linker en regter hemisfere. Hierdie twee dele van die brein verskil in funksionering, persoonlikheid en denkvoorkeure (Siegel & Bryson, 2012:26). Hoewel die twee dele verskillend is, is hulle nie afsonderlik nie en is hulle neurologies aanmekaar verbind en het mekaar nodig. Die linkere brein en die regterbrein versterk mekaar dus en is nie bedoel om afsonderlik te funksioneer nie. Die konsep van 'n heel-brein begin gevolglik by eenheid tussen die linker en regter hemisfeer (Siegel & Bryson, 2012:41).

Wanneer trauma plaasvind beskadig en verbreek dit dikwels die neurologiese bande tussen hierdie twee hemisfere (sien Bylaag B). Die linkere brein gee logiese orde aan emosionele en kreatiewe denkpatrone terwyl die regterbrein kreatiwiteit, sensoriese vaardighede, emosie en sorg verskaf (Siegel & Bryson, 2012:41-42).

Wanneer sterk emosies ervaar word, kan die linkere brein aangewend word om sin te maak van wat aan die gebeur is en kan dit ook die gebeure in 'n logiese volgorde rangskik ten einde verstaan te bevorder. Dit stel ook prosesse en oplossings sistematies aan die orde en evalueer situasies op 'n kritiese wyse (Siegel & Bryson, 2012:42-43).

Die regterbrein verteenwoordig die sintuiglike kant en help die linker hemisfeer om kreatief na oplossings en stabiliteit te soek. Die regterbrein dra ook die liggaamlike sensasies en rou emosies en artikuleer persoonlike ervaring (Siegel & Bryson, 2012:42-43).

Die brein sal in die algemeen voortdurend poog om sin vanuit oorweldigende ervarings te maak en terapeute kan hierdie proses bevorder deur die regter- en linkere brein saam te laat werk (Siegel & Bryson, 2012:43-44). Die heel-brein demensie vertolk 'n noemenswaardige rol in terme van pastorale intervensie en kreatiewe denke. Kennis met betrekking tot hierdie aspek maak die terapeut en beradene bewus van elke

individuele persoonlikheidstipe en breinvoorkeure – dit beklemtoon ook die feit dat elke individu in behoeftes, hanteringstyle, denke, emosies en interpretasie van mekaar verskil (Dunn, 2007:15-16, 18; Keifert & Granberg-Michaelson, 2019:90-91).

3.3.7. Die sensoriese dimensie en trauma

Sensoriese vaardighede vorm deel van die neurologiese sisteem en dra tot die interpretasie van gestoorde inligting by. Sensoriese vaardighede kan as't ware as die oor- en ooggetuies van die geheue beskryf word (Ayres, 2004:9).

Die brein, en spesifiek die breinstam, is 'n belangrike bron vir die kommunisering van versamelde inligting. Die weergee van sodanige inligting vind op verskillende maniere plaas omdat inligting in die linker en regter hemisfere verskillend verwerk word (Thelen & Smith, 2000:10).

Sensoriese vaardighede binne die konteks van die heel-brein demensie vertolk 'n baie belangrike rol in terme van verstaan en interpretasie. Wanneer trauma plaasvind word die sensoriese vaardighede gewoonlik, weens die skok, negatief aangetas (Thelen & Smith, 2000:10,27; Bundy & Murray, 2002:7; Annandale, 2013:40). Sensoriese en motoriese ervarings word veral deur die breinstam vertolk en deur die neurologiese sisteem oorgedra. Die tassintuig (gevoel en ervaring), die vestibulêre sisteme (gehoor en balans) asook ander sensoriese vaardighede vorm almal deel van die neurologiese sisteem (vgl. Bundy & Murray, 2002:10-14).

Elke sensoriese ervaring moet individueel geïnterpreteer en verstaan word terwyl elke sensoriese sisteem ook 'n belangrike bydrae, in terme van die geheel, het om te maak. Dit sou byvoorbeeld met die vraag na wat die oog gesien het verband kan hou? Hoe laat dit wat die oog sien die individu voel? Watter invloed het gevoelens op dit wat die oog sien? Wat is die invloed van hoor op gevoel en wat is die psigiese, fisiologiese en neurologiese gevolge van die hele proses? (Bundy & Murray, 2002:4, 10).

Die beradene of terapeut moet vervolgens elke sensoriese vaardigheid apart ontleed om sodoende begrip vir die geheel te bevorder (Dunn, 2007:76). Belangrike vrae in hierdie verband sal byvoorbeeld die volgende wees: *Wat het jy gehoor? Wat het jy gesien? Hoe laat dit jou voel?* Sensoriese vaardighede speel uiteraard 'n baie belangrike rol in kreatiewe laterale denke.

3.3.8. Trauma en sosiaal-maatskaplike gevolge

Sosiaal-maatskaplike werkers binne die konteks van geestesgesondheid het dikwels verskillende vorme van trauma te doen en binne hul konteks word trauma onder andere soos volg gedefinieer:

Trauma as an injury to the body or psyche by some type of shock, violence, or unanticipated situation, can be experienced first-hand or witnessed, and includes war, torture, child abuse and other domestic violence, life-threatening illness, serious accidents, and violent crimes, among others (Barker, 1999:492).

Die ideaal is dat sosiaal-maatskaplike werk as wetenskap deel van 'n multidissiplinêre intervensieproses (waarvan die pastoraat vervolgens ook 'n belangrike komponent is) sal wees. Trauma en krisis het gewoonlik 'n verskeidenheid van gevolge en slagoffers het daarom gewoonlik behoefte aan meervoudige en meerdoelige intervensie (Goelitz & Stewart-Kahn, 2013:3; Yehuda, 1999:34-39).

Die trauma rakende mishandeling van kinders kan byvoorbeeld tot onmiddellike en uitdagende langtermyn gevolge in terme van geestesgesondheid lei. Die gevolge van sodanige trauma kan lewenslange sosiaal-maatskaplike implikasies soos aanpassingsprobleme, lae selfbeeld, depressie, verhoudingsprobleme en so meer hê en in sulke gevalle is maatskaplike insette en monitering gewoonlik van kritiese belang. Sosiaal-maatskaplike insette en betrokkenheid versterk die pastorale intervensieproses en wil as wetenskap die welstand van individue bevorder (Goelitz & Stewart-Kahn, 2013:69-85;165).

3.4. KREATIEWE DENKE EN DIE AANVERWANTE WETENSKAPPE

3.4.1. Kreatiewe denke en kreatiewe laterale denke

Alhoewel laterale denke en kreatiewe denke ten opsigte van basiese vertrekpunte verskil, is dit nogtans nou aanmekeer verwant. Kreatiewe denke is na 'n bepaalde resultaat op soek terwyl laterale denke die proses wil bemiddel (Mans, 1977:104; De Bono, 2014:loc.1374).

Kreatiewe laterale denke neem kennis van die probleem, erken die bestaan daarvan, vul dit met waardevolle kennisinsette opsoek na uitkomst sonder om 'n obsessie met die probleem te vorm aangesien dit tot 'n verlamme denke sou kon lei (De Bono, 2015a:loc.349). DiYanni (2015:61-62) beskou die volgende konsepte as belangrik vir die kreatiewe laterale denkproses:

- *Intellektuele integriteit* – dit hou met die aanbied van feite verband. Integriteit behels respek vir amptelike en bewese feite al veroorsaak dit ongemak.
- *Intellektuele nederigheid* – daar is 'n besef dat kennis en verstaan baie ingewikkeld is en dat daar teen vooropgestelde idees gewaak moet word. Arrogansie en egosentrisme moet vermy word. Verdere kennis moet bekom word en prosesse en antwoorde is aan veranderlikes gekoppel.
- *Intellektuele deursettingsvermoë* – dit impliseer dat moeilike vraagstukke nie vermy word nie en dat ingewikkelde uitdagings deurgewerk word. Denke moet herevalueer word, geïnterpreteer word en geregverdig word. Die proses vra vir geduld.
- *Intellektuele moed* – toewyding moet oortuigings ondersteun selfs al is hierdie idees ongemaklik of in teenstelling met tradisionele konsepte.
- *Intellektuele empatie* – dit toon waardering vir perspektiewe en standpunte, selfs al word daar nie daarmee saamgestem nie. Intellektuele empatie behels ook bedagsaamheid soos vroeër in die hoofstuk, in terme van die konsep verstandige wysheid (*sagely wisdom*), beskryf (vgl. par 3.2).
- *Intellektuele outonomie* – dit verwys na natuurlike, verantwoordbare en oorspronklike denke. Elke individue is uniek in terme van denke.

Die verskil tussen laterale en vertikale denke is dat met vertikale denke logika in beheer van die brein en verstand is, terwyl met laterale denke logika in diens van die brein en verstand is (De Bono, 2015b:loc.11-13, 62).

Kreatiewe laterale denke ag die volgende eienskappe baie belangrik (DiYanni, 2015:62-63):

- *Duidelikheid*: duidelike redenasie.
- *Akkuraatheid*: akkurate feite wat redenasie substansieel ondersteun.
- *Presiesheid*: substansiële deursigtigheid op feite gebaseer.

- *Toepaslikheid*: is stellings, inligting, kennis en idees toepaslik en getoets?
- *Diepte*: ingewikkelde kwessie word nie vermy nie maar hanteer.
- *Breedte*: beperk engheid en verbreed kennis en perspektief.
- *Logika*: maak dit wat aangevoer word sin? Is daar teenstrydighede of leemtes?
- *Billikheid*: is die argument eerlik en billik teenoor alternatiewe perspektiewe en argumente?

3.4.2. Kreatiewe denke en psigologie

Psigologiese denke erken die feit dat elke individu hul eie kreatiewe denkpatroon handhaaf en dat elkeen se denke, interpretasie en verstaan uniek is en uniek gevorm is. In die psigologie word die benadering van psigometrie gevolg ten einde individuele kreatiwiteit te erken en te stimuleer (Heilman, 2005:loc.251). Hierdie benadering gee erkenning aan individualiteit en alternatiewe terapeutiese modelle ten einde die problematiek rakende trauma ook te kan hanteer. Hierdie benadering wil ook die individu se oorspronklike denke (natuurlike denke), vlotheid (vloei van denke en idees), buigsaamheid (verskeidenheid) en praktykgerigtheid bevorder (Heilman, 2005:loc.251-253).

Kreatiewe denke motiveer die individu tot verdiepende denke asook 'n meer grondige assessering van die probleem en feite. Soms is dit ook nodig om afstand tussen die probleem en die denke te verkry aangesien so benadering gewoonlik na helder momente, openbarings of oplossings lei aangesien die brein meer ontspanne, as gevolg van groter afstand, is (Ballester, 2019:loc.90-96; Perkins, 1981:40; Hawkins, 2019:loc.154-156).

Hawkins (2019:loc.154) verwys in hierdie verband na doelbewuste sielkundige afstand. Emosionele druk en fisiese druk plaas stres op die denksisteem met die gevolg dat die individu emosioneel vries of stol. Die handhawing van afstand stel egter die individu in staat om effektief waar te neem, op te tree en te organiseer of herorganiseer deur spontane natuurlike waarneming, interpretasie en begrip. Dit bevorder ook vlotheid van idees asook natuurlike veerkragtigheid (Perkins, 1981:173-174).

Die toepassing van hierdie beginsel rakende die handhawing van afstand kan ook baie nuttig in die kreatiewe denkproses wees aan pastorale intervensie gekoppel.

Kreatiewe denke in teorie en praktyk verbreed insig, versterk oorspronklike toepaslike veerkragtigheid en maak 'n reuse bydra tot psigologiese denke (Runco, 2007:84). Die psigologie van kreatiewe denke is ook daarop gerig om die gepaste oplossing in terme van die slagoffer se behoefte en persoonlikheid te vind (Siegel, 2011:947). In hierdie verband is dit ook belangrik om te verstaan dat voorkoming net so belangrik as die oplossing is. Beide aspekte dra tot die vestiging van doelgerigte denke, oplossings en voorkoming by (De Bono, 1996:loc.1253).

3.4.3. Kreatiewe dissosiasie

Eerstens impliseer kreatiewe dissosiasie dat die individu in totaliteit in ag neem sal word wanneer dissosiasie bestudeer word – dit wil sê biologies, sielkundig en maatskaplik (Maraldi & Krippner, 2013:566).

Tweedens impliseer kreatiewe dissosiasie dat die individu oor die verstandelike vermoë beskik om die oorweldigende impak van traumatiese gebeure te kan onderdruk en dus tydelik daarvan te ontvlug – die berader moet van hierdie tendens bewus wees. Kreatiewe dissosiasie kan egter ook beteken dat individue teen hulle natuur terugveg met die doel om uiteindelik negatiewe gedrag asook die trauma te oorkom (Maraldi & Krippner, 2013:567).

3.4.4. Kreatiewe denke en die heelbrein demensie

Soos reeds vermeld, bestaan die brein uit 'n linker- en regterkant en beide hemisfeer is belangrik vir gesonde en gebalanseerde funksionering (Siegel *et al.*, 2011:loc.119). Die linkerkant van die brein is meer analities, logies en lineêr terwyl die regterkant van die brein meer intuïtief, kreatief, ruimtelik, emosioneel, en ongestruktureerd is (Neethling & Rutherford, 2014a:241; Bathla, 2019:loc.499).

In terme van kreatiewe denke verdeel Neethling en Rutherford (2014a:241-244) die heelbrein in die volgende vier kwadrante waar L na die linkerbrein hemisfeer en R na die regterbrein hemisfeer verwys: L1 (wat na die linkerbokant van die brein verwys), L2 (wat na die linkeronderkant van die brein verwys), R1 (wat na regterbokant van die

brein verwys) en R2 (verwys na die regteronderkant van die brein; vergelyk Bylae B & F vir volledige dimensionele voorkeure). Die vier kwadrante hou met die volgende onderskeie kenmerke verband:

- L1 – simboliseer 'n analis en realis.
- L2 – simboliseer iemand wat van organiseer en reguleer hou.
- R1 – simboliseer iemand wat strategies dink, meer kreatief is en fantaseer.
- R2 – simboliseer iemand wat meer sosialiseer en meelewend is (Neethling & Rutherford, 2014a:241-244)

Al vier dimensionele voorkeure is in 'n mindere of meerdere mate in elke individu se persoonlikheid teenwoordig en is deel van die heelbrein dimensie. 'n Benadering op hierdie konsep gebaseer verbeter die intra- en interpersoonlike verhoudings en kan as kreatiewe instrument tot groot hulp vir die pastorale intervensieproses wees (Neethling & Rutherford, 2014a:245).

Hoewel die regterbrein en spesifiek R1 (vgl. Neethling & Rutherford se model, 2014a:246) die meer kreatiewe komponente van die persoonlikheid bevat, is die ander profiele (L1, L2 en R2) ook kreatief, maar net op ander wyses.

Kreatiewe denke impliseer om met 'n vars oog na die wêreld en na krisisse te kyk, en tegelykertyd ook die kuns te ontwikkel om bo omstandighede uit te styg. Kreatiewe laterale denke wil persoonlike natuurlike denke bevorder, eie natuurlike veerkragtigheid herontdek en ondersoekende denkprosesse en aksies stimuleer (Neethling & Rutherford, 2014a:246) (sien ook Bylae B & F).

Die potensiaal van die heelbreinbenadering bied verskeie voordele soos byvoorbeeld:

- 'n Verhoogde vlak van bewustheid.
- Verhoogde ondernemingsvermoë.
- Versnelde en effektiewe vordering.
- Verbetering van intra- en interpersoonlike verhoudings.

- Die ontwikkeling van intelligensie en visie.

Die heelbreinbenadering vervul ook 'n belangrike rol in die intervensieproses na trauma. Indien die berader die persoon se natuurlike voorkeur persoonlikheid verstaan, kan die beradene meer kreatief en effektief begelei word (Bathla, 2019:loc.207-223). Verder is dit so dat die heelbrein dimensie 'n basiese proses konsep-tualiseer wat sielkundige welstand bevorder (Siegel, 2001:67).

Bo en behalwe die feit dat die brein uit twee hoofdele bestaan, in vier kwadrante en in agt sub-demensies verdeel, verdeel dit ook in die volgende drie basiese dele: die breinstam, die limbiese stelsel en die korteks (sien Bylaag G). Die funksies van hierdie drie dele is die volgende:

- *Die breinstam* is verantwoordelik vir die regulering van funksies soos reflekse, die kardiovaskulêre stelsels en gevoelens van opwinding en vra die vraag, “*Is ek veilig?*”
- *Die serebellum* wat aan die breinstam gekoppel is, koördineer motoriese, emosionele en kognitiewe funksionering en vaardighede en vra die vraag, “*Is ek geliefd?*”
- *Die limbiese stelsel* verteenwoordig die ‘emosionele brein’ omdat dit die bron van drange, behoeftes en gevoelens akkommodeer. Die primêre funksies behels selfbehoud, die veg, vlug en vries reaksies en implisiete geheue, en vra die vraag, “*Wat kan ek hieruit leer?*”

Aanvullend en ondersteunend tot bovermelde drie areas is die *korteks en neokorteks* waar redenasie, kommunikasie en beplanning plaasvind (Siegel, 2001:67).

'n Ongesonde brein lei dikwels tot 'n ongesonde liggaam, gees en sosiale interaksie (Amen, 2018:560). Die uitspraak in Spreuke 18:14 verwoord iets van hierdie waarheid: “*As 'n mens liggaamlik siek is, kan 'n gesonde gees jou opbeur, maar as jou gees geknak is, hoe sal jy weer moed kry?*” (Lewende Bybel).

3.4.5. Kreatiewe denke en neuroplastisiteit

Gene vervul 'n belangrike rol in die vorming van persoonlikheid. Die ontwikkelings-sielkunde het egter aangetoon dat genetiese faktore nie die enigste invloed is wat menslike persoonlikheid en gedrag bepaal nie. Kennisinsette, dissiplines, emosionele ervarings asook die wyse waarop die brein tersiër ontwikkel word, het ook uiteindelik 'n deurslaggewende invloed op die individu se karakter en persoonlike voorkeure (Siegel & Bryson, 2012:loc.260).

Die brein is 'n ingewikkelde orgaan wat inligting versamel en stoor soos wat dit aan die brein aangebied word en al hierdie inligting het 'n vormende effek op die brein. Soos wat die mens se liggaam deur dieet, lewenstyl en gewoontes beïnvloed word, word die brein deur inligting en gebeure beïnvloed. Die intelligensie waarmee die brein gevoer word, bepaal ook uiteindelik die logika en dit is 'n bepalende faktor. Gesonde breinoefeninge en kennisinligting kan ook tot verbeterde breinfunksie lei wat weer natuurlike kreatiewe denke en veerkragtigheid kan stimuleer (Brooks, 2019:14-16).

Verder is dit so dat trauma kommunikasie steurnisse kan veroorsaak (Sien Bylaag B). Elke hemisfeer het sy unieke gawes en komponente wat mekaar ondersteun – probleme ontstaan egter wanneer kommunikasie tussen die linker en regter hemisfeer verhinder of versteur word (Badenoch, 2017:loc.165). Navorsing het ook aangetoon dat verbetering in neurale bane na 'n verbeterde lewenskwaliteit na trauma kan lei. Neuroplastisiteit, neuro-rehabilitasie en kreatiewe terapeutiese denke speel elkeen 'n belangrike rol in die geestelike en emosionele herstel van 'n traumaslagoffer (Raskin, 2011:210).

Ervarings en kennisinsette het 'n groot bepalende invloed op die ontwikkeling van die gees, emosionele en sielkundige welstand en daarom behoort die terapeut kennis van die invloed en traumageskiedenis van die individu te neem ten einde gesonder funksionering te bevorder – veral ook op neurologiese vlak (Siegel, 2001:67).

3.4.6. Emosionele kreatiewe denke

Wanneer daar met 'n individu in gesprek getree word, en die onderliggende emosies word verstaan, kan dit heel dikwels 'n verduideliking vir die persoon se gedrag bied (Bathla, 2019:loc.2583).

Emosionele kreatiwiteit word gedefinieer as die vermoë om oorspronklike, toepaslike en outentieke emosies wat ervaar is, weer te gee. Emosionele intelligensie wat deel van die konsep vorm, identifiseer die individu se vermoë om hul eie emosies te verstaan en onverhinderd weer te gee, te reguleer en positief aan te wend (Averill, 2005:225-243; Averill, 2009:249-257).

Met betrekking tot emosionele kreatiwiteit word daar veral op die volgende drie hoofareas van toepaslikheid gewys (Čábelková *et al.*, 2020:1; Averill, 1999a:342-371):

- *Paraatheid* – begrip ten opsigte van eie en ander se emosies.
- *Nuutheid* – die vermoë om emosies te ervaar, te identifiseer en weer te gee.
- *Egtheid* – die vermoë om emosies eerlik weer te gee en na die feit te kyk soos dit is.

Dit is belangrik om te verstaan dat, alhoewel kreatiewe denke, emosionele kreatiwiteit (EK) en emosionele intelligensie (EI) elkeen 'n onderskeie vertrekpunt het, hulle nogtans gesamentlik 'n bydrae in terme van pastorale krisisintervensie na trauma kan lewer. Emosionele intelligensie vestig stabiliteit deur die feite te korrigeer en dit stimuleer weer die kreatiewe proses. Kreatiewe denke bevorder oplossings terwyl laterale denke die proses, uitkomst en voorkoming fasiliteer (Mayer & Hanson, 1995:237-244).

Verder is dit so dat emosionele kreatiwiteit ook individuele natuurlike persoonlikheidstipes, gevoelens en gedrag akkommodeer (Ivcevic *et al.*, 2007:230). Die verband tussen emosionele gedrag en kreatiewe gedrag is aan emosionele uitdrukking gekoppel wat deel van produktiewe kreatiewe denke is omdat emosies gewoonlik kennisinligting bevat (Ivcevic *et al.*, 2007:230-231).

Trauma het baie gevolge waarvan emosionele ervarings een is en daarom is dit belangrik om kennis van elke individu se oorspronklike emosionele ervarings te neem omdat dit funksioneel as rigtingwyser met betrekking tot 'n faktor soos PTSV kan dien (Ivcevic *et al.*, 2007:230-231).

Emosies bevat inligting en vorm kennis en daarom is dit saam met sensoriese vaardighede die getuies en bevat dit belangrike antwoorde (Perkins, 1981:122-123).

Stilte, gebed en *lectio divina* vorm deel van so proses en so ook die kunste en ander middele wat spanning in die brein kan verlaag en funksionaliteit kan verhoog.

3.4.7. Kreatiewe denke en sensoriese vaardighede

Spearman (2019:141) wys op die feit dat die mens se brein oor die vermoë beskik om nuwe kennisinhoud kreatief in nuwe idees te kan omskep. Kreatiewe laterale denke is gevolglik van sintuiglike elemente soos hoor, sien en voel afhanklik. Gesonde sensoriese vaardigheid is daarom ook vir kreatiewe laterale denke belangrik (De Bono, 2004:loc.1170-1275). Sodra intensiteit verhoog, verskerp sensoriese vaardighede. Dit is ook so dat spesifieke sintuiglike ervarings geheue bevat en daarom is dit belangrik om die sensoriese vaardighede deur oefeninge soos die volgende te stimuleer (vgl. Runco 2011:5):

- *Visualisering* deur die slagoffer te vra wat hulle sien of voel.
- *Die gebruik van willekeurige woorde* wil die brein aanwakker, soos byvoorbeeld deur improvisasiepraktyke wat deesdae redelik algemeen is.
- *Bekende gebeure of figure* te neem en verskillende uitkomst daaraan te gee. Verskillende voorwerpe kan byvoorbeeld verskillende betekenis hê. 'n Sirkel is 'n sirkel maar in betekenis kan dit van individu tot individu verskil en daar is gewoonlik spesifieke redes daarvoor.

Elke segment bevat inligting wat 'n gebeurtenis of ervaring beskryf. Wanneer hierdie talle aksies saamgevat word, vertel dit die verhaal van 'n toneel wat besig is om af te speel. Daar is gewoonlik ook 'n weergawe van 'n reeks probleme wat dit opgelewer het en wat deur die individu oorkom is. Sensoriese vaardighede sou dus as die getuies van gebeure beskryf kan word (vgl. Runco, 2011:5).

Die rol wat menslike sintuie speel moet nooit onderskat word nie. Hulle bied gewoonlik substansie aan herinneringe en ervarings. Sulke sintuiglike aksies word deur Hollins (2020:77) soos volg beskryf:

- *Visuele sintuig*: waarneming en visuele indrukke.
- *Gehoorsintuig*: gehoor en klanke.
- *Tassintuig*: aanvoeling of fisiese aanraking.
- *Reuksintuig*: ervaring van geure.

- *Smaaksintuig*: probleme hier sou byvoorbeeld 'n eetversteuring tot gevolg kon hê.

3.4.8. Kreatiewe denke en natuurlike veerkragtigheid na trauma

Kreatiewe denke is in 'n groter mate deel van die mens se bestaan as wat in die algemeen besef word. Die mens word onwillekeurig tot kreatiewe denke deur middel van daaglikse verpligtinge, take en uitdagings gedwing. Dit kan met die hantering van krisisse, die ervaring van trauma of die uitvoer van gewone alledaagse take soos verwydering van vullis of die polering van skoene verband hou. Op hierdie wyse is daar daaglik honderde bewuste of onbewuste kreatiewe prosesse ter sprake (Perkins, 1981:40-41).

Wanneer slagoffers se normaal deur iets soos trauma versteur word, beïnvloed dit gewoonlik vlotheid van denke en val natuurlike kreatiewe denke dikwels plat, en daarmee saam natuurlike veerkragtigheid. Veerkragtigheid gaan oor die mens se natuurlike vermoë om 'n werklikheid soos trauma te kan absorbeer, hanteer en te oorkom (Bellet *et al.*, 2020:2).

Natuurlike veerkragtigheid is 'n geskape vaardigheid wat latent by almal aanwesig is – dit is egter so dat trauma die potensiaal hiervan kan aftakel (Siegel & Bryson, 2012:8-9). De Bono (2015b:loc.27) stel dat die menslike brein deur stimulasie die vermoë kan ontwikkel om enige probleem te oorkom en op hierdie wyse hul oorspronklike veerkragtigheid te kan ontdek. Alhoewel trauma, te midde van die sondegevalle realiteit elke dag 'n werklikheid is, is God se sorg en onderskraging ewig. God sal die nodige krag sowel as die middele voorsien om die krisis of trauma kreatief te kan hanteer (vgl. 1 Kor 10:13) (Wright, 2011:140).

3.4.9. Kreatiewe denke en pastoraat

Kreatiewe denke bied aan pastorale versorgers nuwe moontlikhede om by die ontwikkeling, lewenstyl en geestelike verryking van slagoffers betrokke te raak (Trotman, 2019:2).

Ten opsigte van pastorale krisisintervensie binne die konteks van laterale denke is dit belangrik dat beraders van die feit bewus sal wees dat daar nie net een manier is om

na 'n probleem te kyk nie (Michalko, 2001:loc.357) – daarom neem dit verskeie kennisinsette, idees, modelle, teorieë, praktyke en moontlikhede in ag. Kreatiewe laterale denke wil begin by die begin met 'n skoon bladsy aangaande die probleem, die individu se verstaan en vermoë, opsoek na oplossings en hanteringsvaardighede (De Bono, 1996:loc.1697-1703; 1706-1711).

3.4.9.1. Die 3P kreatiewe model en 3E subjektiewe welstandsmodel

Die 3P kreatiewe model en 3E subjektiewe welstandsmodel is oorspronklik deur Adore'e Durayappah (2010:1) ontwikkel en dit steun op verskeie saamgevoegde bestaande teorieë en huidige navorsingsresultate. Die basiese oogmerk hiervan is om die individu se welstand en welsyn te bevorder. In die lig van die voorafgaande bespreking is dit belangrik om ook van hierdie benadering kennis te neem aangesien daar 'n groot aantal raakpunte en parallele is wat wedersyds aanvullend is.

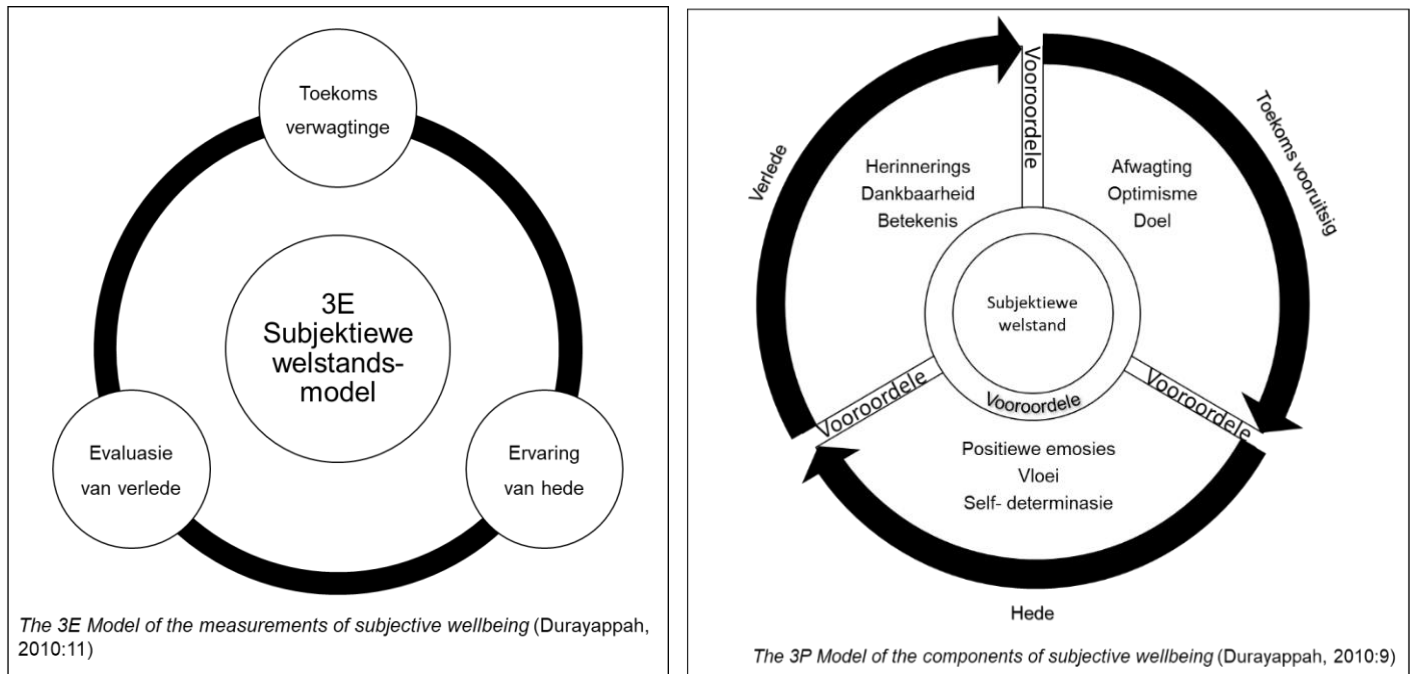
Hierdie welstandsmodel beskryf die temporele toestand van die individu in die hede, die verlede en die individu se vooruitsig en toekomsverwagting. Die model dui aan hoe elke toestand onderskeidelik geëvalueer moet word en tegelykertyd deel van die geheel binne die welstandsmodel vorm. Verder toon dit ook aan in watter mate subjektiewe welstand deur kognitiewe vooroordele en persepsies beïnvloed word (Durayappah, 2010:1).

Wat die benaming van die model betref, dui die 3P's op: *Present, Past, and Prospect (future)* (Durayappah, 2010:1).

Die 3E-model (subjektiewe welstandsmodel), beklemtoon individuele verstaan, individuele ervaring en natuurlike individuele begrip en refleksie. Hierdie verstaan is uiters belangrik omdat individue die ervaringskonstrukte gebruik om die toekoms grotendeels af te lei vanuit ervarings uit die verlede en die hede (Durayappah, 2010:23). Hierdie benadering help die individu om kreatief, vars, 'n nuwe blik te kry op die verlede, hede en toekoms en God se betrokkenheid. Hierdie uitkyk wek vertroue en laat die individu uitreik na die toekoms en omhels die vooruitsig al is hulle verwond – dit bring hoop (Keifert & Granberg-Michaelson, 2019:23, 118).

Die 3 E's staan vir: "...**evaluation**, to understand our **experience** and use this information for **expectations**..." (Durayappah, 2010:23).

Figuur 9: Die 3E en 3P modelle.



Die 3P en 3E modelle is as kreatiewe laterale hulpmiddel geïntegreerd en besorg oor die welstand van die individu en dit sluit ook by die essensie van pastorale intervensie as model aan wat welstand en welsyn gerig is. Verder wil die model stabiliteit bevorder deur die skep van 'n toekomsverwagting, die bevordering van 'n gevoel van veiligheid (hede), en die vestiging van 'n beskermingstrategie (teen dit wat voorheen gebeur het). Verder wil dit ook die individu toerus om op 'n effektiewe wyse die hede en verlede se nagevolge te bestuur (Durayappah, 2010:30). Gewond maar geïnspireerd opsoek na 'n nuwe toekoms (Keifert & Granberg-Michaelson, 2019:110).

Wat hierdie model as geheel betref, wil dit eerstens objektiewe feite verifieer en subjektiewe faktore bestuur terwyl dit in die evalueringsproses ontslae wil raak van toksiese vooroordele en persepsies. Tweedens neem die model ook kennis van die heilbrein demensie (persoonlike natuurlike voorkeure) asook tydelike voorkeure wat deur die individu as oorlewingsmeganisme geskep is. Derdens maak hierdie model ruimte vir aanpassings en die implikasies daarvan (Durayappah, 2010:30).

3.5. STILTE, GEBED EN *LECTIO DIVINA* EN DIE AANVERWANTE WETENSKAPPE

3.5.1. Neuroplastisiteit en pastorale geestelike sorg (stilte, gebed en bepeinsing)

Die menslike brein het die vermoë om te groei, aan te pas, en te verander en die neuro-sisteem beskik oor die struktuur om hierdie proses te ondersteun. Hierdie ontwikkeling is ook nie slegs tot die vormingsjare beperk nie maar die potensiaal vir neuroplastisiteit strek oor die hele lewensiklus van die mens (Bingaman, 2014:10; Siegel, 2011:5).

Funksionele plastisiteit vind plaas wanneer die brein op 'n spesifieke denkpatroon gefokus is, hetsy positief of negatief (vgl. Kandel 2013:9). Langtermyn blootstelling aan intense gebeure kan gevolglik aanleiding tot anatomiese en biologiese veranderings gee, insluitend die inperking van bestaande sinapse en die stimulering van nuwes. Weereens kan ontwikkeling negatief of positief wees (Kandel, 2013:37).

Implementering van die konsep van neuroplastisiteit kan 'n besondere bydrae tot pastorale sorg maak en dit is belangrik dat pastorale beraders ingelig ten opsigte van hierdie dissipline sal wees (Bingaman, 2014:10). Neuroplastisiteit binne die konteks van kontemplatiewe geestelike oefening het 'n bepaalde invloed op sekere areas van die brein veral wat spanning en angs betref (vgl. Newberg, 2009:50) en in die begeleiding van beradenes sal daar in hierdie verband veral op die amigdala area van die brein gefokus word.

Die amigdala is in die temporale lobbe van die brein geleë en is deel van die limbiese stelsel. Alhoewel 'n sekere hoeveelheid natuurlike amigdala aktiwiteite nodig vir menslike oorlewing is, is 'n ooraktiewe limbiese stelsel sielkundig en medies ongesond (vgl. Newberg, 2009:50). Newberg (2009:50) toon egter aan dat daaglikse kontemplatiewe geestelike oefening soos gebed en bepeinsing 'n ooraktiewe amigdala kan kalmeer. Daar word ook gewys op die resultate van skanderings wat voor en na tye van gebed en geestelike bepeinsing gedoen is, dat sekere neurologiese veranderinge binne die kontemplatiewe brein plaasgevind het en dat die funksionering daarna anders was as wat normaalweg die geval is. Hierdie getuienis het die hipotese bevestig dat gebed en bepeinsing tot 'n kalmer brein kan bydra. Hoe meer daar oor 'n

situasie bepeins en gebed word, hoe kalmer raak die brein, hoe meer kreatief funksioneer dit en hoe groter die veerkragtigheid. Dieselfde resultate is ook van toepassing ten opsigte van *lectio divina*.

Die gereelde beoefening van kontemplatiewe gebed en bepeinsing (*lectio divina*) kan mettertyd nuwe neurologiese netwerke in die brein vorm. Davidson (2012:205) is van mening dat hoe meer gedagtes langs neurale weë met verlaagde angs beweeg, hoe groter die kans dat slagoffers positiewe veerkragtigheid kan ontwikkel.

Die konsep en tegniek '*mindfulness*' of '*mindful awareness*' is volgens Davidson (2012:173) ook nou met bovermelde standpunte verweef. Hier is die fokus veral op 'n slagoffer se eie persoonlike gedagtes en gevoelens sonder die inmenging van 'n nie-oordeelkundige derde party (Davidson, 2012:173). Bepeinsing en geestelike meditering skep vervolgens ook die geleentheid vir '*mindfulness*'. Met behulp van hierdie benadering beveg en weerstaan die slagoffer en berader nie 'n angstige gedagte of gevoel wat ontstaan het nie maar laat dit eerder toe om sy gang te gaan. Ervarings word dikwels deur angstige reaktiwiteit en inmenging gekaap en daar word vervolgens terug gedeins vanaf die gevoel. Hierteenoor wil die benadering van '*mindfulness*' eerder die gevoel of vraag konfronteer, hanteer en uiteindelik verwerk (Davidson 2012:201). Net soos in die geval van kreatiewe denke wil neuroplastisiteit dus nie die komplekse episode vermy nie – intendeel wil dit deur gefokusde geestelike sorg en geduld die verstand gebruik om die brein te verander deur van gevestigde toksiese vooroordele ontslae te raak en dit met goeie gebalanseerde beginsels en konsepte te vervang (Bingaman, 2014:21).

In die lig van bovermelde bespreking is dit dus duidelik dat pastorale en kliniese praktisyns wat met beradenes werk by wie daar hoë vlakke van stres en angs manifesteer, deur kontemplatiewe gebed en gefokusde geestelike bepeinsing die denke van sulke persone, deur middel van die vestiging van gesonde kennisinsette, kan transformeer en vernuwe (Bingaman, 2014:21; Keifert & Granberg-Michaelson, 2018:57). Kontemplatiewe gebed, stilte en bepeinsing kan dus 'n positiewe uitwerking op angs en stres in die brein hê. Hierdie paradigmaskuif van 'n toespitsing op verhoogte geestelike kontemplatiewe praktyk gee aan die Gees van God die

geleentheid om die brein nuut te programmeer en te herstruktureer (Rom 15:13⁴¹). Dit vind bewustelik in samewerking met die individu en die berader plaas (Bingaman, 2014:121). Iets van hierdie Goddelike werking word in Romeine 12:2 verwoord:

Julle moenie aan hierdie sondige wêreld gelyk word nie, maar laat God julle verander deur julle denke te vernuwe. Dan sal julle ook kan onderskei wat die wil van God is, wat vir Hom goed en aanneemlik en volmaak is.

Beradenes word aangemoedig om uiteindelik op hul eie al meer tussen beradingsessies hierdie geestelike kontemplatiewe praktyk met die klem op gebed, stilte en bepeinsing te beoefen ten einde persoonlike vordering te stimuleer (Bingaman, 2014:122). Dit wat tussen sessies gebeur is net so belangrik as dit wat in die sessie gebeur en daar moet ook in gedagte gehou word dat die brein nie van nature geneig is om rustig en in rus te wees nie – daarom sal dit 'n rukkie neem voordat individue daarin slaag om daaglikso bepeinsingspraktyk gevestig te kry (vgl. Siegel, 2007:283; Keifert & Granberg-Michaelson, 2019:57, 81).

3.5.2. Neuroplastisiteit, '*neurosculpting*' en God

God wat die lewe, gesondheid en geluk skenk, wil individue bemagtig om hul lewe kreatief na trauma-episodes en krisisse te herstel en gevolglik het Hy aan hulle die vaardigheid, toerusting en breinpotensiaal gegee om dit te kan verwesenlik (Jennings, 2017:26).

As gevolg van trauma en emosionele verwonding is slagoffers gewoonlik tot 'n totale herevaluering van sisteme, teorieë, praktyke, geloofsisteme, filosofieë asook hul totale lewensbenadering geneig. Hierdie herevaluasie veroorsaak in talle gevalle intense geloofs- en morele krisisse. Christene voel soms dat God ver verwyderd is of dat Hy hulle verlaat het. Hulle is dikwels kwaad vir God, teleurgesteld en verwerp en voel ook asof God hulle straf (Coetzer, 2013:37-38, 54).

⁴¹ "Mag God, die bron van hoop, julle deur julle geloof met alle vreugde en vrede vervul, sodat julle hoop al hoe sterker kan word deur die krag van die Heilige Gees!" (Rom 15:13: 1953 Vertaling).

Jennings (2017:9) stel in hierdie verband die vraag: Maak slagoffers se siening van God regtig saak? Dit maak saak, meer as wat die mens besef, omdat God inderdaad in staat is om 'n traumaslagoffer tot herskepping en restourering van hul lewe te kan begelei. Omdat mense beheer oor hul denke en denkpatrone het, en hierdie denkpatrone weer 'n radikale invloed op hierdie mens in totaliteit het, is dit so dat die denke grootliks tot genesing of tot aftakeling kan bydrae. Om aandag aan die neuro-sisteem van die mens te skenk impliseer gevolglik om aandag aan God en dit wat Hy geskape het te skenk (Jennings, 2017:296).

Die mensdom is deur God na God se wese geskape. Daarom is kontemplatiewe tyd met God belangrik omdat God die ontwerper van kreatiewe denke, die neuro-sisteem, neuroplastisiteit en die heel-brein demensie is. Om die menslike brein te verstaan is dit gevolglik belangrik om die ontwerper hiervan te raadpleeg. Jennings (2017:22) meen dat tyd met die Skrif (*lectio divina*), tyd in die natuur (stilte en gebed) en tyd met God lewensveranderend kan wees in terme van dit wat daaruit kan voortspruit.

Bewustheid (*mindfulness*) in samewerking met kontemplatiewe bepeinsing word deur Roemer en Orsillo (2009:94) as 'n vorm van 'pouse-terapie' beskryf waartydens praktisyns slagoffers begelei om as't ware 'n ruspose tussen hul onderskeie emosionele reaksies, die spesifieke probleem en hul gedrag te neem. Dit is tydens hierdie rusposes wat daar ontmoetings tussen God, die slagoffer en die berader plaasvind (Keifert & Granberg-Michaelson, 2019:75, 111). Deur slagoffers te help om sulke kontemplatiewe pouses te neem sal daartoe bydra dat die amigdala-hippokampus oorreaksies afplat en kalmeer. In geestelike terme impliseer dit die neem van 'n 'heilige poue' waar die Heilige Gees die ruimte gegun word om harte en gedagtes met Goddelike vrede, rus en wysheid te vul (vgl. in hierdie verband Ef 2:14-21). In die proses ervaar individue God dan ook nie meer as ver nie, maar blywend teenwoordig en deel van die helingsproses (Bingaman, 2014:113-115; Keifert & Granberg-Michaelson, 2019:103).

Binne die konteks van die onderskeie bevindinge binne die neuro-wetenskappe (soos tot dusver aan die orde gestel) word slagoffers gevolglik tot daaglikse kontemplatiewe geestelike bepeinsing, gebed en Skrifbestudering aangemoedig. In die proses leer hulle om ervarings te verwerk en te hanteer, eerder as om dit te vermy. Hierdie benadering wil slagoffers dus bemagtig om angstige gedagtes en gevoelens te kan

identifiseer en daarop bedag te wees, eerder as om dit te ontken, beveg of daarvan weg te vlug (Bingaman, 2014:8).

Aansluitend by die bespreking tot dusver is dit ook belangrik om kennis van die konsep van '*neurosculpting*' te neem soos oorspronklik deur Wimberger (2015:loc.119) geformuleer. Hiermee word gepoog om die skeppende aard van neuroplastisiteit te beskryf en dit wil slagoffers help om na 'n plek van emosionele en geestelike oorwinning te beweeg. Hierdie proses word gefasiliteer deur die brein toe te laat om nuwe vormingswerk te doen en as't ware deur praktiese bepeinsings en akkurate en gesonde kennis insette nuut te skep. Die basiese uitgangspunt van '*neurosculpting*' is dus daarop gefokus om 'n heel mens met 'n heel brein en 'n heel lewe te bevorder. Deur hierdie proses leer slagoffers om as't ware hul gees te beliggaam, hul fisiologie te verstaan, te ontdek dat hulle tot veel meer in staat is en om hul hoogste self deur agente te kan bereik en argitekture van hul eie lewens met die hulp van die Heilige Gees te wees. Tydens hierdie proses is logiese rede nie die hoof inisieerder nie maar is dit inderdaad kreatiewe laterale denke en dit laat die individue toe om net hulself te kan wees en die natuurlike self te artikuleer (vgl. Wimberger, 2015:loc.128-132).

Daar kan vervolgens gestel word dat die samevoeging van die volgende elemente, waar daar sterk op kontemplatiewe bepeinsing in die hantering van krisisse geleun word, gesamentlik individue sal kan begelei om hul lewens na trauma en krisisse te herskep deur die brein met gesonde kennisinsette te voed (Wimberger 2015:loc.178):

- *Neurosculpting*.
- Stilte, gebed, *lectio divina*.
- Kreatiewe denke.
- Die basiese beginsels van neuroplastisiteit.
- Pastorale intervensie.
- Tersaaklike insette vanuit die geestesgesondheidswetenskappe.

Hierdie beginsels stem grootliks met Skriftuurlike uitgangspunte ooreen en word in 'n sekere sin reeds eeue lank deur God in sy omgang met mense gebruik. Die mens, menslike kennis en menslike genesing is feilbaar. Die perfekte wysheid behoort aan God alleen en Hy is Skepper en Geneesheer. Om God lief met die hart en verstand te

hê, is gevolglik 'n manier om dieper in die geheimenis van God en God se skepping te delf (Osmer, 2008:84).

Lawrence (2004:1-10) beskryf *neurosculpting* en neuroplastisiteit as inherent deel van die mens se wese en dus 'n wesentlike inherente krag – dit hou ook met “*the practice of the presence of God*” verband. Gebed is om God te geraadpleeg terwyl bepeinsing is om te luister na wat God openbaar en te vind dat Hy inderdaad teenwoordig is. *Neurosculpting* en neuroplastisiteit kan gevolglik as 'n kreatiewe, skeppende, modaliteite beskryf word wat geestelik gerig is met die doel om die konsep van 'n heel mens en 'n heel brein met die hulp van die Heilige Gees en Sy genesende en skeppende krag te bevorder.

3.6. VOORLOPIGE MERKERS MET DIE OOG OP 'N PASTORALE MODEL

In hierdie hoofstuk het 'n verdere aantal belangrike komponente ter aanvulling van die voorlopige pastorale model na vore gekom soos reeds aan die einde van hoofstuk 2 geformuleer en in die bespreking wat volg word hierdie komponente kortliks aan die orde gestel. In hierdie verband is dit belangrik om op die feit te let dat die aspekte van stilte, gebed en *lectio divina* uiteindelik deel van elke proses en stap van die voorgestelde model in 'n mindere of meerdere mate vorm. Die beradene word ook begelei en gemotiveer om tussen die onderskeie stappe self die beginsels van stilte, gebed en *lectio divina* toe te pas. Die model deel voorlopig in die volgende vier prosesse en tien stappe op:

Proses 1: Hanteer die vraag: *Wat is besig om te gebeur, of wat het gebeur, of wat is die behoefte?*

Stap 1: Vastelling van behoefte of probleem na trauma.

Bekendstelling aan stilte en gebed vorm hier deel van die intervensieproses – dit sluit in die aktivering van emosionele kreatiewe denke asook die implementering van die 3P en 3E model (veiligheid, stabiliteit, beskerming).

Stap 2: Waarneming, ontleding en formulering van die behoefte of probleem na trauma.

Afgesien van stilte, gebed en emosionele kreatiewe denke wat basies deel van elke stap is, val die klem hier in besonder op die konsep en beginsels van neuroplastisiteit, die 3E model en in besonder ook die eerste kennismaking met die beginsels van *lectio divina*.

Proses 2: Hanteer die vraag: *Waarom gebeur wat gebeur met die individu?*

Stap 3: Hier is die fokus in besonder op die hantering en toepassing van Neethling en Rutherford (2014a:241-246) se heelbrein dimensie en dimensionele voorkeure.

Stap 4: Hier val die klem op 'n beskrywing en formulering van alle beskikbare inligting aangaande die individu en die belewenis van die betrokke traumatiese gebeure. 'n Emosionele en traumatydlyn sal ook hier aan die orde kom. Die konsepte van stilte, gebed en *lectio divina* raak in hierdie stadium in steeds toenemende mate deelnemende gespreksgenote.

Stap 5: Hier val die klem op die gebruikmaking van aanverwante hulpbronne en dissiplines indien nodig, soos byvoorbeeld insette vanaf 'n neuroloog, psigiater, arbeidsterapeut, mediese praktisyn, en so meer.

Proses 3: Hanteer die vraag: *Wat behoort te gebeur?*

Stap 6: Hier is die fokus op kreatiewe rusposes weg van die probleem met die klem steeds op die konsepte van stilte, gebed en *lectio divina*.

Stap 7: Ondersoek en formuleer beskikbare en geselekteerde traumaverwante inligting, persoonlike inligting en evaluering van alle objektiewe feite. Verder kom die konsepte van neuroplastisiteit, '*mindfulness*' en '*neurosculpting*' ook hier aan die orde.

Stap 8: Hier word verder in diepte op die konsep van '*neurosculpting*' en die formulering van moontlike oplossings met inagneming van die 3P en 3E model asook die heelbrein demensie gefokus.

Proses 4: hanteer die vraag: *Wat behoort te verander?*

Stap 9: Hier realiseer die geboorte van nuwe idees en moontlikhede ten einde die probleem mee te hanteer.

Stap 10: Hier vind die identifisering van belangrike elemente plaas waarmee voortaan gewerk sal word terwyl die mees effektiewe oplossings geïdentifiseer word en tersaaklike feite en hanteringsgereedskap met betrekking tot die spesifieke beradene verpersoonlik word.

Die fyner detail met betrekking tot die bovermelde 10 stappe sal later in hoofstuk 5 by die finale formulering van 'n pragmatiese model bespreek word.

3.7. SAMEVATTING

Met die hulp van Osmer se interpretatiewe taak is sekere belangrike en tersaaklike tendense vanuit die aanverwante wetenskappe met betrekking tot die onderhawige studie geïdentifiseer en ondersoek.

In hoofstuk twee was die deskriptiewe vraag gestel: *Wat is besig om te gebeur?* In die beantwoording van hierdie vraag is aangedui dat traumaslagoffers hulself in 'n krisis as gevolg van trauma en die nagevolge daarvan bevind en dat daar intense behoefte aan pastorale ingryping is.

In hoofstuk drie het Osmer se interpretatiewe taak aan die orde gekom met die vraag: *Waarom is dit aan die gebeur?* Hierdie twee vrae asook die vrae wat in hoofstukke vier en vyf aan die orde kom, sluit baie nou by kreatiewe laterale denke as hulpmiddel tot pastorale en krisisintervensie aan.

Die feit dat kreatiewe denke 'n onontbeerlike rol binne die pastorale begeleidingsproses deur middel van kennisinsette vanuit die aanverwante wetenskappe kan vervul, het baie duidelik geblyk. Op prakties-teologiese gebied is daar in hierdie verband ook op die drie tersaaklike geloofsdissiplines, naamlik stilte, gebed en *lectio divina* en die toepaslikheid hiervan met betrekking tot die begeleiding van getraumatiseerde en emosioneel verwonde persone gelet. Dit het duidelik geblyk dat hierdie drie

modaliteite 'n wesentliche bydrae in die bestuur van trauma, krisis en gepaardgaande naskokke kan maak.

In hierdie hoofstuk het dit ook al meer duidelik geword hoe Osmer se navorsingsmetodiek en kreatiewe laterale denke oorvleuel en inderdaad ondersteunend tot die tema van hierdie studie is. Beide hierdie benaderings bevorder gesonde natuurlike nadenke sonder vooropgestelde idees.

Die ontginning van konsepte soos emosionele kreatiewe denke en kreatiewe dissosiasie het ook geblyk besondere diepte aan die onderhawige studie te verleen. Aansluitend hierby is daar ook kennis van konsepte soos dissosiasie en trauma, die psigiese uitwerking van trauma op die individu asook traumatiese mediese en sosiale gevolge geneem. Dit het verder tot die ondersoek van verdere belangrike en tersaaklike praktiese teorieë soos dié van neuroplastisiteit, '*neurosculpting*', die neurologiese sisteem en die effek daarvan op die getraumatiseerde brein gelei. Daar is ook dieper op die aspek van persoonlike en natuurlike individualiteit gefokus asook die feit dat die menslike brein nie slegs uit twee hemisfere bestaan nie maar dat daar inderdaad 'n veel groter demensie is om van kennis te neem. Gekoppel hieraan het geblyk die konsep van die heelbrein demensie belangrik te wees aangesien dit 'n beduidende bydrae in terme van die mens se natuurlike voorkeure lewer en ook wat pastorale intervensie betref.

Verder het geblyk dat kreatiewe laterale denke as pastorale hulpmiddel 'n analitiese, funksionele, rekonstruktiewe, skeppende en ondersteunende rol kan vervul. Begrip ten opsigte van die asimmetriese brein is hier belangrik asook die feit dat elke individu in persoonlikheid verskil. In die pastorale intervensieproses moet al hierdie werklikhede ten volle geakkommodeer word. Dieper insigte soos hierdie kan die beradene en berader tot meer begrip en perspektief ten opsigte van innerlike worsteling en emosionele steurings lei.

Vanuit hierdie hoofstuk het verder geblyk dat geloof en kontemplatiewe geloofsdissiplines soos stilte, gebed en *lectio divina* 'n beduidende rol in die herstel en heelwording van traumaslagoffers kan vervul aangesien modaliteite soos hierdie kreatief, psigies sinvol en neurologies geartikuleerd is. Aansluitend hierby het die belangrikheid van die benadering van '*mindfulness*' ook duidelik geblyk. Dit beklem-

toon die feit dat die traumatiese episode nie ontwyk moet word nie maar eerder ontmoet, oorkom en voorkom moet word en dit sluit by die basiese uitgangspunte van kreatiewe laterale denke aan. Kreatiewe denke bevorder inderdaad alle terreine, hetsy dit psigies, neurologies, medies, emosioneel, kognitief, finansieel of relasioneel is.

Die navorsing binne hierdie hoofstuk het ook tot 'n dieper bewustheid aangaande die slagoffer se persoonlike ervaring gelei en dat daar met groter omsigtigheid in die intervensieproses te werk gegaan moet word. In hierdie verband wil kreatiewe denke se praktykgerigte fokus die proses na herstel verbeter en uiteindelik voorkoming bevorder.

Laastens het vanuit hierdie hoofstuk as geheel geblyk dat daar 'n steeds groter mate van bewuswording binne die geestesgesondheidswetenskappe ten opsigte van die feit is dat daar 'n groot mate van ooreenstemming asook parallele en raakpunte tussen pastorale intervensie en hierdie wetenskappe is, en dat dit daarom noodsaaklik is om voortaan in 'n groter mate hande te vat en multidissiplinêr saam te werk.

DIE NORMATIEWE TAAK

'N SKRIFTUURLIKE BASIS MET BETREKKING TOT STILTE, GEBED EN *LECTIO DIVINA* AS KREATIEWE HULPMIDDELE VIR PASTORALE INTERVENSIE NA TRAUMA

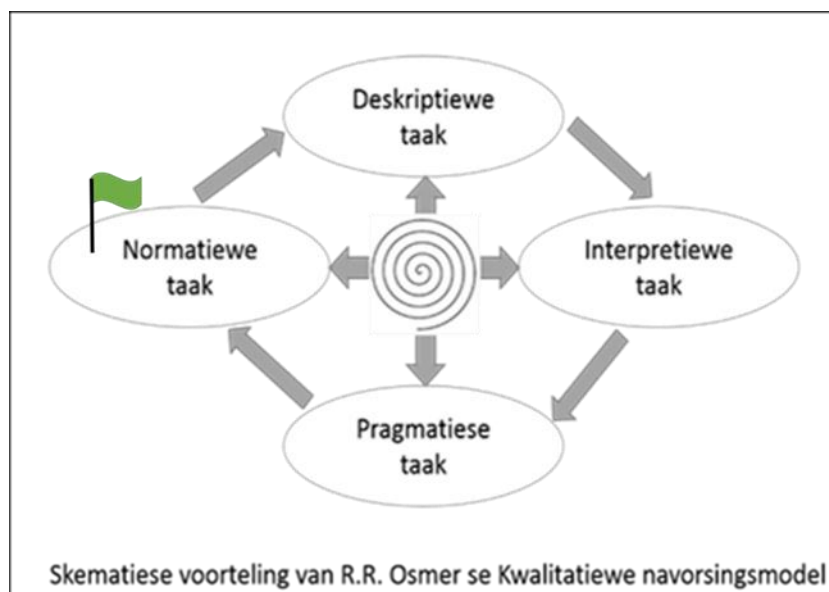
HOOFSTUK 4

4.1. INLEIDING

In hoofstukke 2 en 3 is die deskriptiewe vraag, “*wat is aan die gebeur*” en die interpreterende vraag, “*waarom is dit aan die gebeur*” hanteer. Hoofstuk 4 hanteer die normatiewe taak wat op die vraag: “*wat behoort te gebeur*” fokus (Osmer 2008:4)?

Hierdie taak fokus hoofsaaklik op Bybelse perspektiewe aangaande stilte, gebed en *lectio divina* as kreatiewe hulpmiddele in die pastorale intervensieproses na trauma. Verder val die klem ook op neuroplastisiteit as Bybelse beginsel en dit wat 'n kontemplatiewe neuro-wetenskaplike geestelike benadering as terapeutiese hulpmiddel sou kon bydra. Die normatiewe taak wat hier aan die orde is, kan skematies soos volg voorgestel word (Osmer 2008:11):

Figuur 10: Osmer en die normatiewe taak.



4.2. METODOLOGIE

Osmer (2008:131) beskryf die normatiewe taak aan die hand van drie modusse:

- *Teologiese interpretasie* – dit gaan oor teologiese Bybelse besinning rakende 'n bepaalde episode, situasie en konteks.
- *Etiese refleksie* – hier is die klem op die gebruik van die Skrifteks en eksegeses om oor etiese beginsels rakende die betrokke studieveld te besin.
- *Teologiese begroning* – hier word op Bybelse riglyne vir teorie en praktyk gefokus.

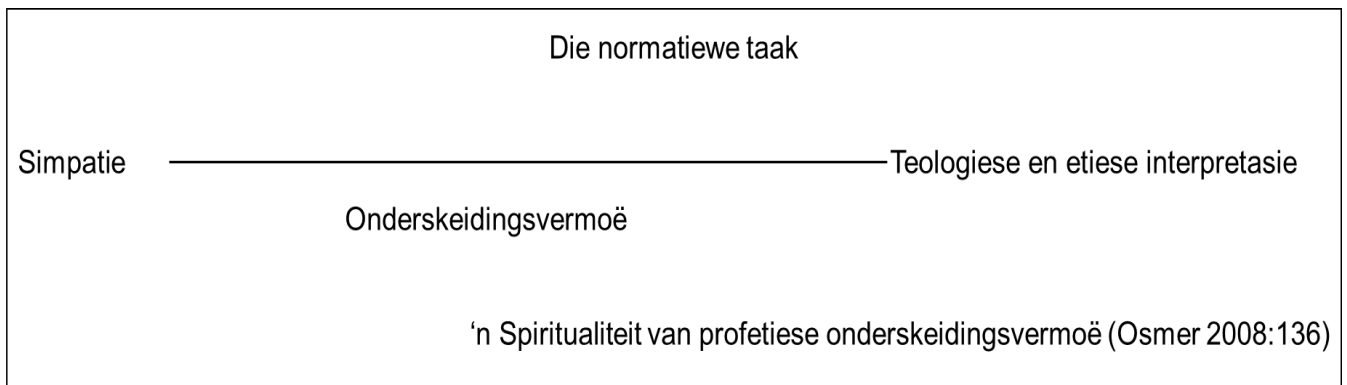
Die normatiewe taak wil konsepte, tendense, teorieë en praktyke vanuit 'n teologiese ondersoek aan die orde stel deur van goeie Bybels-Reformatoriese praktykgerigte eksegeses gebruik te maak (vgl. Osmer 2008:4).

Osmer (2008:133) verwys ook na hierdie taak as 'n profetiese taak wat tussen 'n wêreldse benadering en God se benadering wil onderskei. In die proses vervul God en Sy Woord 'n baie belangrike rol deurdat dit as die primêre bronne dien om stilte, gebed en *lectio divina* as kreatiewe hulpmiddelle vir pastorale krisisintervensie mee te ondersoek en te begrond. Hierdie proses vind onder die leiding van die Heilige Gees plaas en is verder ook op aanverwante toepaslike literêre bronne gefokus (De Klerk & Van Rensburg, 2005:3,11).

Die profetiese amp beklemtoon God se gesaghebbende betrokkenheid, deur Sy Woord en Gees, aangaande 'n bepaalde taak – binne die teologiese eksegetiese proses is dit ook in dialoog met aanverwante vakdissiplines. Die term “profetiese onderskeidingsvermoë” dui op die wisselwerking tussen Goddelike openbarings deur God die Heilige Gees en Sy Woord wat vervolgens weer na kennis, wysheid, en insig lei (Osmer, 2008:134-135).

Die normatiewe taak as model reflekteer 'n geestelike profetiese onderskeidingsvermoë. Hierdie model word grafies deur Osmer (2008:136) soos volg uitgebeeld:

Figuur 11: Osmer se geestelike profetiese onderskeidingsvermoë.



Die normatiewe taak beklemtoon drie sake (Osmer 2008:136-139):

- *Simpatie* – dit gaan oor menslike deelname aan God se patos⁴². God in solidariteit met die skepping en die skepping in solidariteit met God.
- *Onderskeidingsvermoë* – beteken om deur te sif, te sorteer, te verstaan en in die proses goud te ontdek.
- *Teologiese en etiese interpretasie* – gaan oor 'n Christelik-etiese doelgerigte praktyk wat in teorie en praktyk God eerbiedig, Skrif getrou en eties is.

Die drie normatiewe taakgerigte benaderings dien as interpretatiewe gids in die praktiese teologie. Hierdie benaderings beweeg in kombinasie met mekaar en is onderling aan mekaar verbind. Die doel is om dialogies vanuit 'n prakties-teologiese vertrekpunt tot die wetenskaplike gesprek toe te tree en om teologies, Skriftuurlik en geestelik oor konsepte, teorieë, praktyke, situasies en tersaaklike kontekste te besin. Die profetiese onderskeidingstaak pas 'n teologies-etiese interpretasie toe deur van teologiese konsepte, teologies-etiese refleksie en Skriftuurlike eksegetiese interaksie gebruik te maak. Hierdie model is geestelik en teologies onderlê en verteenwoordig 'n geestelike wetenskaplike standpunt (Osmer, 2008:160-161).

⁴² This figure is so called, because the writer or speaker manifests some pathos or emotion: or betrays some strong and excited condition of mind. It is of four kinds: two arising out of pleasure: love and joy. And two arising out of pain: hatred and sorrow. Examples may be found in Isa 22:4; 49:15; Jer 9:1, 2; 23:9, 10; 31:20; Hos 11:8, 9; Mark 3:5; 7:34; 10:14, 21; Luke 19:41, 42; Acts 7:54, 57; 2 Cor. 2:4; Gal. 4:19, 20; 2 Tim. 1:16-18 (Bullinger, 1898:916).

4.3. DOELWIT

Die sentrale teoretiese argument van hierdie studie is dat getraumatiseerde slagoffers deur middel van kreatiewe pastorale intervensie tot heling begelei kan word deur van die genoemde hulpmiddelle, stilte, gebed en *lectio divina* gebruik te maak.

Die doelwit is om vas te stel watter Skriftuurlike perspektiewe met betrekking tot stilte, gebed en *lectio divina* gebruik kan word om getraumatiseerde persone prakties teologies en profeties te begelei en watter insette vanuit die Woord van toepassing sou wees (Osmer, 2008:8-10).

Die normatiewe taak poog vervolgens om deur goeie Bybels-Reformatoriese eksegetiese grammatiese historiese en hedendaagse tendense te ondersoek asook tersaaklike moontlikhede oplossings te ondersoek wat Bybels begrond is (Coetzee, 1990:17). Die model is praktyk gerig, en wil God, Sy Woord en ander geskikte en toepaslike bronne aan die woord stel. Met die oog op hierdie vertrekpunte sal daar van Die Bybel, teologiese woordeboeke en Bybelse kommentare gebruik gemaak word (vgl. Heyns & Pieterse, 1998:36; Heystek, 2000:24).

Wat die proses rakende etiese besinning en tersaaklike beginsel betref wat inherent deel van die normatiewe taak is, beklemtoon Osmer (2008:149) die volgende drie hulpmiddelle:

- *Identiteitsvormende etos* – dit beskryf die grondbeginsel in teorie en praktyk;
- *Universele etiese beginsels* – dit beskryf grondbeginsels soos op die gemeenskap van toepassing.
- *Die gebruik van wysheid en intelligensie* – hier gaan dit om die beoordeling van toepaslike praktiese optrede wat gemodelleer word. Wat hier belangrik is, is die vraag of die toegepaste reël, die grondteorie, die etos en die praktyk ooreenstem?

4.4. PASTORALE BERADING VANUIT 'N BYBELSE PERSPEKTIEF

Trauma, spanning en vrees veroorsaak dikwels by slagoffers gevoelens van geestelike verwonding en verwerping. Die vooraand van Jesus se kruisiging illustreer op treffende wyse iets van die intensiteit van menslike stres, krisis en trauma. Sy innerlike stryd is so intens dat Sy sweet soos bloeddruppels geword het wat op die grond drup (Luk 22:41-45) (Groenewald, 1989:239-240). Vanuit 'n mediese oogpunt word so 'n toestand gewoonlik as die gevolg van mediese en geestelike trauma, bekend as traumatiese *asphyxia*, beskryf. Dit gaan oor 'n seldsame toestand van petechiale bloeding (*petechial bleeding*) wat in die gesig, nek, arms en boonste bors as gevolg van intense drukking voorkom. Bo en behalwe verskeie mediese redes kan 'n traumareaksie soos vreesrespons ook aanleidend tot hierdie toestand wees en kan dit lewensgevaarlik wees (Cenker & Ozlem, 2009:1; Richards & Wallis, 2005:37-45; Williams, Minken & Adams, 1968:384-392).

Tydens hierdie traumatiese ervaring in die Tuin van Getsemane (Luk 22:39-44) wend Jesus Hom tot God, sonder Homself in gebed af en vra Sy dissipels om in gebed vir Hom in te tree. In Sy gebedsworsteling met die Vader vra Hy dat die lydensbeker van Hom weggeneem sal word. Deur middel van Sy hantering van hierdie krisis wys Jesus die mens na die krities belangrike komponente van gebed, stilte, en afsondering as hanteringsmeganismes tydens trauma en emosionele worsteling (Groenewald, 1989:239-240).

In Markus 6:1-56 beleef Jesus verskeie traumatiese ervarings. Hy ervaar verwerping in Nasaret Sy tuisdorp (vers 1-16); Hy ervaar intense verlies as gevolg van die moord op Sy vriend Johannes die Doper (vers 17-29); Hy ervaar spanning en uitbranding en Sy fisiese toestand gaan agteruit (vers 30-43). Hierdie dinge beleef Sy dissipels egter saam met Jesus en daarom Jesus se opdrag dat hulle eers moet gaan rus (Mark 6:31).

God (trinitaries) wil die mens wat in krisis verkeer van hulp wees en bemagtig. Dit geskied deur Sy in staat stelling om kreatief deur stilte, gebed en *lectio divina* in wysheid en met akkuraatheid krisisse te oorkom. In die proses voorsien Hy aan hulle die nodige emosionele en geestelike gereedskap om hierdie proses volhoubaar te kan handhaaf (Meier en Henderson, 2009:loc.18).

Wanneer daar na Jesus se 'beradingsbenadering' gekyk word, word dit gou duidelik dat Jesus se verhoudings met mense en Sy empatiese uitreik, basies die grondslag van Sy bediening vorm. Hierdie omgee en passie word deur geloof, warmte, begrip en aanvaarding gedemonstreer. In gelyke mate dien Sy benadering as voorbeeld vir die pastorale berader wat ook 'n gestuurde van God is en Hom verteenwoordig en in hierdie hoedanigheid in belang van die beradene optree (Wright, 2011:17).

Daar kan verder gestel word dat Jesus se 'beradingsbenadering' 'n proses vergestalt. Hierdie proses impliseer dat Hy onverdeelde en in diepte aandag aan elke behoeftige en hul probleme bestee en dit geskied afsonderlik, individueel en volgens behoefte (Mark 1:32-34) (Wright, 2011:17, 57).

In hierdie verband beklemtoon Wright (2011:17-21) die volgende belangrike aspekte aangaande Jesus se beradingsmotief:

- *Jesus het medelye met ander gehad.*

Hierdie benadering is in ooreenstemming met die Vader se hart. Hy word deur die skare mense in Markus 6:34 asook die twee blindes in Matteus 9:27 ontroer; die melaatse man wat op sy knieë voor Jesus val raak Hom diep – volgens Markus 1:41; Hy betoon empatie met die weduwee van Nain in Lukas 7:13 wie se seun gesterf het; Hy huil saam met die begrafnissangere in Johannes 11:35; Hy was besorg oor die man wat met 'n legio van bose magte in Markus 5:9 beset is.

- *Jesus reik uit, aanvaar hulle vir wie hulle is, glo in hul vermoë en erken hulle bestaansreg.*

Die volgende voorbeelde is hier van toepassing: Die Samaritaanse vrou by die put in Johannes 4:1-26; die vrou wat met owerspel in Johannes 8:11 betrap is; Saggeus die tollenaar in Lukas 19:1-10; die vrou wat aan bloedvloeiing gely het en Jaïrus wie se dogtertjie in Matteus 9:18-26 gesterf het; die besetene van Gadara in Markus 5:1-20; die man met die gebrekkige hand in Matteus 12:10; Jesus se besoek aan Simon die melaatse in Betanië en die maaltyd saam met hom in Markus 14:3.

- *Jesus het aan mense se behoeftes voorsien.*

Hy gee kos aan die wat honger is Markus 6:34-44 en 8:2; Sy sorg en uitreik word deur die verhaal van die barmhartige Samaritaan in Lukas 10:30-37 geïllustreer; Hy genees melaatses en dryf bose geeste in Markus 1 en 2 asook 10:8 uit; Hy laat blindes sien en rig die lammes weer in Matteus 11:5 op.

- *Jesus is reguit, ferm, en bedien met gesag.*

Dit blyk byvoorbeeld tydens Sy optrede by die bad van Betesda en die verlamde man daar, in Johannes 5:2; Hy nooi die kindertjies na Hom toe in Markus 10:13-16; Hy wys die skrifgeleerdes in Matteus 29:32 tereg.

- *Jesus het mense aangemoedig om verantwoordelikheid vir hulle lewe te neem.*
In Johannes 5:6 vra Hy aan die siek man of hy gesond wil word; in Markus 10:51 vra Hy aan die blinde Bartimeus wat hy wil hê Jesus vir hom moet doen; in Johannes 8:11 is Sy opdrag aan die persoon wat genees is om nie meer te sondig nie.

4.4.1. Pastorale krisisintervensie en die Bybel

Pastorale Christelike berading as krisisintervensie is 'n roeping wat met groot verantwoordelikheid kom omdat die berader God verteenwoordig (Gen 1:25-27) en met Sy kinders (2 Kor 6:18) gewoonlik tydens hul mees brose en weerlose oomblikke (Jer 31:9) werk (Wright, 2011:21-27). Verdere voorbeelde in hierdie verband is die volgende:

Jesus het hoop gebring (Markus 10:26-27); Jesus het mense opgehelp en hulle las probeer ligter maak, en ook hul lampies probeer stel dat dit nie rook nie (Matteus 11:28-30); Jesus het aan mense innerlike vrede gegee (Johannes 14:27 en 1 Petrus 5:6-8); Jesus het mense se denke vernuwe en hulle probeer help om anders oor 'n situasie te dink (Matteus 6:22-23, Lukas 5:22-25 en Matteus 6:19-21); Jesus het mense probeer lei en onderrig (Lukas 14:1-6); Jesus het nie moeilike situasies en kontekste probeer vermy nie (Johannes 8:3-9, Johannes 8:11, Markus 6:1-56, Johannes 11, Markus 2:1-35) (Wright, 2011:21-27).

Alles wat Jesus doen, doen Hy biddend en konsulterend met die Vader. Hy raak gereeld stil en gaan in die Vader se rus in, juis wanneer situasies moeilik was, soos

byvoorbeeld net voor Sy kruisdood en terwyl Hy Sy laaste asem uitblaas (Joh 19:26, Luk 23:33).

Pastorale krisisintervensie wil die slagoffer in nood help om weer in 'n toekoms na trauma te glo, deur in geloof met God se hulp die ewewig te herstel en mense na God se hart te begelei (Wright, 2011:21-27).

4.4.2. Belangrike Bybelse beginsels vir die pastorale intervensieproses

Luister is 'n belangrike aspek binne die proses van berading en dit poog onder andere om aan die individu die geleentheid te bied om hul persoonlike ervarings, emosies, begrip en interpretasie spontaan te kan weergee. Slagoffers moet ervaar dat hulle gehoor word en dat dit wat hulle deel belangrik is (Wright, 2011:29-30).

Die *aandag* wat die berader gee, hul stemtoon, die pas waarteen gepraat word, die berader se liggaamstaal en of die berader ingeskakel (teenwoordig) is, is uiters belangrik (Wright, 2011:30).

Die beradene moet dus *gehoor* word. Om te hoor genereer inligting en kennis terwyl die aksie van luister ook empatie en besorgdheid reflekteer. *Luister* probeer die emosie van die beradene verstaan terwyl *hoor* probeer om die feite aan die emosie te koppel (Wright, 2011:33).

Praat is 'n verdere belangrike Bybelse beginsel. 'n Mens moet weet wanneer om te praat en wanneer om stil te bly. Prediker 3:7 stel: “*Daar is 'n tyd om stil te bly, 'n tyd om te praat...*”; Spreuke 10:19 stel: “*Wie sy woorde tel, is verstandig*”; Spreuke 17:27 stel: “*Wie die kennis het, kan spaarsaam saam praat*” (Wright, 2011:34-40).

Om die regte *vrae te vra* is ook 'n belangrike beginsel. Hierdeur kan gepoog word om werklik te verstaan, opregte belangstelling te toon en terselfdertyd belangrike inligting aangaande die situasie of trauma in te win (Wright, 2011:34-40).

Die beradene se taak is vervolgens om die slagoffer op te help (Rom 14:19), hulle aan te moedig, te mobiliseer, en die pad na herstel vir hulle, met God se hulp, gelyk te maak deur nie vanaf moeilike situasies weg te skram nie. In die proses speel verhoudingbou en die vestiging van vertrouwe 'n deurslaggewende rol. Die grond

waarop bedien word, is heilige grond en daarom moet daar versigtig getree word aangesien dit respek verdien (Wright, 2011:40-42; 50-51).

4.5. KREATIEWE LATERALE DENKE, NEUROPLASTISITEIT EN DIE BYBEL

Die term plastisiteit kom van die Griekse woord *plastos*⁴³ wat beteken, om te vorm. (Brooks, 2019:2). Genesis 2:7 gebruik die Hebreuse woord יָצַר (*yetser*)⁴⁴ om die vormingsproses mee te beskryf (Brown *et al.*, 1977:427) en die Griekse Septuaginta gebruik hier die term πλάσσω (*plássō*) (Zodhiates, 2000) om die vormingsproses mee aan te toon.

En die Here God het die mens **geformeer** (*yetser*) uit die **stof van die aarde** en in sy neus die **asem** van die lewe geblaas (*nâshamah*)⁴⁵. So het dan die mens 'n lewende siel (*nephesh*)⁴⁶ geword (Gen 2:7).

Die term πλαστός (*plastos*) het egter ook 'n dieper betekenis deurdat dit na iets verwys wat uit iets wat reeds bestaan het gevorm is en dit gaan dus oor 'n proses wat in 'n sekere sin evolusionisties is (hierdie beskrywing verwys nie na die evolusieteorie nie maar eerder na die proses van groei en ontwikkeling). Soos wat iets aan gebeure, inligting en kennisinsette blootgestel word, so pas dit aan en ontwikkel dit – hierdie vormingsproses skep inderdaad nuwe lewe (Swanson, 1997; Strong, 1995).

Genesis gebruik telkens die woord בָּרָא (*bara*) om die skeppende en vormende krag van God mee te beskryf (Brown *et al.*, 1977:135). Met betrekking tot hierdie selfde handeling van God maak die Septuaginta soms van die woord ποιέω (*poiéō*) gebruik om 'n onafgehandelde handeling mee aan te dui (Zodhiates, 2000). 'n Voorbeeld in hierdie verband is Jeremia 18:4 waar daar na die pottebakker en die klei verwys word.

⁴³ πλάσσω *plassō*; *created(1), molder(1)*. πλαστός *plastos*; *from; formed, molded* (Thomas, 1998).

⁴⁴ יָצַר *and* יָצַר *he shall form; fut. Kal, from יָצַר to form. יָצַר, יִצְרֵךְ fut. apoc. from יָצַר. יָצַר, יִצְרֵךְ fut. Kal, from יָצַר* (Gesenius & Tregelles, 2003:881).

⁴⁵ נְשָׁמָה [*nâshamah /nesh·aw·maw/*] translates as “breath” 17 times, “blast” three times, “spirit” twice, “inspiration” once, and “souls” once, *breath, spirit, breath (of God), breath (of man), every breathing thing, spirit (of man)* (Brown *et al.*, 1977:659).

⁴⁶ נֶפֶשׁ [*nephesh*](Gn 49:6; Gn 2:19; Nu 31:28; 1 K 19:2) *soul, living being, life, self, person, desire, appetite, emotion, and passion* (Strong, 1995).

In Jesaja 1:26 sê God dat Hy die leiers sal herskep en hervorm na dit wat hulle vroeër was. Hier maak die Hebreeuse teks van die woord שׁוּב (*shuv*) gebruik (Swanson, 1997).

In die Nuwe Testament maak Paulus in Romeine 9:20 van die woorde τὸ πλάσμα en τῷ πλάσαντι gebruik – wat na beide die geskepte (πλάσμα) en die Skepper (πλάσαντι) verwys (Nestle *et al.*, 1993). Dit is duidelik dat geïmpliseer word dat God aan iets wat bestaan kreatief 'n nuwe vorm, betekenis en begin kan gee.

Openbaring 21:5 gebruik die begrip καινός (*kainós*), wat die betekenis van om nuut te vorm het (Zodhaites (2000). ἀνακαινός (*anakainóō*), soos in Kolossense 3:10 gebruik, brei verder op hierdie gedagte uit waar die klem veral op 'n nuwe self vanuit nuwe denke⁴⁷ val (Kittel, 1976:452; Liddell:1996:391-392; Louw & Nida, 1996:593).

Louw en Nida (1996:156) beskryf die begrip ἀνακαινός egter nog meer omvattend:

To cause a change to a previous, preferable state – to renew, to restore, to bring back.

Neuroplastisiteit en kreatiewe denke beskryf gevolglik die brein se vermoë en vaardigheid om te verander, aan te pas, nuut te dink en 'n nuwe vorm aan te neem (Brooks, 2019:5-6).

4.6. EKSEGESE

4.6.1. Efesiërs 4:23-24 (God maak nuut – stilte, gebed en *lectio divina*)

Efesiërs 4:23-24: “... en dat julle **vernuwe** moet word in die gees van julle gemoed (24) en julle met die **nuwe mens** moet beklee wat na God geskape is in ware geregtigheid en heiligheid” (Die Bybel, 1953: Ou Vertaling).

⁴⁷ ἀνακαινός; ἀνανεός: to cause something to become new and different, with the implication of becoming superior, 'to make new, renewal.' ἀνακαινός: καὶ ἐνδυσάμενοι τὸν νέον τὸν ἀνακαινούμενον εἰς ἐπίγνωσιν 'and put on the new self which is made new in knowledge' (Louw & Nida, 1996:593).

ἀνανεοῦσθαι δὲ τῷ πνεύματι τοῦ νοῦς ὑμῶν (24) καὶ ἐνδύσασθαι τὸν **καινὸν ἄνθρωπον** τὸν κατὰ θεὸν κτισθέντα ἐν δικαιοσύνῃ καὶ ὁσιότητι τῆς ἀληθείας (Nestle *et al.*, 1993: 27th ed., Ef 4:23-24).

4.6.1.1. Bepaling van die teks, tekstuele konteks, die plek van die perikoop en genre

Die Efesiër brief vorm deel van die dertien Pauliniese briewe in die Nuwe Testament. Die Pauliniese briewe word in vier kategorieë opgedeel: Die Algemene briewe (Rom 1 en 2 Kor en Gal), Gevangenskapsbriewe (Ef, Fil, Kol, en Filemon), Pastorale briewe (1 en 2 Tim en Titus) en die Eskatologiese briewe (1 en 2 Tes). Sommige deel laasgenoemde by die pastorale briewe in. Efesiërs vorm dus saam met Filippense, Kolossense, Filemon, deel van Paulus se gevangenskapsbriewe (Duling, 2003:271; Du Toit *et al.*, 1998:19-20).

Aangaande die outeurskap van hierdie brief is daar baie argumente vir en teen Paulus as outeur (Dreyer, 2017:2). Binne die onderhawige studie word daar egter by die argumente volstaan wat Paulus as outeur aantoon (Johnson, 2005:407-412; Du Toit *et al.*, 1998:138; Roberts, 1990:1-2).

Wat tyd, plek en ontstaan van die brief betref, is daar ook 'n verskeidenheid van perspektiewe. Sommige argumenteer dat Efesiërs sy ontstaan tydens Paulus se derde sendingreis in 58 n.C., tydens sy gevangenskap in Sesarea, het (Du Toit *et al.*, 1998:36; Hoehner, 1985:614; Swanepoel, 1994:121). Ander argumenteer vir 'n datering van 62 n.C. tydens sy gevangenskap in Rome. Ander argumenteer vir Efese as die plek waar hierdie brief geskryf is (Pfeiffer & Harrison, 1962).

Dit is ook nie duidelik of die brief slegs aan die gemeente in Efese gerig was nie. Aan die ander kant wil dit egter voorkom of die brief eerder 'n omsendbrief was wat aan verskeie kerke en Christelike huisgemeentes gerig was (vgl. Dreyer, 2017:2; Engelbrecht, 1995:686-687; Hughes & Laney, 2001:587-588).

Die vorm van die brief is bemoedigend, vermanend, onderrigtend terwyl dit in die styl van 'n omsendbrief geskryf is (Duling, 2003:271; Johnson, 2005:407-412). Die brief kan in die volgende vier basiese hoofde ingedeel word (vgl. Du Toit *et al.*, 1998:140):

- Deel 1: Briefaanhef: 1. Skrywer en geadresseerdes	1:1
2. Seëngroet	1:2
- Deel 2: Lofprysing aan God vir Sy genade aan almal	1:3-3:21
A - Lofroep en rede vir lofroep	1:3-1:14
B - Voorbidding vir nuwe Christene	1:15-21
C - Geloofsbelydenis en betekenis	1:22-2:22
B - Voorbidding en die rol van die evangelie	3:1-19
A - Lofsegging	3:20-21
- Deel 3: Vermaning (lewensuitkyk in oorstemming met geloofsoortuiging)	4:1-6:20
A - Vermaning teenoor die kerk	4:1-16
1. Geloofsoortuiging lei tot eenheid	4:1-6
2. Genadegawe vir elkeen	4:7-16
B - Vermaning op persoonlike vlak	4:17-24
1. Geloofsoortuiging vloei na vernuwing – nuwe lewe	4:17-24
2. Vermaning oor praktyk van nuwe lewe	4:25-5:14
3. Verskillende verhoudings in terme van nuwe lewe onder leiding van Heilige Gees	5:15-6:9
C Samevattende vermaning ten opsigte van liggaam van Christus en persoonlike lewe	6:10-20
- Briefslot: seënwense aan die leser	6:21-24

Die brief bevat sterk vermanende uitsprake, lofprysings, aanbiddingsmotiewe sowel as poëtiese elemente. Efesiërs beklemtoon veral ook van twee ander belangrike

elemente, naamlik enersyds persoonlike gebed en intersessie deur voorbidding, en andersyds dat God die mens deur geloof inspireer en tot 'n nuwe lewe in en deur Christus Jesus beweeg (Duling, 2003:276; Thielman, 2005:394).

Die brief wil Christene se geestelike lewe verdiep en hul probleme help verlig deur hulle aan God se groot verlossingskrag voor te stel. Die brief is vir diegene geskryf wat in 'n dieper en meer konsekwente geestelike eenheid met God, die self en ander wil wees. Verder gee dit ook 'n beskrywing van die toerusting wat, met die oog op geestelike oorlogvoering, nodig is (Hughes & Laney, 2001:588).

Die brief vertoon teologies heelwat ooreenkomste met die Kolossense brief asook met die briewe aan die Romeine en 1 en 2 Korintiërs – verder is daar ook verskeie parallele met konsepte en beginsels vanuit verskeie Ou Testamentiese geskrifte. Verder is daar ook 'n beskrywing van verskeie liedere wat in die vroegste Christelike gemeentes gesing is (vgl. byvoorbeeld Ef 1:3-14) (vgl. Dreyer, 2017:2; Duling, 2003:272; Van Wyk, 2015:2-3; McNeile, 1965:167).

4.6.1.2. Sosiohistoriese konteks en die geloofskeuse waarvoor die perikoop die eerste hoorders/lesers gestel het

Die stad Efese was 'n tydgenoot van bekende roemryke stede soos Alexandrië, Antiogië, en Sirië. Dit was 'n kommersiële hawestad geleë aan die Caysterrivier, drie kilometer van die Egeïese See. Efese was 'n hawestad en het as die beginpunt van die oostelike handelsroete met 'n bevolking van ongeveer 300 000 mense gedien (Hughes & Laney, 2001:588).

Hiermee saam was Efese die aanbiddingsentrum van die Griekse godin, Artemisen, wat as die bewaker van haar heilige standbeeld en tempel in die stad beskou is. Sy was gesien as die dogter van die afgod Zeus (Hand 19:35) (Hughes & Laney, 2001:588-589).

Paulus se begeerte vir die Christene in Efese was dat hulle wysheid en intieme kennis van God mag hê (Ef 1:17-19) (Hughes & Laney, 2001:589) en hy spandeer twee jaar daar tydens sy derde sendingreis (52-55 n.C.) (Du Toit *et al.*, 1998:35).

Die gemeentes in en om Efese het hulle eie uitdagings gehad (Ef 6:10-2) wat verskeie vorme aangeneem het en daar word gevolglik 'n beroep gedoen om desnieteenstaande in geloof staande te bly en van Jesus Christus te bly getuig (Ef 2:20-22, Ef 3:2-13); in gebed te kniel en met God die Heilige Gees gevul te word (Ef 3:14-21); in ooreenstemming met God se Gees te lewe (Ef 4:1); en met die wapenrusting van God aan op hulle pos te bly en vir mekaar te bid (Ef 6:10-19) (Lincoln, 1990:xliv-xlv). Verder moes hulle ook leer oor hoe om in lyding staande te kan bly (Ef. 3:13) sonder om moed te verloor (Johnson, 2005:412-43; Duling, 2003:278; Hughes & Laney, 2001:588-589; Dreyer, 2017:2).

Onderskeiding tussen waarheid en dwaling speel in die brief ook 'n belangrike rol (Ef 5:6, 15). In hierdie verband moes hulle leer om God toe te laat en te vertrou om hulle innerlike duisternis na lig, deur gebed, te verander (Ef 5:14-15) (Desilva, 2004:724-725; Hughes & Laney, 2001:589).

Deur die hele brief probeer Paulus om deur middel van gebed verligting, insig en hoop vir alle gelowiges te bring (Ef 1:18 en 3:14-21). Paulus bid dat almal deur God die Heilige Gees en met God se liefde gevul sal word en tot kennis van God in Sy volheid sal kom. Hy bid ook dat gelowiges ontslae van toksiese godsdienstige gebruike en handeling sal raak (DeSilva, 2004:724-725; Hughes & Laney, 2001:589).

Verder spoor Paulus die lesers aan om tot 'n dieper waardering vir God se liefde vir alle mense te kom en in die proses 'n dieper ervaring van God se wysheid en krag te bekom, en uiteindelik in 'n dieper verhouding met God te staan. Hy maak die lesers ook bedag op die feit dat God die Heilige Gees tydens hulle innerlike geestelike stryd met die bese en ook ander krisisse hulle tot hulp wil wees en dat Hy die hoeksteen van hulle lewe wil wees (Hughes & Laney, 2001:590).

4.6.1.3. Woordstudie van belangrike begrippe in die kernvers

Efesiërs 4:23 en 24

Efesiërs 4:23: ἀνανεοῦσθαι δὲ τῷ πνεύματι τοῦ νοῦς ὑμῶν – “... *dat julle vernuwe moet word met betrekking tot die gees van julle gemoed (denke, gedagtes)*” (Lincoln, 1990:286-287).

Die konsep van vernuwing kan as 'n kernkomponent van die gelowige se bestaan beskryf word (Rom 3:12). In Romeine 12:2 word die uitnodiging aan die gelowige gerig om God toe te laat om hulle gedagtes te vernuwe (Lincoln, 1990:286-287).

Tekste soos die volgende gebruik die term ἀνακαινοῦσθαι om die proses van vernuwing aan te toon (Lincoln, 1990:286-287):

- Kolossense 3:10 (lewe as nuwe mense wat al hoe meer vernuwe word).
- 2 Korintiërs 4:16 (die fokus is op die vernuwing van die innerlike persoon).
- Romeine 12:2 (vernuwing van verstand en denke).

Efesiërs gebruik die terme ἀνανεοῦσθαι en καινός om die nuwe persoon en nuwe menswees mee aan te toon. In hierdie verband onderskei Abbott (1991:138) tussen die nuwe persoon (καινός) en die proses van vernuwing (ἀνανεοῦσθαι) en beklemtoon vervolgens dat vernuwing in die gees van die gemoed plaasvind – τῷ πνεύματι τοῦ νοῦς ὑμῶν (vgl. Bruce, 1984:358).

Houlden (1970:319) tesame met verskeie ander kommentators meen dat Gees (πνεῦμα) in Romeine 12:2 eerder na die Heilige Gees verwys en daarom vertaal hy dit ook met die woorde, “... vernuwe deur die Gees in julle gedagtes.” Dit is inderdaad so dat die Heilige Gees vernuwend meewerk, maar binne die konteks van hierdie gedeelte wil dit eerder op die gees van die mens se gemoed dui (Mitton, 1976:165).

In Efesiërs word beide gees en verstand as bepalende faktore gebruik om die persoon se karakter mee aan te dui. Ervaring en denke blyk verder 'n groot rol met betrekking tot die definiëring van karakter te vervul wat vervolgens uiterlik manifesteer (vgl. Meyer, 1880:249; Abbott, 1991:137; Barth, 1976:508; Mitton, 1975:165).

Hierdie gedagtegang strook met die inhoud van Efesiërs 3:16:

“... dat Hy volgens die rykdom van Sy heerlikheid aan julle mag skenk om deur Sy Gees met krag versterk te word wat die innerlike mens betref...”
(Van der Watt *et al.*, 2012:1035).

Die voortdurende vernuwing van die gees word hierdeur beklemtoon en dit is ook in ooreenstemming met Paulus se standpunt dat vernuwing nie liggaamlik is nie maar in die gees en die denke van die mens, alhoewel dit ook 'n invloed op die hele liggaam het (Luk 11:34). Aansluitend hierby verwys Kolossense 3:10 na vernuwing deur kennis en insig wat weer na ontwikkeling en groei lei (Lincoln, 1990:286-287).

Efesiërs 4:24: “... en klee julle met die nuwe mens, die volgens God wat geskape is in geregtigheid, en heilige/ toegewydheid van die waarheid” (Interliniêre vertaling deur Van der Watt *et al.*, 2012:1039).

Met betrekking tot die frase ‘*die nuwe mens*’ is die volgende drie aspekte betrokke: (1) Die mens se interpersoonlike verhouding met die situasie en die konteks, (2) die persoon se intrapersoonlike konnotasie, en (3) die persoon se geestelike konnotasie met God (Lincoln, 1990:288). Die interpersoonlike aspek hou met die eenheid met ander en met God verband (Ef 2:15 en 16⁴⁸). In die intrapersoonlike verhouding kom die mensdom individueel tot uitdrukking. Net soos die ou mens onder die heerskappy van hierdie huidige is, so is die nuwe persoon onder die heerskappy van die nuwe skepping. Toksiese beginsels het die ou mens beheer maar nou val die mens onder die heerskappy van God, die nuwe geopenbaarde kennisinsette en insig en dit het die nuwe mens tot gevolg (Lincoln, 1990:288).

Hierdie nuwe identiteit, moet as’t ware ‘aangetrek’ (beklee) en in gees en waarheid toegepas word (Joh 4:23-25; 1Joh 3:18). Die begrip van ’n nuwe skepping is eksplisiet in beskrywing – nuut geskape deur God, terug na die oorspronklike en natuurlike skeppingsdoel of nuwe normaal. Lincoln (1990:287) stel dit soos volg:

The reference in Ephesians also shares these connotations of the motif of the new Adam in whom the image of God is restored, but as the following phrase, which is an addition to Colossians, shows, its focus is more on the new creation as involving a life which is patterned after God’s, an existence in conformity to the divine will. The believer is already in principle, and is

⁴⁸ “Deurdadig in Sy vlees die vyandskap tot niet gemaak het, naamlik die wet van geboorte wat in insette bestaan; sodat Hy, deur vrede te maak, die twee in Homself tot een nuwe mens kon skep en albei in een liggaam met God kon versoen deur die kruis, nadat Hy daaraan die vyandskap doodgemaak het” (Die Bybel: 1953 vertaling).

becoming in practice, part of God's new creation (Eph 2:10⁴⁹; 2 Cor 5:17). Here, the language reflects a perspective in which there is a combination of God's gracious initiative and human responsibility, as it is made clear that the new person is created by God but must be put on by the believer.

Met betrekking tot hierdie selfde kwessie verwys Efesiërs 4:24 na "... *geskape na God se hart en hand*" (τὸν κατὰ θεὸν κτισθέντα) terwyl Kolossense 3:10 verwys na "... *volgens die beeld van die een wat dit geskep het*" (κατ' εἰκόνα τοῦ κτίσαντος αὐτόν) – dit wys heen na Genesis 1:26 waar die Septuaginta dit verwoord as, καὶ εἶπεν ὁ θεός ποιήσωμεν ἄνθρωπον κατ' εἰκόνα ἡμετέραν καὶ καθ' ὁμοίωσιν, en in die Hebreeus die volgende: וַיֹּאמֶר אֱלֹהִים נַעֲשֶׂה אָדָם בְּצַלְמֵנוּ כְּדְמוּתֵנוּ וַיְרַדְדוּ בְדִגְלֹת הַיָּם וּבְעֵוָה, wat beteken (Lincoln, 1990:288):

נַעֲשֶׂה – om te doen, om te maak (skep).

ποιήσωμεν – om te maak, te vorm, te produseer, te bewerkstellig, te veroorsaak.

Efesiërs verwys na 'n nuwe Adam, deur God herstel, terwyl Kolossense die fokus op die nuwe geskepte mens in ooreenstemming met God se wil plaas. Dit is duidelik dat die nuwe persoon deur God geskep en gevorm word, maar dat die mens verantwoordelikheid en die wilskeuse het om dit wat nuut geskep is te weerspieël en daarmee te identifiseer (Lincoln, 1990:288-289).

4.6.1.4. Godsopenbaring, verlossingsfeite en appèl

Invloede van buite kan die goed-geskape natuurlike aard van die mens beïnvloed, bepaal en besoedel (Ef 4:22). Soos invloede van buite die innerlike kan beïnvloed, so kan die innerlike egter ook versterk word en aangeleerde toksiese gedrag en denke afgeleer word. Hierdie kennisinsette verteenwoordig Goddelike ingryping, Goddelike openbaring en menslike besef. Vernuwende denke lei na 'n vernuwende gees en dit lei na 'n nuwe herskepte werklikheid en bestaan (vgl. Ef 1:13; 2:20-22; 4:21) (Lincoln, 1990:288-289).

⁴⁹ "God het ons gemaak wat ons nou is: in Christus Jesus het Hy ons geskep om ons lewe te wy aan die goeie dade waarvoor Hy ons bestem het" (Die Bybel: 1933 vertaling).

God forseer nie transformasie nie, maar maak dit wel vir die mens moontlik om met Sy bemiddeling weer 'n versteurde ewewig te herstel. Hierdie verstaan berus op vertroue en die waarheid (Lincoln, 1990:288-289).

Nuwe denke lei na 'n veranderde gees, asook beheer oor die innerlike en ook beheer oor dit wat in die vlees en die siel gebeur (Ef 4:17-24). In Efesiërs 1:15-23 fokus Paulus op die gees (karakter en bestaan) van die mens en hoedat die Heilige Gees die gees van die mens kan vernuwe. Die rol van die gees van die mens en ook wat die gees-mens glo, beklemtoon wie hierdie mens werklik is (Erickson, 1995:1028).

4.6.1.5. Raadpleging van eksegetiese bronne en Skrif- met Skrifvergelyking

Die Efesiërbrief toon veral parallele met Kolossense in terme van taalgebruik, skryfstyl en teologie. Die Efesiërbrief toon egter ook parallele met ander gedeeltes in die Woord. In hierdie verband kan byvoorbeeld op gedeeltes soos die volgende gewys word (vgl. Duling, 2003:272):

<p>Efesiërs 4:1-2</p> <p><i>“Ek druk julle dit op die hart, ek wat 'n gevangene is omdat ek die Here dien: Laat julle lewenswandel in ooreenstemming wees met die roeping wat julle van God ontvang het. Wees altyd beskeie, vriendelik en geduldig, en verdra mekaar in liefde.”</i></p>	<p>Kolossense 3:12-13</p> <p><i>“Julle is die uitverkore volk van God wat Hy baie lief het. Daarom moet julle meelewend, goedgesind, nederig, sagmoedig en verdraagsaam wees. 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.”</i></p>
<p>Efesiërs 5:19-20</p> <p><i>“... en sing onder mekaar psalms, lofsange en ander geestelike liedere; sing met julle hele hart tot eer van die Here.”</i></p>	<p>Kolossense 3:16-17</p> <p><i>“Die boodskap van Christus moet in sy volle rykdom in julle bly. Leer en onderig mekaar met alle wysheid.</i></p>

	<p><i>Met dank-baarheid in julle harte moet julle psalms, lofgesange en ander geestelike liedere tot eer van God sing. En wat julle ook al sê of doen, sê en doen dit alles in die Naam van die Here Jesus en dank God die Vader deur Hom.”</i></p>
<p>Efesiërs 4:23 -24</p> <p><i>“Julle gees en gedagtes moet nuut word; lewe as nuwe mense wat as die beeld van God geskep is: lewe volkome volgens die wil van God en wees heilig.”</i></p>	<p>Kolossense 3:10</p> <p><i>“... en leef nou die lewe van die nuwe mens, wat al hoe meer vernuwe word na die beeld van sy Skepper en tot die volle kennis van God.”</i></p>
<p>Efesiërs 4:22-24</p> <p><i>“Hou dan op om te lewe soos julle vroeër gelewe het; breek met die ou, sondige mens in julle wat deur sondige begeertes verteer word. Julle gees en gedagtes moet nuut word; lewe as nuwe mense wat as die beeld van God geskep is: lewe volkome volgens die wil van God en wees heilig.”</i></p>	<p>Romeine 8:13</p> <p><i>“As julle julle lewe deur die sondige natuur laat beheers, gaan julle die dood tegemoet, maar as julle deur die Gees ’n einde maak aan julle sondige prak-tyke, sal julle lewe.”</i></p> <p>Romeine 12:2</p> <p><i>“Julle moenie aan hierdie sondige wêreld gelyk word nie, maar laat God julle verander deur julle denke te vernuwe. Dan sal julle ook kan onderskei wat die wil van God is, wat vir Hom goed en aanneemlik en volmaak is.”</i></p>

	<p>Openbaring 21:5</p> <p><i>“Toe sê Hy wat op die troon sit: “Kyk, Ek maak alles nuut.” En daarna sê Hy: “Skryf hierdie woorde op, want hulle is betroubaar en waar.”</i></p>
--	--

Efesiërs 4:23 gebruik die woord ἀνανεουσθαι (*ananeousthai*), wat in die oorspronklike 'n passiewe infinitief van die stam, ἀνανεοω (*ananeoō*) vergestalt, wat beteken om weer nuut te maak of te vernuwe. Hierdie proses van vernuwing is op die gees van die mens van toepassing (τῷ πνεύματι [*tō pneumatī*]) (Robertson, 1933a:Ef 4:23).

Ananeousthai impliseer ‘voortdurende vernuwing’ terwyl die infinitief, *anakainousthai*, van *kaino* afgelei, vernuwing van die ou staat in die gees en gemoed impliseer (Jamieson *et al.*, 1997:351). Hierdie vernuwing verwys na 'n nuwe geestelike bestaan na Goddelike en geestelike ingryping. Die gees van die mens is regeneratief onder die leiding en outoriteit van God (trinitaries). Die mens bestaan verder uit gees, siel en vlees soos Efesiërs en so ook Spreuke 20:27 dit duidelik maak – denke bepaal die gees van bestaan (Jamieson *et al.*, 1997:351).

Die term ἐνδυσασθαι [*endusasthai*]⁵⁰ soos in Efesiërs 4:24 gebruik, wat 'n aoristiese infinitief van ἐνδύω [*enduō*] is, wil die feit beklemtoon dat die nuwe mens geleef moet word. Kolossense 3:10 wys op die aspekte van nuut gevorm en nuut gemaak en die implikasie dat die mens hierdie nuutheid moet aanneem en daarmee identifiseer – dit as't ware moet 'aantrek' (beklee) (τον καινον ἄνθρωπον – *ton kainon anthrōpon*). Hoewel beide Efesiërs 2:15 en Kolossense 3:10 verskillende woorde met verskillende betekenis gebruik, verwys beide gedeeltes na die konsep van die nuwe mens wat deur God nuut gemaak is deurdat die ou mens afgesterf is en daar afstand van dit wat

⁵⁰ ἐνδυσασθαι (*endusasthai*) – om julle nuut te klee (Van der Watt *et al.*, 2012:1039)

toksies is gedoen is (vgl. ook Rom 8:29) (Jamieson *et al.*, 1997:351-352; Robertson, 1933a:Ef 4:24).

Hierdie bekleding gaan oor die ingrype van God om die mens te kom herstel na dit wat die mens se oorspronklike skeppingsdoel was. Dit sou ook van toepassing gemaak kan word op die daarstel van 'n nuwe menswees na traumatiese ervarings en krisisgebeure (vgl. ook Gen 1:27; Kol 3:10; 1 Pet 1:15; 2Kor 4:4; Kol 1:15; Heb 1:3; vgl. Jamieson *et al.*, 1997:351-352).

Gesonde denke, vernuwende die gees, en so 'n nuutgemaakte gees lei weer na 'n gesonder en meer gebalanseerde lewe in Christus (Jamieson *et al.*, 1997:352).

4.6.1.6. Huidige sosiohistoriese konteks en geloofskeuses vir huidige hoorders/lesers

Die ou natuur word nuut gemaak en toegerus met die lig wat God bring, stel dit die gees-mens in staat om nuut te sien, nuut te hoor, nuut te voel en 'n nuwe weldeurdagte waarheid daagliks uit te leef (Ef 4:23). Die nuwe self beweeg voorwaarts met behulp van God wat die weg inisieer (Ef 4:24) (Erickson, 1995:1028).

Uiteindelik gaan dit oor 'n God gevulde lewe en 'n vernuwing van die denke deur die Heilige Gees terwyl Hy hierdie persoon na 'n vernuwende en lewende toekoms, te midde van die huidige werklikheid, lei. Vir die traumaslagoffer kan hierdie proses bevrydend wees (Erickson, 1995:1028).

Paulus onderskei verder tussen die ou- en nuwe self, tussen verduisterde en vernuwende gedagtes – vernuwing is slegs deur gebed, die goeie wil van die individu, en God wat die mens hiertoe in staat stel, moontlik (Hughes *et al.*, 2001:595).

4.6.1.7. Gevolgtrekkings en basiese riglyne

Aangesien die gees van die mens daagliks aan die gees van die wêreld blootgestel is, beïnvloed dit die mens se bestaan – daarom moet die mens voortdurend in konsultasie met God leef. Die gees (πνεῦμα) van die mens behoort dus in afhanklikheid van God (trinitaries) se leidende denke, kennis, waarheid, krag en insig te leef want dan staan die gees van die mens 'n kans teen die invloede van buite (Vincent, 1887:395-396).

'n Krisis soos trauma of sonde kan sielkundige of mediese gevolge inhou of ook gedragsafwykings tot gevolg hê. Hierdie gevolge en veranderinge vind in die gees van die individu plaas en dit beïnvloed vervolgens ook hierdie persoon se karakter (Vincent, 1887:395-396). Op dieselfde wyse kan daar egter ook vernuwing in hierdie persoon se gees plaasvind en kan daar deur bemiddeling van die Heilige Gees van dit wat toksies is ontslae geraak word. Wanneer die self op hierdie wyse verander word, verander hierdie individu se totale sfeer. Die transformerende meganisme wat hierdie verandering in die binneste van iemand wat getraumatiseerd en emosioneel verwond is bewerkstellig, is inderdaad die Gees van God tesame met gebed asook tyd wat met God spandeer word (Vincent, 1887:395-396).

Negatiewe denke is daarop ingestel om die mens te belemmer, te ontvorm en te ontmoedig. Efesiërs 2:1-10 herinner egter die mens daaraan dat Hy die wat op Hom vertrou, kan en wil help, maar tegelykertyd dwing Hy niemand om die hulp wat aangebied word aan te neem nie. Die mens kan egter verseker wees dat indien daar 'n keuse vir God se hulp gemaak word, sal Sy lig volg en dit sal op herstel uitloop (Richards, 1991:800). Daar is dus 'n bewustelike keuse wat uitgeoefen moet word (Rom 13:14) om die ou werklikheid neer te lê en die nuwe self aan te trek (Ef 4:24).

Paulus spoor die hoorders deurgaans positief aan om hulleself tot God te wend en hulself deur Hom te laat bemagtig om die nuwe wat deur Hom geskep is, aan te neem. Hierdie nuwe mens is onderrig en met goeie, gesonde en kreatiewe kennisinsette gevoed wat geestelike en emosionele volwassenheid bevorder (Lincoln, 1990:290).

As die verhouding met die bron van lewe, God self, as gevolg van negatiewe ervarings en kennisinsette verbrokkel, verhard die hart en verander die ingesteldheid van gees, maak die lewe geen sin meer nie en sien hulle God se hand nie meer raak nie wat tot hulle beskikking is om hulle te help. Hierdie toestand lei daartoe dat die mens se geestelike en geloofslewe, en so ook die self, verbrokkel (Lincoln, 1990:290).

Enersyds is die Efesiërbrief baie op tipiese gedrag van ongelowiges gefokus, die sondige bestaan van die mens, verwagting ten opsigte van Christen-gelowiges asook die ideale lewenskwaliteit in Jesus Christus; andersyds is talle van die praktiese riglyne aan Christen-gelowiges ook op ervarings en belewenisse van toepassing van diegene wat intens deur trauma en krisis geraak is. In dieselfde mate wat sonde die

natuurlike mens se gedrag verwing en laat ontaard, net so het onverwerkte trauma dikwels 'n emosionele en geestelike verwringing tot gevolg – terme soos dissosiasie en posttraumatiese stres (PTSV) verwoord iets van hierdie tipiese proses (Lincoln, 1990:290-291).

4.6.2. Markus 6:31 (Kontemplatiewe bepeinsing, stilte, gebed en *lectio divina*)

Markus 6:31: “*En Hy sê vir hulle: Kom julle self in die eensaamheid na 'n verlate plek en rus 'n bietjie. Want daar was baie wat kom en gaan, en hulle het selfs geen geskikte tyd gehad om te eet nie*” (Die Bybel, 1953:Ou Vertaling).

καὶ λέγει αὐτοῖς· Δεῦτε ὑμεῖς αὐτοὶ κατ' ἰδίαν εἰς ἔρημον τόπον καὶ ἀναπαύσασθε ὀλίγον. ἦσαν γὰρ οἱ ἐρχόμενοι καὶ οἱ ὑπάγοντες πολλοί, καὶ οὐδὲ φαγεῖν εὐκαίρουν (Nestle et al., 1993:27th ed., Mark 6:31).

4.6.2.1. Bepaling van die teks, tekstuele konteks asook die plek van die perikoop en genre

Markus begin die Evangelie met 'n kenmerkende styl wat dikwels tipies van die briefaanhef genre was: “*Die begin van die goeie boodskap (εὐαγγελίου) oor Jesus Christus, Seun van God.*” Hierdie genre is belangrik vir die lees van Markus omdat dit op die persoon en bediening van Jesus fokus (Groenewald, 1981:14; Gundry, 1974:97-114).

Hoewel die Evangelie op die persoon en bediening van Jesus die Seun van God aan die een kant fokus, dui die Evangelie aan die ander kant aan dat God Sy belofte in die persoon en bediening van Jesus Christus nagekom het (Guelich, 1989:Xxi-Xxii).

Hoewel hierdie genre Jesus as die Seun van God beklemtoon, is daar ook geleenthede waar Jesus daarop aandring dat Sy identiteit nie bekend gemaak sal word nie. Die benaming van Jesus as die Seun van God bly egter die middelpunt van die evangelie (Thielman, 2005:57; Kingsbury, 1983:80-85).

Markus is daarvoor bekend om een scenario twee of meer kere te herhaal asook om bypassende narratiewe in pare van twee en drie te groepeer. Die rede hiervoor is om

die leser dieper en meer intensief te betrek en so 'n bepaalde saak of gebeure te beklemtoon (Johnson, 2005:162).

Johnson (2005:162-163) illustreer die toepassing van hierdie beginsel soos volg:

Ooreenstemmende groepe van twee:

- Markus 4:35-41 en 6:45-52 – Die storm op die see.
- Markus 5:21-42 en 7:31-37 – Die wondergenesings.
- Markus 6:34-44 en 8:1-21 – Die vermeerdering van die brood.
- Markus 4:41 en 8:29 – Die vraag oor die identiteit van Jesus.

Ooreenkomstige groepe van drie:

- Die gelykenisse van die saad – Markus 4:3-32
- Die drie opinies aangaande wie Jesus is – Markus 6:14-15 en 8:27-28.
- Jesus kondig drie keer Sy dood aan – Markus 8:31; 9:31; 10:33-34.
- Die dissipels raak drie keer aan die slaap in Getsemane – Markus 14:32-42.
- Petrus verloën Jesus drie keer – Markus 14:66-72.

Hoewel die Evangelies (wat die Evangelie volgens Johannes insluit), verskillende vertrekpunte het, verkondig al vier die goeie nuus, naamlik Jesus as die Seun van God, die Messias, die Christus (Guelich, 1989:XXi).

Behalwe vir die terugflits oor die dood van Johannes die Doper in Markus 6:17-29, is daar 'n duidelike liniêre chronologiese volgorde vanaf Jesus se doop tot by Sy dood en opstanding in Markus. Dieselfde kan van Johannes, Matteus en Lukas gesê word waardeur Jesus as God telkens beklemtoon word (Guelich, 1989:XXi).

Wat 'n basiese strukturele indeling van die Evangelie van Markus betref, is die voorstel van Combrink *et al.* (1980:124) baie sinvol:

Markus 1:1-1:15 Opskrif en inleiding van die evangelie.

Markus 1:16-3:6 Jesus se optrede in Galilea deur woord en daad.

Markus 3:7-6:29 Jesus onderrig mense en doen wonders.

Markus 6:30-8:26 Jesus se mag brei uit.

Markus 8:27-10:52 Christologie en navolging.

Markus 11:1-13:37 Optrede in Jerusalem.

Markus 14:1-16:8 Lydensgeskiedenis en opstanding.

4.6.2.2. Sosiohistoriese konteks en die geloofskeuse waarvoor die perikoop die eerste hoorders/lesers gestel het

Die Evangelie word tussen 60 en 70 n.C. gedateer. Diegene wat eerder die datum van 70 n.C. verkies, plaas die Evangelie dan ook binne dieselfde tydgleuf as die val van Jerusalem. Sommige dateer die Evangelie voor die begin van die oorlog van 66-70 n.C., hoewel ander weer van mening is dat dit waarskynlik eerder tussen 60 en 65 n.C. ontstaan het. Breedweg wil dit dus voorkom of die Evangelie nie voor 60 n.C. ontstaan het nie maar dan ook nie later as 70 n.C. nie (Combrink *et al.*, 1980:120).

Wie die eerste lesers was, is nie presies duidelik nie en in hierdie opsig bestaan daar ook verskillende hipoteses – daarom is dit problematies om die spesifieke konteks en situasie te bepaal. Sommige navorsers verkies lesers binne Rome as die oorspronklike teikengroep terwyl ander weer Galilea verkies. Wat wel duidelik is, is dat Christene en Jesus se volgelingen gemartel en vervolgd is en dat daar spanning as gevolg van Jesus se lering was (vgl. Combrink *et al.*, 1980:122; Johnson, 2005:159).

Die kontras tussen diegene wat as heidene beskou was teenoor diegene wat as deel van die koninkryk van God beskou was, het baie konflik en spanning in die Evangelie en tegelykertyd ook radikale keuses veroorsaak (Johnson, 2005:167-168).

Wat die sosiohistoriese konteks rakende Jesus Christus die Messias betref, het die eerste eeu se Jode geglo dat Jesus 'n koning is wat Israel se beeld as volk van God weer kom herstel en dat Jerusalem en Judea uiteindelik weer onder Israelitiese

heerskappy sal val. Hulle het geglo dat Jesus uit die stam van Dawid was en ook 'n aardse gestuurde koning. Hierdie persepsie het egter spoedig vervaag as gevolg van onder ander Markus se klem op die feit dat Jesus primêr die Seun van God is en dat Hy gekom het om 'n hemelse koninkryk te vestig (Thielman, 2005:59-60).

'n Verdere belangrike faset aangaande die sosiohistoriese konteks is die feit dat gebiede buite dorpe en stede as plekke van chaos beskou is en daarom is maaltye in die algemeen nie binne sulke omgewings genuttig nie. Stil en afgeleë plekke was ook as gevaarlik beskou en daarom sou die voorstel van Jesus in Markus 6:31 aan Sy dissipels om saam met Hom na 'n eensame en verlate plek te gaan (om waarskynlik ook daar 'n maaltyd te gaan nuttig, wat nie te midde van die oorweldigende getalle mense se nood wat hulle probeer aanspreek het kon realiseer nie) waarskynlik aanvanklik vreemd voorgekom het (Malina & Rohrbaugh, 2003:171).

Markus poog om met behulp van sy beskrywing van Jesus se woorde en daede, Sy lyding en opstanding, die leser betrokke te kry by wie Jesus as die Seun van God werklik was. Hy probeer ook beklemtoon wat dit beteken om Hom te volg en dat die opstanding uit die dood 'n werklikheid is, al sou die lesers moontlik vir 'n kort tydjie beproewing ly (Combrink *et al.*, 1980:131).

4.6.2.3. Woordstudie van belangrike begrippe in die kernvers

Markus 6:31: *“Daar was baie mense wat gedurig gekom en gegaan het, sodat Jesus en sy dissipels selfs nie kans gehad het om iets te eet nie. Hy sê toe vir hulle: **"Kom julle alleen saam na 'n stil plek toe en rus 'n bietjie."***

ἔρημος τόπος verwys na 'n afgesonderde plek, verlate en onbewoon – 'n plek, privaat en weg van die stad of dorp en mense. Markus 6:35 toon aan, soos in Markus 1:45, dat 'n onbewoonde plek nie altyd privaatheid waarborg nie (Guelich, 1989:339; Wuest, 1997:132).

ὁμεις (*humeis*) verwys na die persoon self, in die geval die dissipels. Dit sou dus ook met, *“kom julleself op julle eie”* vertaal kan word. Die persoonlike voornaamwoord αὐτοι (*autoi*) spesifiseer elke individu. Die woord κατ' ἴδιος (*idios*) beklemtoon privaatheid.

ἀναπαύω (*anapauō*) verwys na 'n oomblik van rus om kragte te herstel. Soos dit hier gebruik word, beteken dit om jouself rustyd te gun, en self ook daardie keuse te maak. Die uitspraak van Jesus is dus hier ongeforseerd, “*kom julleself op julle eie*”, en gevolglik lei Hy hulle na 'n plek van rus (Bratcher & Nida, 1952:202). Wuest (1997:132) beklemtoon die stelling soos volg:

Rest' is *anapauō* (ἀναπαύω) to cause or permit one to cease from labor in order to recover and collect his strength. In the middle voice as it is used here, it means 'to give one's self rest, to take rest.

εὐκαιρος (*eukairos*) verwys na 'n geskikte tyd of moment, maar binne hierdie konteks veral dan ook die feit dat hulle juis geen sodanige geskikte tyd gehad het om te rus of te eet nie (vgl. Wuest, 1997:132).

ἀναπαύσασθε ὀλίγον verwys na die aksie van om 'n bietjie te rus, en φαγεῖν om te eet. Dit impliseer dat Jesus die dissipels se noodsaaklike behoeftes in hierdie spesifieke stadium waargeneem het (Mark 6:7-12). Jesus se begeerte hier in vers 31 verskil van wat Sy behoefte in Markus 1:35 en 6:45-46 was waar Hy die behoefte gehad het om alleen stil te word. Hier lei Hy egter Sy dissipels in hierdie inisiatief (vgl. Guelich, 1989:339; Brooks, 1991:108).

Die behoefte aan rus is weens die spanning wat hulle om verskeie redes in hierdie stadium ervaar het (Pfeiffer *et al.*, 1962:Mark 6:31). Die bediening eis sy tol emosioneel, geestelik en fisies. Daar was tegelykertyd in hierdie stadium ook die tragiese nuus aangaande Johannes die doper se dood, wat 'n intense impak op hulle gehad het (vgl. Mark 6:31; 7:24, 31; 8:22). Jesus as mens ervaar al hierdie die druk tesame met Sy dissipels en Hy is besorg oor hul welstand en Hy gee vir hulle om (Grassmick, 1985:130; Jamieson, Fausset & Brown, 1997:73).

Deur die hele proses beklemtoon Jesus die behoefte aan geestelike, emosionele en fisiese rus en dat hulle in die rus hulle toevlug na God moet neem. Rus is gevolglik 'n belangrike faset van 'n geestelike en fisiese instandhoudingsprogram (Willmington, 1997:567).

Dit is vervolgens duidelik waarom God ook in Genesis 2:2-3 op die sewende dag 'n rusdag ingestel het en dit geheilig het. Dit is 'n dag en tyd van seën en verposing met die oog op algehele herstel. Tydens sulke rusfases kry God ook die geleentheid om instandhoudingswerk aan die mens se gees en emosies te doen en terselfdertyd ook die liggaam te voed en te versterk (Wenham, 1987:36-37).

4.6.2.4. Godsopenbaring, verlossingsfeite en appèl

Die Here is besorg oor die welstand van die dissipels en wil na hul basiese behoeftes omsien. Hulle het rus nodig gehad na die opwinding van hul bediening, maar omstandighede het hulle nie toegelaat nie (Brooks, 1991:108). Jesus beklemtoon ook hierin hoe belangrik 'n ete is en dat dit in vrede en rustigheid moet kan geskied. Hulle tyd en aandag was egter so beset dat hulle selfs nie tydens etes sou kon ontspaan nie (Spence-Jones, 1909:247; Jamieson *et al.*, 1997:73).

Wanneer behoorlike rus nie geneem word nie beperk dit optimale funksionering en lê dit mense soms lam sonder dat hulle dit agterkom. Skares het gekom en gegaan en 'n verandering van tyd en plek was gevolglik noodsaaklik (Robertson, 1933b).

In die gedeelte gaan dit egter nie slegs oor fisiese kos nie, maar ook geestelike en emosionele voedsel. Hierdie vorm van rus en stilte bring die behoefte in kontak met die groot Leermeester en Geneesheer (Spence-Jones, 1909:254).

Die vraag sou verder gestel kan word of hulle inderdaad rus ervaar het aangesien daar 'n groot klomp mense was wat kort voor lank weer gewag het om bedien te word nadat hulle aan die ander kant voet aan wal gesit het. Johannes berig (Joh 6:3) dat Jesus teen 'n berg opgegaan het êrens in die heuwelagtige gebied aan die oostekant van die meer en daar saam met die dissipels gaan sit het (Jamieson *et al.*, 1997:74).

Na hierdie kort pose van rus en afsondering (tesame ook met die ontspanning op die boot tydens die oorvaart) het Jesus en die dissipels weer krag gehad vir wat voorgelê het, naamlik om die mense te voed en na hulle fisiese en geestelike behoeftes om te sien. Die beskrywing van hierdie gebeure dui inderdaad daarop dat rus deel van die gelowige mens se algemene dissipline moet wees (Mark 6:35-42) (vgl. Spence-Jones, 1909:254-255).

Jesus leer die dissipels breedvoerig en Hy praat indringend met hulle tydens hierdie kort ruspose en Hy voorsien ook op hierdie wyse in hul tydelike en geestelike behoeftes (vgl. Grassmick, 1985:129-130; Spence-Jones, 1909:254-255).

Jesus se benadering ten opsigte van die situasie verskil van dié van die dissipels. Die dissipels wil die skare laat gaan om vir hulself kos te gaan soek. Hulle sien dus die feit dat daar nie genoeg kos is as 'n hindernis terwyl Jesus dit nie so sien nie. Jesus gebruik gevolglik die geleentheid om die voorsiening van God te illustreer en tegelykertyd die weg vir 'n geleentheid te open om hierdie skare ook geestelik te voed (vgl. Spence-Jones, 1909:255).

Jesus sien nie 'n probleem nie maar wel 'n geleentheid en dit spreek van kreatiewe denke. Hy bring alles wat beskikbaar is in berekening en volgende benut Hy die geleentheid om dit ten volle geestelik te ondersoek (vgl. Grassmick, 1985:130; Spence-Jones, 1909:255).

Na Jesus die struikelblokke uit die weg geruim het, kyk Hy op na die hemel en bid. In hierdie gebed dank Hy die Vader vir beide fisiese en geestelike voorsiening. Hieruit blyk onder andere die belangrike konsepte van stilte en rus wat daaglikse noodsaaklikhede is en wat te midde van 'n besige lewe as deel van die handhawing van 'n gebalanseerde en gesonde lewenstyl gehandhaaf moet word (Spence-Jones, 1909:255). Wiersbe (1996:131) maak in terme van laasgenoemde stelling die volgende belangrike opmerking:

'If you don't come apart and rest, you will come apart.' Even God's
Servant-Son needed time to rest, fellowship with His friends, and find
renewal from the Father.

Dit is ook belangrik om waar te neem hoe Jesus deur hierdie gebeure heen Sy dissipels as instrumente gebruik en hulle bemagtig. Die feit dat die dissipels nie self kon voorsien nie was geen struikelblok nie en Jesus illustreer aan hulle, te midde van hierdie menslike krisis, God se bonatuurlike voorsiening en deurbrake. God bly die voorsiener, die inisieerder, die een wat krag en wysheid gee, die groot Leermeester en Geneesheer (Spence-Jones, 1909:255).

4.6.2.5. Raadpleging van eksegetiese bronne en Skrif- met Skrifvergelyking

Markus 6:31 toon aan dat stilte, rus, gebed, tyd met die woord asook gesonde eetgewoontes 'n baie belangrike deel van die mens se fisiese en geestelike toestand vorm. Daar is verskillende Skriftuurplase wat hierdie basiese konsep bevestig en vervolgens word 'n aantal belangrike voorbeelde in hierdie verband aan die orde gestel.

Markus 1:34-35: “... baie wat aan allerhande siektes gely het, het Hy gesond gemaak en baie duiwels uitgedryf en die duiwels nie toegelaat om te praat nie, omdat hulle Hom geken het. En vroeg in die môre, nog diep in die nag, het Hy opgestaan en uitgegaan en na 'n eensame plek vertrek en daar gebid.”

Markus 1:34a verwys na Jesus wat verskeie persone van siektes genees. Party was geestelik siek, ander onder die mag van bose geeste en ander het met fisiese probleme geworstel. Die aksie van uitdryf en ontslae raak (ἐκβάλλειν [ekballein]) vervul binne kontekste soos hierdie dikwels 'n belangrike rol met vervolgens ook die klem op Jesus as die Geneesheer en Bevryder. Hy het die bose/demone ook nie toegelaat om te praat nie (οὐκ ἤφιεν λαλεῖν)(Guelich, 1989:66).

In teenstelling met die meer persoonlike en private hantering van die genesing van Simon se skoonmoeder (Mark 1:29-31) is die hantering hier meer in die openbaar met die klem op veelvuldige genesing van verskillende siektes deur Jesus (Mark 1:32, 34a). Dit is meer openbaar, want die 'hele stad' (vgl. Mark 1:21) het by die deur van Petrus se skoonmoeder vergader (Mark 1:33). Die toneel verskuif aanvanklik vanaf binne die huis na die deur van die huis na sonder (Mark 1:32-34). Die kennis by die skare met betrekking tot Jesus en sy vermoë om te genees, word geïmpliseer deurdat hulle die siekes en besetenes na hom toe gebring het (Mark 1:32) – tog hanteer Hy elke geval individueel en op eie meriete (Guelich, 1989:66).

Wat verder belangrik hier is, is die feit dat hulle na Jesus kom, Hy skep 'n ruimte van stilte binne die persoon en buite die persoon en Hy lê die hande op en Hy genees. Na 'n hele nag se bediening, wat gebed, stilte en woordbediening insluit, vertrek Jesus baie vroeg, toe dit nog donker was, na 'n stil en 'onbewoonde plek' (ἔρημον τόπον). Dit is dieselfde terminologie wat in Markus 6:31 gebruik word om 'n plek van alleenheid

mee aan te toon. Hier word Jesus stil in verhouding tot Sy Vader en vind op hierdie wyse emosionele en geestelike herstel deur gesprek en gebed en ontvang ook weer perspektief met betrekking tot die groter visie van Sy bediening (Guelich, 1989:69) soos ook deur Markus 1:28 verwoord: *“Laat ons érens anders heen gaan, na die nabygeleë dorpie toe, sodat Ek daar ook kan preek, want daarvoor het Ek gekom.”*

Hebreërs 4:10-13: *“... wie in sy rus ingegaan het, rus ook self van sy werke soos God van syne. Laat ons ons dan beywer om in te gaan in dié rus... Want die Woord van God is lewend en kragtig en skerper as enige tweesnydende swaard, en dring deur tot die skeiding van siel en gees en van gewrigte en murg, en is ’n beoordelaar van die oorlegginge en gedagtes van die hart. En daar is geen skepsel onsigbaar voor Hom nie, maar alles is oop en bloot voor die oë van Hom met wie ons te doen het.”*

Die tema wat in Hebreërs 4:1-12 aan die orde is, naamlik om in God se rus in te gaan, kan in ’n sekere sin as ’n parallelle konteks ten opsigte van Markus 6:31 funksioneer en dien dit ook as ’n verdere begroning van die tema van die onderhawige navorsing en dus ook as ’n bekragtiging van die konsep van stilte en rus. Die rus wat in Hebreërs 4 verduidelik word, gaan nie slegs oor die uiteindelijke ewige rus van God nie, maar inderdaad ook oor die daaglikse wandel in hierdie rus en innerlike stilte – dit sluit ook by soortgelyke konsepte aan soos byvoorbeeld in Psalm 95 en 23:1-4⁵¹ verwoord. Deur hierdie rus sal die individu ervaar dat God met hulle is al gaan hulle deur donker dieptes. Dit is ook hier waar die individu sal ervaar dat God wat hulle op ’n wonderbaarlike wyse geskep het, ook by hulle is en die nag om hulle in lig sal verander (vgl. Ps 139:7-13 en Joh 1:1-4)⁵² en hulle nuut sal vorm (Du Toit, 2002:84).

⁵¹ *“Kom ons val in eerbetoon voor Hom neer, kom ons buig, kom ons kniel voor die Here ons Skepper! Hy is ons God en ons is sy volk, sy kudde, sy skape, deur sy hand versorg... Hy gee rus...”* (Ps 95:6-9 en 11). *“Die Here is my herder, ek kom niks kort nie. Hy laat my rus in groen weivelde. Hy bring my by waters waar daar vrede is. Hy gee my nuwe krag. Hy lei my op die regte paaie tot die eer van sy Naam. Sels al gaan ek deur donker dieptes... U is by my. In u hande is ek veilig”* (Ps 23:1-4).

⁵² Psalm 139:-12... *“Waarheen sou ek gaan om U Gees te ontvlug? Waarheen sou ek vlug om aan u teenwoordigheid te ontkom? Klim ek op na die hemel, is U daar, gaan lê ek in die doderyk, is U ook daar. Vlieg ek na die ooste, of gaan woon ek in die verre weste, ook daar lei u hand my, hou u regterhand my vas. Ek sou die duisternis kon vra om my weg te steek, of die lig rondom my om in nag te verander, maar vir U is selfs die duisternis nie donker nie en die nag so lig soos die dag, duisternis so goed soos lig.”* Johannes 1:1-4... *“In die begin was die Woord daar, en die Woord was by God, en die Woord was self God... Alles het deur Hom tot stand gekom... In Hom was daar lewe, en dié lewe was die lig vir die mense. Die lig skyn in die duisternis, die duisternis kon dit nie uitdoof nie.”*

Deur middel van hierdie rus, kry Jesus deur middel van stilte, gebed, en Sy Woord die kans om die mens te help om insig te verwerf, hulself weer te vind en ook innerlik versterk te word. Hierdie proses bied egter 'n uitdaging aangesien dit diepgewortelde spanning wil ondersoek, tussen murg en been insny en die wortel van 'n probleem identifiseer en opklaar. Die proses is dus soms pynlik aangesien dit slegs met die waarheid en met feite handel en sodoende genesing deur middel van rus in die teenwoordigheid van God bewerkstellig. Hierdie is 'n opdrag van God wat ook heel aanvanklik reeds volgens Genesis 2:3-4 en Eksodus 20:11 verwoord word (Du Toit 2002:85).

Matteus 11:28-38: “... Kom na My toe, almal wat vermoeid en belas is, en Ek sal julle rus gee. Neem my juk op julle en leer van My, want Ek is sagmoedig en nederig van hart, en julle sal rus vind vir julle siele; want my juk is sag en my las is lig.”

Jesus nooi almal uit om na Hom te kom en met Hom in verhouding te tree. Dit is Sy juk waarheen Hy die gelowige oproep en dit is ook Hy wat rus gee. Die weg van Jesus verskil van die weg en die juk wat die wêreld bring, dit wat 'n swaar en vermoeiende las op die gees en skouers van mense plaas. Jesus wil egter hierdie las verlig en hierdie swaar juk met 'n sagte juk en 'n ligte las vervang. Dit realiseer wanneer behoeftiges na Hom toe gaan en in Sy rus ingaan (Jes 10:27)⁵³ (Hagner, 1993:325).

Jesus beklemtoon dat die maklike weg (Luk 7:13-14) nie tot rus lei nie aangesien ware rus realiseer wanneer daar ook in die hier en nou van stres en frustrasie nogtans innerlik God se rus ervaar word – tegelykertyd beklemtoon dit ook die eskatologiese rus – Jesus beklemtoon beide (Hagner, 1993:325).

Psalm 62:2-11: “... Net by God vind ek rus, van Hom kom my redding. Net Hy is my rots en my redding, my veilige vesting, sodat ek vas en stewig staan... Net by God vind ek rus, want op Hom vertrou ek... God is my redding en my krag... Hy is my rots, my sterkte, God is my toevlug... Vertrou altyd op Hom... stort julle hart voor Hom uit...”

⁵³ “In dié tyd sal Hy die las verwyder wat hulle op julle skouers gelê het, en ook hulle juk van julle nek af; die juk sal heeltemal van julle af afgeruk word” (Jes 10:27).

Die psalm plaas sterk vertroue in God ten midde van die feit dat die mens so maklik van God weg dwaal. Vir die spreker in die psalm is God 'n bastion van veiligheid en krag in die aangesig van magtige vyande wat wil vernietig en deur afpersing, plundering, roof en selfverryking bedreig. Die skrywer vind sy sterkte in 'n rustige sielestilte voor God – 'n posisie wat krag vir sowel selfbemoediging (vers 6-8) asook aanmoediging (vers 9-11) gee. Stilte voor God besweer oorheersende elemente van vrees, angs, teleurstelling en pyn van mishandeling. Die toereikendheid van Goddelike krag en Goddelike bereidheid om diegene wat getrou is te help, bekragtig behoeftige individue om, te midde van krisis, kalm in vertroue voor God te bly en ook in krag en selfdissipline te groei (Tate, 1998:122-123).

Die psalm spreek egter nie van 'n naïewe idealisme wat die werklikheid van die bose in die wêreld ignoreer nie en die digter is ook van die teenstellende karakter van die menslike natuur bewus. Die diepte van die psalm berus egter op die feit dat God die wat na Hom soek help en aan hulle rus gee. Dit is in hierdie rus dat God aan die mens die krag en die vermoë gee om deur Sy oë te sien, die wortel van probleme te identifiseer en te evalueer en die lewe sonder enige kamoefling, persepsies en bedrog te sien (Weiser, 1962:451).

Praktyke soos die handhawing van rus, stilte, gebed, en ook die inneem van geestelike en fisiese voedsel dien as voorkomende maatreëls ten opsigte van emosionele uitputting en ineenstorting. Wanneer daar met hoop en in stilte op die Here gewag word en in geloof aan God vasgehou word, lei dit tot versterking van die gelowige deur God in onseker tye. In die proses raak die individu weer van God se teenwoordigheid, Sy sorg en Sy beloftes bewus. Dit skep hoop en hoop strek met verwagting uit na die toekoms (Calvyn & Simpson, 1984:42). Innerlik rus en vrede versoen die self met die self, met ander en met God (Rom 5:1) (De Bruyn, 1993).

Deur onderhouding van stilte, gebed en *lectio divina* bring God rus en vrede in mense se lewens (Jes 58:13,14; Fil 4:4). So 'n proses word deur Jesus in Markus 6:31 bemiddel en die beginsels wat hier gedemonstreer word, kan in 'n sekere sin as 'n geestelike en fisiese welstandsprogram beskryf word (De Bruyn, 1993). Christus is die ware Geneesheer en daarom lei Hy deur Sy eie voorbeeld en maak Hy die mens van die belangrikheid van rus, stilte, gebed en *lectio divina* bewus (Matt 11:28; Fil 1:9,10; 1 Pet 2:2; Heb 5:12-6:3) (De Bruyn, 1993).

Stilte, gebed en die Woord motiveer die mens om in God se rus in te gaan – daarom motiveer Jesus die dissipels om self ook so te doen deur hulle as't ware in hierdie proses in te nooi en te begelei (Luk 6:12; Mark 3:13-19) (Groenewald, 1989:76-77).

4.6.2.6. Huidige sosiohistoriese konteks en geloofskeuses vir huidige hoorders/lesers

Nadat Jesus die verslag van die Twaalf gehoor het en self ook al die emosies ervaar het, het Hy privaatheid gesoek om sodoende onversteurd oor die gebeure te besin en om die nuus te verwerk. Sy dissipels was in hierdie stadium emosioneel oorlaai, fisies oorwerk, getraumatiseerd en Jesus begelei hulle na 'n fase van rus (Jamieson *et al.*, 1997:73).

Wat die hedendaagse konteks betref is dit so dat dieselfde belangrike lewensonderhoudende elemente soos maaltye, ontspanning, rus, stilte, gebed en *lectio divina*, soos in Markus 6 bespreek, ook verwaarloos word. Hiermee saam is algemene tendense soos slegte ekonomiese toestande, armoede, misdaad, siekte en allerlei peste en plae (vgl. die CORONA virus) aan die orde van die dag en dra dit alles tot hoë stresvlakke en daaglikse gejaagdheid by (Markus 1:35; 6:13; 10:21; 14:5, 15:25) (Spence-Jones, 1909:254).

Wat die konteks van Markus 6 betref, is dit verder ook so dat het Christene onder baie druk verkeer het en dat die Jode ook gedreig het om Jesus dood te maak. Polities was die verwagting dat die keiser geëer en aanbid moes word en het Jesus se optrede en die groot aanhang wat dit ontlok het tot verdere spanning gelei (Duling, 2003:296)

Die gevolg was dat Jesus vier keer stelselmatig vanaf Galilea onttrek het en na omliggende areas uitgewyk het. Een na die oostelike oewer van die see (Mark 6:31-56), een na die streek Tirus en Sidon (Mark 7:24-30), een na Dekapolis (Mark 7:31-8:9), en een na Caesarea Philippi (Mark 8:10-9:50). Gedurende hierdie tyd was Christus met aktiewe toerusting en opleiding van die twaalf dissipels besig (Pfeiffer *et al.*, 1962:Mark 6:31).

Markus verwys nie minder as elf geleenthede nie waarop Jesus afstand moes onttrek en afstand tussen Homself en ander plaas, soos byvoorbeeld om vanaf Sy vyande te

ontsnap, om in eensaamheid te bid, vir periodes van rus moes onttrek of vir 'n private gespek met sy dissipels (Mark 1:12; 3:7; 6:31, 46; 7:24, 31; 9:2; 10:1; 14:34) (Vincent, 1887:175).

Te midde van al hierdie stressors is dit Jesus wat die mens daarop wys dat die liggaam rus en sorg nodig het en dat basiese aspekte soos hierdie nie verwaarloos moet word nie. Die aspek van rus is egter nie slegs op die liggaamlike demensie van toepassing nie, maar ook op die geestelike en emosionele demensies. Ten einde reg te laat geskied aan hierdie drie demensies het die mens gevolglik nodig om op 'n gereelde basis tyd en ruimte vir ononderbroke stilte in te ruim sodat Jesus en die Vader onder die leiding van God Heilige Gees die nodige herstelproses kan fasiliteer (Spence-Jones, 1909:254).

Rus en stilte is nie passiewe konsepte nie maar eerder aksie en reaksie. Dit is inderdaad skeppende aksies waartydens gedagtes van die hart en denke beoordeel word en geestelike onsuiverhede ontbloot word. Die heling en herstel wat in tye soos hierdie plaasvind is soms tereg wysend, soms restourerend en soms bloot net om te rus, die neem van 'n pose, weg van die trauma en terapie (Du Toit, 2002:85-88).

In Markus 1:35 en Markus 6:46 openbaar Jesus die behoefte om by geleentheid alleen en weg van die dissipels te gaan en stil op 'n eensame plek te word. Hy doen dit ook in Getsemane as Hy die dissipels beveel om vir hom te wag terwyl Hy eenkant alleen gaan bid (Mark 14:32 en Mat 26:36) (Hendriksen, 1981:247-248, 267). Rus, stilte en tyd met God se Woord vorm dus 'n kardinale deel van God se algemene instandhoudingsprogram vir die gelowige – daarom is dit ook van besondere belang vir die onderhawige studie en die algemene pastorale intervensieproses na trauma.

4.6.2.7. Gevolgtrekkings en basiese riglyne

Stilte en rus as geestelike dissipline is regeneratief en moedig herstel aan (Willard, 2009:loc.3213) en is 'n belangrike terapeutiese komponent deur God aan die mens gegee (Reda, 2009:159-160). Dit verbeter fokus, bring kalmte en stabiliteit terwyl dit die liggaamlike en geestelike vermoë versterk en herbou. Die dissiplines van stilte, gebed en tyd met die Woord kan volgens Amen (2018:loc.1000) ook daartoe bydra dat liggaamlike toestande soos spysvertering en asemhaling verbeter. As vorme van

rus kan dit ook as kreatiewe hulpmiddele spanning reguleer en algemene gesondheid bevorder.

Deur middel van die twee komponente van stilte en gebed tesame met 'n diep toegewyde omgaan met die Woord van God is die gelowige inderdaad besig om skeppend en herskeppend deur die Gees van God daaglik met die werklikheid om te gaan (Forsyth, 2012:loc.1090-1093). Soos wat die Skrifwoord bestudeer word, kry God die geleentheid om ook op bonatuurlike wyse heling en herstel te fasiliteer (Painter, 2011:loc.159-166, 180, 240, 327).

4.7. NEUROPLASTISITEIT, 'MINDFULNESS', KONTEMPLATIEWE STILTE, GEBED EN *LECTIO DIVINA*

Studies in die neurowetenskap het al meer van die bydraende impak wat aspekte soos stilte en gebed op die geestestoestand van 'n individu kan hê, begin bewus raak. Gevolglik het daar op hierdie wyse 'n nuwe navorsingsveld ontstaan voortspruitend vanuit die groeiende belangstelling vanuit die neuro-wetenskappe met betrekking tot die verhouding tussen kontemplatiewe meditasie en individue se geestelike lewe (vgl. Davidson, 2012:196).

Die gebruik van kontemplatiewe meditasiepraktyke in pastorale en geestelike sorg het 'n beduidende invloed op die brein, soos reeds aangetoon. Neuroplastisiteit en die brein se vermoë om in struktuur en funksie te verander en aan te pas, verduidelik waarom stilte, gebed en bepeinsing van God se Woord 'n deurslaggewende rol, veral ook met betrekking tot getraumatiseerde individue se geestesgesondheid, kan vervul (Newberg, 2010:4-5).

Kontemplatiewe geestelike praktyke het die vermoë om die brein te balanseer en sodoende die invloed wat trauma en krisisse op gedrag en menslike verhoudings het, beter te bestuur. Dit is gevolglik belangrik dat daar binne enige voorgestelde model 'n interaksie tussen enersyds die nakoming en toepassing van gesonde geestelike praktyke en beginsels, en andersyds die integrering van die resultate van neuro-wetenskaplike navorsing op hierdie terrein sal wees – dit is vervolgens ook die oogmerk met die onderhawige studie (Bingaman, 2014:1).

Vanuit die navorsing het geblyk dat gefokusde en bewuste kontemplatiewe meditasie (stilte en bepeinsing) en gebed die vermoë het om angstigheid en spanning aansienlik af te plat indien dit korrek toegepas word. Hierdie bevindinge hou belangrike voordele vir pastorale beraders en psigoterapeute in die geestelike versorging van individue met hoë vlakke van stres en angs, as gevolg van trauma en krisis, in (Bingaman, 2014:1).

Jesus Christus se lering vanuit die Bergrede maan byvoorbeeld gelowiges om nie oor die dag van more bekommerd te wees nie (Mat 6:34). Die praktiese toepassing van hierdie beginsel op grondvlak in korrelasie met neuro-wetenskaplike navorsing oor die plastisiteit van die veranderlike brein, noop die gelowige om nuut en kreatief te dink en te beplan wat enige toekomstige perspektiewe betref (Bingaman, 2014:2).

Mediese navorsing asook die resultate vanuit kliniese berading bevestig dat spanning en angs nie bevorderlik vir die mens se algemene gesondheid en welstand is nie en dat dit in die langtermyn uiters vernietigend is. As gevolg van die brein se ingeboude vooroordeel en ook geneigdheid tot angstigheid, is dit dikwels die verlede tesame met 'n teenswoordige krisissituasie wat spontaan 'n angstigheid ten opsigte van die toekoms tot gevolg kan hê – daarom dan ook dat Jesus hierdie belangrike aspek in Matteus 6:34 hanteer (vgl. Bingaman, 2014:2-3).

Insig en perspektiewe in hierdie verband wat vervolgens ook binne 'n pastorale model geïntegreer word, kan as model die pastorale en kliniese praktyk van groot hulp met betrekking tot die pastoraat en kliniese berading in die algemeen wees. Dit kan geskoolde beraders en terapeute help om ervarings van vrees en angs beter te bestuur deur onder andere van die komponente van kontemplatiewe stilte, gebed en bepeinsing gebruik te maak. Hierdie benadering het ten doel om as't ware die brein nuut te programmeer en op hierdie wyse 'n nuwe paradigma te vestig waardeur alle toksiese elemente geïdentifiseer en geëlimineer word en alle angstige gedagtes en gevoelens gereguleer en gekalmeer word. Hierdie benadering bring die slagoffer ook in kontak met hul eie interne ervarings en bemagtig hulle ook om mettertyd dit self te bestuur (vgl. Bingaman, 2014:2-3, Roemer & Orsillo, 2009:132).

'n Kontemplatiewe neuro-wetenskaplike benadering tot pastorale sorg gee ook erkenning aan die groeiende hoeveelheid navorsing wat bevestig dat faktore soos

aktiewe meditasie (bepeinsing) en intensiewe kontemplatiewe gebed die neurale funksionering in spesifieke dele van die brein versterk en verbeter. Dit lei verder tot die verlaging van angs en depressie, verbeter sosiale bewustheid en empatie en bevorder ook kognitiewe en intellektuele funksionering (Newberg, 2009:149).

Longitudinale studies wat op die daaglikse praktyk van kontemplatiewe gebed en meditasie fokus, toon verder ook aan dat gefokusde kontemplatiewe tegnieke in die algemeen 'n geestelike vertroostende uitwerking het wat innerlike vrede en kalmte bewerkstellig. Faktore soos bewuste stilte en gebed help gewoonlik om ook lig op 'n spesifieke toestand te werp, skep 'n mate van beheer en ewewig en lei vervolgens na stabiliteit (Bingaman, 2014:4)

Aansluitend by laasgenoemde toon Merton (2007:1) in sy navorsing aan dat kontemplasie oor 'n hoë waarde beskik ten einde die geestelike veerkragtigheid en intellektuele vermoë van individue wat skerp en gefokus is te bevorder. Dit gee aan so 'n persoon die ervaring dat hulle werklik lewe, volledig wakker is, ten volle aktief is, ten volle bewus van hul omgewing is en ook die gevoel van in beheer te wees. Dit verwek vervolgens ook spontane ontsag vir die heiligheid van God en vir die lewe en ook die oortuiging dat hulle die mens kan wees wat God oorspronklik bedoel het.

Bingaman (2014:11-20) beklemtoon verder die aspek dat hierdie hele proses uiters uitdagend vir sommige mag wees. Dit kan byvoorbeeld met die feit verband hou dat sommige individue angstig en skuldig sou kon voel weens 'n gebrek aan vertroue omdat hul vertroue êrens in die verlede geskend sou kon wees. Die berader moet hiervan bewus wees en ook van die feit dat stilte en afgesonderheid op sigself ook angstigheid kan veroorsaak. Dit is dus belangrik om vooraf op hoogte te wees van die beradene se hele verhaal en persoonlike ervarings alvorens daar met die proses van kontemplatiewe stilte begin word – dit is gevolglik 'n proses wat versigtig en met oorleg benader moet word.

4.8. BESPREKING VAN VOORLOPIGE MODEL VANUIT 'N SKRIFGEBASEERDE HOEK

In hierdie hoofstuk is op 'n aantal belangrike Skriftuurlike en eksegetiese perspektiewe

gefokus wat aanvullend tot die voorlopige voorgestelde pastorale model kan wees, soos reeds in die voorafgaande hoofstukke geformuleer. Die Bybelse fundering en motivering vir die konsepte van stilte, gebed en *lectio divina* is uiteraard vir 'n pastorale studie belangrik en in hierdie betrokke hoofstuk is daar vervolgens ook veral op aspekte soos hierdie gefokus. Vervolgens word die aspekte wat in hierdie hoofstuk sterk op die voorgrond getree het in die voorlopige pastorale model, soos in hoofstuk 3 aan die orde gestel, geïnkorporeer.

PROSES 1: Hanteer die vraag: *Wat is besig om te gebeur, of wat het gebeur, of wat is die behoefte?*

Stap 1: Vasstelling van behoefte of probleem na trauma.

Stap 2: Die stel van vrae in 'n poging om werklik te verstaan, opregte belangstelling te toon en terselfdertyd belangrike inligting aangaande die krisis of trauma in te win.

Stap 3: Waarneming, ontleding en formulering van spesifieke behoeftes en nood na afloop van die trauma.

Stap 4: Bekendstelling aan kontemplatiewe stilte, gebed en *lectio divina* as deel van die intervensieproses – dit sluit in die aktivering van emosionele kreatiewe denke asook die implementering van die 3P en 3E model (veiligheid, stabiliteit, beskerming). Die klem begin by hierdie stap ook reeds op die konsep en beginsels van neuroplastisiteit en denke val.

Stap 5: Die trauma- en mediese geskiedenis van die beradene word aangevra met die oog op stap 8 wat later sal volg.

Stap 6: Bekendstelling aan Neethling en Rutherford (2014a:241-246) se heelbrein dimensionele voorkeure model en aflegging van die betrokke toets. Redes en motivering word ten opsigte van die belangrikheid en toepaslikheid van hierdie toets gegee.

PROSES 2: Hanteer die vraag: *Waarom gebeur sekere dinge met die individu?*

Stap 7: Die geleentheid word ingelei deur vasstelling van die persoon se welstand.

Die beradene word deur 'n proses van stilte, gebed en rus begelei.

Stap 8: Die beradene se trauma- en mediese geskiedenis word nagegaan. (Hier vervul die gebruikmaking van aanverwante hulpbronne en dissiplines soos byvoorbeeld insette vanaf 'n neuroloog, psigiater, arbeidsterapeut, mediese praktisyn en so meer 'n belangrike rol, indien nodig).

Stap 9: Hantering en terugvoer ten opsigte van die resultate van die toets van Neethling en Rutherford (2014a:241-246) se heelbrein dimensionele voorkeure.

Stap 10: Traumagebeure word weer beskryf (Hier val die klem op 'n beskrywing en formulering van alle beskikbare inligting aangaande die individu en die belewenis van die betrokke traumatiese gebeure – sintuiglike ervarings speel 'n belangrike rol).

Stap 11: Die proses en byhou van rus, stilte, gebed en *lectio divina* word weer verduidelik asook waarom dit belangrik is om die proses tussen sessies by te hou.

Stap 12: Die beradene word deur die proses van rus, stilte, gebed en *lectio divina* begelei met die doel om dit self tuis toe te pas.

PROSES 3: Hanteer die vraag: *Wat behoort te gebeur?*

Stap 13: Navraag oor die welstand van die beradene word gedoen gevolg deur 'n proses van rus, stilte, gebed en *lectio divina*.

Stap 14: Die beradene reflekteer op die traumagebeure asook die impak en gevolge daarvan.

Stap 15: Ondersoek en formuleer beskikbare en geselekteerde traumaverwante inligting, persoonlike inligting en evaluering van alle objektiewe feite. Verder kom die konsepte van neuroplastisiteit, '*mindfulness*' en '*neurosculpting*' ook hier aan die orde.

Stap 16: Hier word verder in diepte op die konsep van '*neurosculpting*' en die formulering van moontlike oplossings met inagneming van die 3P en 3E model asook die heelbrein demensie gefokus.

In stappe 15-16 vervul stilte, gebed en *lectio divina* 'n belangrike rol asook die persoonlikheidstipe en voorkeure van die individu soos deur Neethling en Rutherford bepaal.

PROSES 4: Die neem van 'n ruspose

Stap 17: Hier is die fokus op kreatiewe rusposes onafhanklik van die oorspronklike traumatiese situasie met die klem op rus asook die konsepte van stilte, gebed en *lectio divina*. Die doel is om die brein te laat rus en tegelykertyd ook kreatief te aktiveer sonder om oormatig op die oorspronklike probleem te fokus.

PROSES 5: Hanteer die vraag: *Wat behoort te verander?*

Stap 18: Navraag word oor die beradene se welstand gedoen en persoonlike terugvoer word aangaande die totale proses en belewenis tot in hierdie stadium gegee.

Stap 19: 'n Proses van rus, stilte, gebed en *lectio divina* word voortgesit.

Stap 20: Op hierdie punt word op die realisering en generering van nuwe idees en moontlikhede gefokus ten einde die probleem voortaan mee te hanteer.

Stap 21: Belangrike elemente waarmee voortaan gewerk gaan word, word geïdentifiseer terwyl effektiewe oplossings as tersaaklike hanteringsgereedskap met betrekking tot die spesifieke beradene se persoonlike behoefte geïdentifiseer word.

Stap 22: Voorgestelde hanteringsvaardighede (*tools*) word vervolgens getoets en geanaliseer deur daarvoor stil te word, daarvoor te bid en dit aan die hand van die Woord te evalueer.

Stap 23: Die beradene word weer eens na 'n posisie van rus deur stilte, gebed en *lectio divina* begelei.

Stap 24: Die byhou van die konsepte van stilte gebed en *lectio divina* asook die toepassing van 'n werkbare oplossing word ondersoek en verduidelik.

PROSES 6: Terugvoer, vorderingsverslag en instandhouding

Stap 25: Navraag oor die welstand en belewenis van die beradene word gedoen. 'n Posisie van rus word deur stilte gebed en *lectio divina* ingeneem.

Stap 26: Terugvoer word gegee ten opsigte van vordering aangaande behoefte en effektiwiteit van hanteringsmeganismes.

Stap 27: Oorblywende probleme, vrae en behoeftes word, in gesprekvoering maar ook deur middel van stilte en gebed, bespreek en hanteer.

Stap 28: Oplossings word aangepas of nuwe oplossings word ondersoek indien nodig.

Stap 29: Die beradene word ten slotte weer eens in 'n proses van rus deur stilte, gebed en *lectio divina* ingelei.

4.9. SAMEVATTING

Vanuit hoofstukke 2 en 3 is daar reeds kennis geneem van watter positiewe rol kontemplatiewe bepeinsing, '*mindfulness*', neuroplastisiteit asook ander soortgelyke benaderings op die geestesgesondheid van die mens kan hê. So is daar ook kennis geneem van die rol wat stilte, gebed en *lectio divina* as kreatiewe hulpmiddelle in die pastorale krisisintervensieproses na trauma speel.

In hierdie hoofstuk is daar vervolgens gepoog om al die vermelde aspekte Skriftuurlik te begrond met besondere verwysing na Efesiërs 4:23-24, Markus 6:31 en Matteus 6:34. Verskeie ander Skriftuurplase is ook in die bespreking betrek en daar is verder ook op die gebruikmaking van sommige van hierdie motiewe in Jesus Christus se eie beradingsbenadering gewys.

Die konsepte van rus, stilte en gebed as deel van God se skepping het ook geblyk deel van God se kreatiewe aard te wees om mense tot hulp te wees. Hierdie aksie is vervolgens ook generatief met die doel om te herskep en te herstel.

Dit het verder ook geblyk dat die benadering van kontemplatiewe bepeinsing, stilte, en gebed binne die algemene geestesgesondheid steeds 'n belangriker rol vervul en dat kruisbestuwing tussen die praktiese teologie en aanverwante gedragswetenskappe in toenemende mate prominensie verkry.

'n Kontemplatiewe neuro-wetenskaplike benadering tot pastorale en geestelike sorg is duidelik belangrik en het ook geblyk Bybels gefundeer te kan word. In hierdie verband sou die stelling ook gemaak kan word dat verskillende komponente van stilte, gebed, *lectio divina*, kreatiewe denke, neuroplastisiteit en '*mindfulness*' inderdaad ook deur Jesus self beoefen is as deel van Sy aardse bediening terwyl Hy tegelykertyd die gelowiges aanmoedig om dit toe te pas.

Soos deur die neuro-wetenskappe uitgelig, is dit ten slotte dus belangrik dat daar in die begeleiding van traumaslagoffers kennis van aspekte soos stilte, gebed, *lectio divina* en kreatiewe denke as pastorale intervensiehulpmiddele, met die oog op heling en herstel, geneem sal word.

DIE PRAGMATIESE TAAK

DIE FORMULERING VAN 'N PRAKTYKGERIGTE TEORETIESE MODEL IN TERME VAN STILTE, GEBED EN *LECTIO DIVINA* AS KREATIEWE HULPMIDDELE IN DIE PASTORALE INTERVENSIE-PROSES NA TRAUMA

HOOFSTUK 5

51. INLEIDING

Osmer (2008:4; 177-218) fokus in die vierde stap van sy voorgestelde model op die pragmatiese taak. Hierdie taak is op die vraag gerig: “*Wat behoort te verander; hoe moet dit verander; of hoe behoort daar gereageer te word?*” Osmer (2008:4) beskryf die pragmatiese taak soos volg: “*Determining strategies of action that will influence situations in ways that are desirable.*” In die beantwoording van hierdie vraag sal daar krities in dialoog getree word met die voorafgaande navorsingsinsette soos in die vorige hoofstukke uiteengesit asook toepaslike versterkende insette binne in 'n pastorale teoretiese raamwerk (Osmer, 2008:10-11).

Die pragmatiese taak het ten doel om belangrike kennisinsette vanuit die deskriptiewe taak, die interpreterende taak en die normatiewe taak, praktiese teologies in 'n aanwendingsmodel te verweef, en so 'n bydra in terme van pastorale intervensie, praktiese teologie en die wetenskap in die geheel te maak (vgl. Osmer, 2008:183). Osmer (2008:4; 11) se kwalitatiewe praktiese teologiese navorsingsmodel sien soos volg daarna uit:

Figuur 12: Osmer en die pragmatiese taak.



Figuur 13: 'n Tabel indeling van Osmers kwalitatiewe model.

Taak	Deskriptief	Interpretatief	Normatief	Strategies-pragmaties
Vraag	Wat is aan die gebeur?	Waarom is dit aan die gebeur?	Wat behoort te gebeur?	Wat behoort te verander?
Funksie	<i>"Priestly listening"</i>	<i>"Sagely wisdom"</i>	<i>"Prophetic discernment"</i>	<i>"Servant leadership"</i>

5.2. DOELWIT

Die pragmatiese taak wil toepaslike kennisinsette vanuit die voorafgaande take teoreties en prakties in 'n voorgestelde praktykgerigte model aanwend. Die taak wil 'n funksionele dienende strategie saamstel wat die wetenskap, die pastorale proses asook die bepaalde episode, situasie en konteks effektief dien en begelei. Hier gaan

dit nie bloot om die kennisname van nuwe denke nie maar ook om die denke pragmaties in 'n aanwendingsmodel te integreer (Osmer, 2008:234).

Volgens Heyns en Pieterse (1990:86) gaan die pragmatiese taak om kritiese interaksie tussen teorie en praktyk met die doel om 'n praktykgerigte teorie te ontwikkel wat teologies, eties en Bybels begrond kan word. Hierdie praktykteorie is aan kritiese denke en verandering onderworpe (Van der Ven, 1993:38).

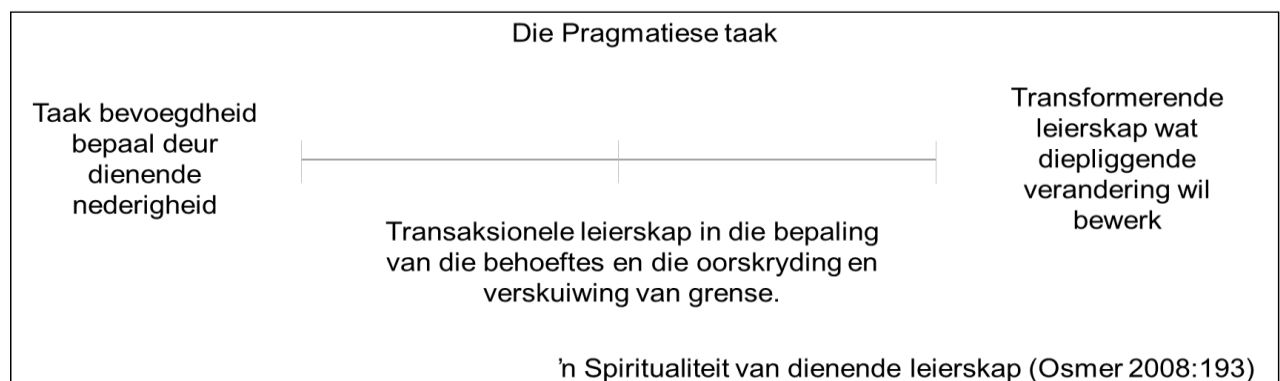
Osmer (2008:10) belig hierdie strategie soos volg: *“The pragmatic task focusses on strategies and actions that are undertaken to shape events toward desired goals ”*

5.3. OSMER SE SPIRITUALITEITSMODEL VAN DIENENDE LEIERSKAP

Osmer (2008:176-179) stel drie taakgerigte leierskapsteorieë voor om funksionele transformasie te weeg te bring, naamlik taakbevoegdheid, transaksionele leierskap en transformerende leierskap.

Osmer (2008:193) illustreer die pragmatiese taak soos volg:

Figuur 14: Osmer se spiritualiteitsmodel van dienende leierskap.



- *Taakbevoegdheid bepaal deur dienende nederigheid* – verteenwoordig respek, eerlikheid, en diensbaarheid. Die taak berus op die volgende twee belangrike bene (Osmer, 2008:193-194):

- Akkommodering van konkrete behoeftes met die doel om te dien.
- Die erkenning van natuurlike spontaniteit, grense, strukture en tradisies.

Hierdie proses dien die behoefte, die taak, die individu en gemeenskap en is basies op episode, situasie en konteks gerig (Osmer, 2008:194).

- *Transaksionele leierskap en bepaling van diepliggende behoeftes en grense* – dit wil deur gesonde goeie leierskap diepliggende behoeftes bepaal en verstaan. Doelwitte en behoeftes moet met begrip saam onderhandel word om sodoende 'n dienende en toepaslike grondteorie en strategie te bepaal (Osmer, 2008:194).

Die fasiliteerder is taakgerig en behoefte dienend, gefokus op die behoefte van die individu en die gemeenskap, hoe beide natuurlik spontaan funksioneer, en wil in teorie en praktyk tot hulp wees en bemagtig (Osmer, 2008:194-195).

Osmer (2008:195) se transaksionele leierskap kan in die volgende drie komponente opgedeel word:

- Die identifisering van praktiese doelstellings.
 - Moontlike oplossings wat behoeftes kan vervul en oplos.
 - Motivering vir toepassing, mobilisasie en selfverantwoordelikheid.
- *Transformerende leierskap* – tesame met diepliggende veranderings berus dit op die volgende drie paradoksale boustene:
 - Daar is geen uitkomsgebaseerde waarborge ten opsigte van 'n bepaalde episode, situasie of konteks nie. Elke geval verskil van mekaar. Teorieë en praktiese hulpmiddele is tot 'n episode, situasie en konteks beperk. Teorieë en nagevorste praktyke dien slegs as basis terwyl uitkomst nie logies afgelei kan word nie – dit sluit basies by kreatiewe laterale denke se benadering in die oplos van 'n probleem aan (vgl. 2.1). Die soeke is dienend op die taak, behoefte, natuurlike samestel, grondteorieë en so meer gefokus. Hierdie bousteen is van God se wysheid en leiding afhanklik, wat in teorie by stilte, gebed en *lectio divina* aansluit asook Osmer (vgl. 5.2) se benadering dat die model Bybels gefundeer moet wees (Osmer, 2008:196-197).

- Kry beheer met gesonde en toepaslike wat die toets geslaag het en wat bemagtig. Bemagtiging gaan oor leierskap wat deur goeie gesonde navorsing grondige feite bekom, die inligting formuleer en onverhinderd as gesonde tersaaklike kennis bekendstel, met die doel om te verryk en binne 'n goedbegronde funksionele toepassingmodel aan te wend. Die bemagtigingsproses gaan die bemiddeling van kennis asook die toepassing van selfverantwoordelikheid vereis. Bemagtig wil nuwe toepaslike teorieë omhels en ook praktiese modelle vorm en aanwend. Praktykgerigte teorie sal deurgaans aan aanpassings onderhewig wees (Osmer, 2008:198-199).
- Die derde bousteen hou veral met die term '*less attached*' verband. Hierdie bousteen fokus op die betrokkenheid van die fasiliteerder se objektiewe betrokkenheid. As die fasiliteerder te emosioneel betrokke is, kan dit die proses negatief beïnvloed. Hierdie feit beteken nie dat die fasiliteerder afgestomp, ontoereikend en sonder simpatie moet wees nie. Die fasiliteerder se rol is juis ondersteunend, verdraagsaam, begeleidend en vol van begrip. Die fasiliteerder luister dus objektief en simpatiek en is ook taakgerig en op die doel gefokus. Hulle versamel opbouende, tersaaklike, en goed begronde kennisinsette en bemagtig en bemiddel strategiese oplossings (Osmer, 2008: 199).

Bovermelde drie boustene sluit sterk by dit aan wat in hoofstukke 1-4 as kennisinsette met betrekking tot pastorale intervensie, kreatiewe laterale denke, neuroplastisiteit, emosionele kreatiwiteit, die heelbrein demensie, en so meer, geïdentifiseer is.

5.4. BELANGRIKHEID VAN MODELLE VIR INTERDISSIPLINÊRE DIALOOG IN PRAKTIESE TEOLOGIE

5.4.1. Omskrywing van praktykteorie as begrip

Praktiese teologie as wetenskap volg 'n inklusiewe benadering ten opsigte van die versameling van wetenskaplike kennisinsette. Praktiese teologie wil in teorie en praktyk waarde toevoeg deur wetenskaplike dialoog, empiriese navorsing en deur interaksie te bevorder, hoewel dit van wetenskaplike vakgrense bewus bly. Hierdie

interaksie is krities nadenkend, interpreterend en laat ruimte vir verdere navorsing en ontwikkeling (Osmer 2008:5-6, 11-13, 32, 199-201; Runco, 2007:388-389; Heyns & Pieterse, 1990:52, 86; Van der Ven, 1993:38).

Praktiese teologie staan in diens van God en wil deur kwalitatiewe studie groei bevorder, prakties tot hulp wees deur teorieë en modelle saam te stel wat God se saak asook die wetenskap dien (Osmer, 2008:192). Osmer (2008:164-178) beklemtoon die volgende drie basismodelle om wetenskaplike ontwikkeling te bevorder:

- Die korrelasiemodel
- Die transformerende model
- Die transversale model

5.4.2. Korrelasiemodel van interdisiplinêre dialoog

Die Korrelasie model vir interdisiplinêre dialoog, wil dialoog tussen die

teologie en ander wetenskaplike velde bevorder, terwyl dit ook kennisinsette wil bekom, verifieer en korreleer. Die praktiese teoloog bekom kennis ten opsigte van die onderskeie tendense, luister kwalitatief versigtig na ander wetenskaplike dissiplines aangaande 'n bepaalde tendens, interpreteer en versamel kennis, integreer toepaslike kennis en maak self 'n wesenlike bydrae tot die dialoog (Osmer, 2008:164-166).

5.4.3. Transformasiemodel van interdisiplinêre dialoog

Die Transformasie model vir interdisiplinêre dialoog wil kennisinsette vanuit verskillende wetenskaplike dissiplines toelaat om transformerend 'n bydrae tot 'n spesifieke episode, situasie en konteks te maak. Deur gesonde kritiese dialoog bemagtig aanverwante dissiplines mekaar teoreties deur getoetste en toepaslike wetenskaplik versamelde kennis (Osmer, 2008:167-170).

Praktiese teologie is egter 'n aanwendingsmodel en wil daarom versamelde kennis prakties aanwend. Interdisiplinêre transformasie wil verder ook groei deur transveraliteit bevorder. Hierdie transformasie is diepliggend, krities, prosesmatig, taakgerig en aan veranderlikes onderhewig (Osmer, 2008:167-178).

5.4.4. Transversale model van interdisiplinêre dialoog

Die transversale model vir interdisiplinêre dialoog wil dialoog tussen die verkillende wetenskaplike dissiplines maksimaliseer deur verskillende wyses van verstaan aangaande 'n spesifieke kwessie aan die orde te bring (Osmer, 2008:170-172). Hierdie model sluit sterk by kreatiewe denke en De Bono (2004:loc.1179-1182) se “*six thinking hats*” benadering aan (vgl. 2.4.4.2).

Verder verbreed die transversale model kennis deur interaktiewe polarisasie. Hierdie polarisasie van kennis het 'n rimpelingeffek wat vooruitgang deur die integrering van krities geselekteerde toepaslike kennis bevorder (Osmer, 2008:170-172).

Die onderhawige studie het reeds aangetoon wat die belangrikheid hiervan is en hoe verskeie wetenskaplike velde mekaar aanvul, transversaal verryk, transformeer en laat groei. Sonder die betrokke modelle en gesonde kwalitatiewe dialoog sou hierdie navorsing baie armer gewees het.

5.5. DIE PRAGMATIESE TAAK, PASTORALE INTERVENSIE EN KREATIEWE LATERALE DENKE

5.5.1. Kreatiewe pastorale intervensie

Pastorale intervensie as proses het ten doel om traumaslagoffers in 'n krisistyd tot hulp te wees en deur slagoffers kreatief te ondersteun deur funksionele strategieë met die doel om geestelike, emosionele en sosiale stabiliteit te vind (vgl. 2.6; 2.5.2; 2.5.4).

Toepaslike hanteringstrategieë en geskikte praktiese aanwendingsmodelle na trauma is van uiterste belang in die pastorale intervensieproses en vra vir deeglikheid en doeltreffendheid (vgl. 3.2; 2.3.4.2).

'n Multidisciplinêre spanbenadering is gevolglik noodsaaklik met die oog op effektiewe hulpverlening. 'n Pastorale berader met die korrekte insig en opleiding, in samewerking met insette vanuit die mediese en geesteswetenskappe, kan 'n effektiewe en kreatiewe hulpmiddel in terme van getraumatiseerde slagoffers wees. Daarom moet velde nie teen mekaar afgespeel word nie, maar mekaar se insette, tot voordeel van

die slagoffer, integreer en mekaar ondersteun en versterk (vgl. 2.4.5; 2.3.4.2; 3.3.1.1; 3.4.2; 5.4; 5.5.1; 5.5.2).

Die berader moet gevolglik van alle bruikbare insette en resultate vanuit die gedragswetenskappe kennis neem en met die nodige sensitiwiteit en onderskeidingsvermoë tersaaklike komponente vanuit die verskillende velde integreer. Aan die ander kant het die pastorale teologie ook 'n wetenskaplike bydrae om te maak in terme van gedragswetenskappe en moet dit inderdaad ook tot sy reg kom (vgl. 2.7; 2.3.4.2; 2.4.4.2; 3.3.7; 3.3.8).

Kreatiewe laterale denke en pastorale intervensie wil heling, stabiliteit, en funksionaliteit help bemiddel en is in teorie na prakties uitvoerbare strategieë op soek wat deur 'n voorafproses bemagtig word. In die voorafproses wil die slagoffer en berader kennis aangaande die episode asook die individu se narratief tot op hede bekom en vervolgens deur verdiepende denke alle tersaaklike feite ondersoek en begrond. Kreatiewe laterale denke wil begin by die begin, van die totale probleem kennis neem, die bestaan daarvan erken, waardevolle kennisinsette versamel en vervolgens na moontlike oplossings en hanteringsmoontlikhede begin soek. Kennis bemagtig teorie en praktyk, verbreed insig en ontwikkel oorspronklike natuurlike veerkragtigheid (vgl. 3.4.1; 3.4.2; 5.3).

Die psigologiese vertrekpunt agter kreatiewe denke is daarop gerig om 'n gepaste oplossing in terme van die slagoffer se episode, behoefte en voorkeur persoonlikheid, maar ook in terme van die situasie en konteks, te soek. Dit is doelgerig, oplossingsgerig, uitkomsgebaseerd en wil alle moontlike nagevolge hanteer (vgl. 2.2; 2.3.1; 2.3.3; 2.5.7).

Kreatiewe denke in samewerking met pastorale intervensie wil voorkomend in terme van die nagevolge van trauma (veral wat PTSS en dissosiasie betref) optree, maar wil ook individue help om in die langtermyn meganismes aan te leer om hul trauma geheue en snellers te bestuur (vgl. 3.1; 2.3.2; 2.3.4.1; 2.4.4.1; 3.4.2).

Krisisse en trauma vra toepaslike intervensie. Neem die intervensie te lank, kan dit posttraumatiese gevolge hê, met langtermyn traumatiese implikasies, wat in meeste gevalle met behulp van die nodige en tydige intervensie bestuur kan word, alhoewel

dit die nagevolge van trauma en PTSV nie noodwendig kan verhoed nie (vgl. 2.3.3; 3.3.2.1; 3.4.91).

5.5.2. Traumagevolge

Wanneer daar van trauma per definisie gepraat word, beskryf die definisie die fisiese, mediese, psigiese, sosiale en emosionele verwonding wat die gebeure tot gevolg het. Trauma verwond en versteur die totale bestaansnormaal van die slagoffer (vgl. 2.3.4.1).

Die naskok wat trauma tot gevolg kan hê, het geestelike, mediese en emosionele posttraumatiese simptome tot gevolg en kan van geslag na geslag oorgedra word indien daar geen intervensie plaasvind nie. Simptomatiese naskokke en onverwerkte traumawonde kan nadelige risiko's en gevare op mediese en geestelike gebied inhou met langtermyn gevolge vir die slagoffer – dit kan ook hul sosiale omgewing bedreig en daarom is funksionele intervensie nodig (vgl. 2.3.4.1; 2.3.4.3.1; 3.3.2.2; 3.3.5.2).

Weens die impak van trauma op die brein, het trauma ook neurologiese gevolge. Hierdie neurologiese gevolge het 'n fisiese invloed en beïnvloed dikwels die psige, die gees, die liggaam en emosie. Daar sou dus tereg tot die gevolgtrekking gekom kan word dat trauma 'n invloed op die mens se totale funksionering uitoefen, wat die volgende insluit: normale gedrag, gedagtes, emosies, lewenskwaliteit, beskouings, denkwyses, karakter, beweging, mediese toestande, sosiale inskakeling, en so meer (vgl. 2.3.4.1; 3.3.2.2; 3.3.5.2).

Kreatiewe laterale denke wil met die proses help om die totaliteit van 'n episode te bestudeer, maar dit wil ook die bestaan van die individu in ag neem om oorsake en gevolge beter te begryp, en waar nodig aanverwante velde in die proses te betrek en terselfdertyd feitelikheid te verifieer. Daarom vervul mediese en traumageskiedenis asook getoetste en gegronde feite aangaande episode, situasie en konteks 'n baie belangrike rol. Dit bevorder gefokusde geestelike sorg, praktykgerigte strategieë wat die versteurde balans herstel, en hanteringsmeganismes wat mobilisering bevorder (vgl. 3.3.1.1; 3.4.8; 4.5.1).

5.5.3. Trauma en sensoriese sisteem van die mens

Wanneer trauma plaasvind, word die sensoriese vaardighede ook aangetas met motoriese nagevolge, wat gewoonlik professioneel gediagnoseer en behandel moet word. Die tassintuig (gevoel), die vestibulêre sisteme (gehoor en balans) asook ander sensoriese vaardighede vorm almal deel van die neurologiese sisteem. Wat sensories ervaar word, het psigiese, fisiologiese, mediese en neurologiese gevolge (vgl. 2.3.4.1; 2.3.4.2; 3.3.7).

Hierdie sensitiwiteit sneller dikwels die traumageheue rakende klanke, reuke en liggaamlike sensasies. Dit kan gevolglik mediese en psigiese toestande soos stolling (vries), veg-, vlug- en spierpyne, respiratoriese simptome met hartkloppings (angs) en onvermoë om opwinding te moduleer (afgestomp) voortbring (vgl. 2.3.4; 2.3.4.1; 3.3.5.3).

Sensoriese vaardighede binne die konteks van die heelbrein demensie vertolk 'n baie belangrike rol in terme van verstaan en interpretasie. Die beradene of terapeut moet vervolgens elke sensoriese vaardigheid afsonderlik ontleed om sodoende begrip vir die geheel te bevorder. Sensoriese vaardighede speel gevolglik 'n baie belangrike rol in kreatiewe laterale denke en pastorale intervensie (vgl. 3.3.7; 2.3.4.1; 2.5.10).

Belangrike vrae in hierdie verband sal byvoorbeeld die volgende wees:

- 'Wat het jy gehoor?'
- 'Wat het jy gesien?'
- 'Hoe laat dit wat jy gehoor of gesien het jou voel?'
- 'Hoe laat dit wat jy voel, jou sien of hoor?' ('Hoe beïnvloed dit jou lewensuitkyk na dese?').
- 'Hoe beïnvloed dit wat jy sien, voel en hoor jou smaak, en reuk?' ('Hoe is jou eetlus?').
- Wat se invloed het wat jy sien, hoor, voel en ruik op jou geheue of karakter? ('Ek sukkel om te onthou. Ek voel kwaad of bang').

Die proses van die versameling van kognitiewe sensoriese feite bevorder emosionele intelligensie. In hierdie verband is dit belangrik om te verstaan dat kreatiewe laterale denke tot die bevordering van sensoriese en emosionele kreatiwiteit en emosionele

intelligensie lei, en terselfdertyd ruim dit ook negatiewe persepsies uit die weg. Gesonde kennisinsette lei tot bemagtiging al is dit soms konfronterend (vgl. 3.4.6; 5.3).

Sodanige strategie aktiveer die asimmetriese brein en help om gedagtes te laat realiseer en sodoende die pad vorentoe met gesonde feite en kennis te belig. Hierdie proses produseer berekende en goed deurdagte feite wat funksioneel en toepasbaar rakende die probleem is. Die proses deins ook nie weg van die episode as gebeure nie, maar kyk dit sensories konfronterend in die oë as deel van die hanteringsproses (vgl. 2.3.4.1; 2.4; 2.4.2; 2.4.4.3; 2.5.7).

Sensoriese vaardighede is belangrik in die herstelproses omdat, dit wat in die gedagtes en hart werksaam is, ook emosionele kreatiwiteit artikuleer. Op hierdie wyse kan prosesse met dit wat die behoefte in terme van die episode is, die individu (heelbrein demensie), die situasie en die konteks gekorreleer word (vgl. 2.2; 2.3.4; 2.5.7; 3.4.4).

5.5.4. Trauma, die fisiologiese en neurologiese funksioneringstelsel en emosionele kreatiwiteit

Trauma kan 'n negatiewe impak op beweging, breinfunksie (geheue, redenasie, rasionaal, spraak, ens.), die psige (depressie, angs, vergeetagtigheid) en emosie (vrees, aggressie, haat, bekommernisse) uitoefen. Emosionele verwonding lei dikwels tot emosionele onstabielheid (vgl. 2.3.4.2).

Trauma het 'n direkte impak op die funksioneringstelsel van die slagoffer en is geneig om so 'n persoon se totale bestaan te oorweldig. Onverwerkte trauma kan gevolglik akute en kroniese simptomiese gevolge (PTSV en dissosiasie) veroorsaak, met ingrypende gevolge weens die emosionele ontsporing van slagoffers (vgl. 2.3.4.1; 3.3.4.1; 3.3.5.2).

Trauma is ten nouste met simptome soos BPD (*'borderline personality disorder'*), PTSV, dissosiasie en vele ander gekoppel, en dit moet alles hanteer word, en waar nodig, moet daar van professionele hulp vanuit die aanverwante wetenskappe gebruik gemaak (Die diagnose berus gewoonlik by 'n psigiater of kliniese sielkundige) (vgl. 2.3.4.1; 3.3.3.1; 3.3.3.2; 3.3.5.1; 3.3.5.2).

Weens die trauma en krisis toon slagoffers gewoonlik gedrag wat basies 'n assimilering van die persoon se hanteringsmeganisme in terme van trauma impliseer, byvoorbeeld, veg, vlug of vries. Dit is dus baie belangrik om vas te stel of daar enige afwykings is, en indien wel, of dit met die nuutste trauma verband hou. Slagoffers moet vervolgens toegelaat word om sonder inmenging hul ervaring en narratief van die gebeure weer te gee, maar ook om hul natuurlike karakter te artikuleer (vgl. 2.4; 3.3.2; 3.4.3).

Persoonlikheidsontleding in die heelbrein demensie kan met die proses help, hoewel trauma die akkuraatheid van so 'n toets kan beïnvloed. Die toets sou wel 'n goeie aanduiding van die karakter sterkte van die individu kon gee of die mate van dissosiasie wat plaasgevind het (vgl. 3.4.4). Rutherford en Neethling se NBI profiel-toets kan hier 'n deurslaggewende rol vervul in die bepaling persoonlikevoorkeure (vgl. 3.4.4; Bylaag F; <https://kninstitute.com/>).

5.5.5. Neuroplastisiteit, neuro-rehabilitasie, die heelbrein en kreatiewe denke

Neuroplastisiteit, neuro-rehabilitasie en kreatiewe terapeutiese denke speel 'n belangrike rol in geestelike en emosionele versorging (vgl. 2.3.1; 2.3.3; 2.3.4.1; 2.5.6; 3.4.5).

Die brein stoor en versamel inligting. Die weergawe van versamelde inligting vind op verskillende maniere plaas omdat inligting in die linker en regter hemisfere verskillend verwerk en geberg word (vgl. 3.1; 2.3.4.1; 3.3.6; 3.3.7).

Kreatiewe laterale denke as hulpmiddel in die pastorale intervensieproses na trauma wil luister, verstaan, die behoefte help bepaal en die feite ondersoek. Persoonlikheid en breinvoorkeur is gevolglik belangrik tot die proses ten opsigte van die verkryging van akkurate inligting asook die bemagtiging van die proses (vgl. 2.1; 9.2; 3.4.4; 3.5.2; 4.4.2; 5.3).

Volgens die benadering van kreatiewe laterale denke is aspekte soos die volgende van besondere belang (vgl. 3.4.1):

- *Duidelikheid*: Duidelike redenasie.
- *Akkuraatheid*: Akkurate feite wat redenasie substansieel ondersteun.

- *Presiesheid*: Substansiële deursigtigheid wat op feite gebaseer is.
- *Toepaslikheid*: Om vas te stel of stellings, inligting, kennis en idees toepaslik en getoets is.
- *Diepte*: Ingewikkelde kwessies word nie vermy nie maar hanteer.
- *Breedte*: Dit beperk engheid en verbreed kennis en perspektief.
- *Logika*: Maak dit wat aangevoer word sin? Is daar teenstrydighede of leemtes?

Sodanige benadering lei gevolglik tot die volgende aspekte (vgl. 2.4.4.1; 2.4.4.2; 2.4.4.3):

- Vasstelling van behoefte of probleem(e).
- Waarneming, ontleding en formulering van die behoefte of probleem(e).
- Onderzoek en formulering van alle beskikbare inligting.
- Formulering van alle moontlike objektiewe oplossings.
- Kritiese ontleding van alle oplossings (voor- en nadele).
- Die geboorte van nuwe idees en moontlikhede om probleme mee te hanteer.
- 'n Onderzoek rakende die mees belowende oplossing, die maak van 'n keuse waarmee gewerk gaan word en finale verpersoonliking van al die stappe.

As strategie wil die proses 'n natuurlike verstaan formuleer asook alle feite aangaande die slagoffer, die episode, die situasie en konteks bekom. Hierdie proses is onderhewig aan 'n latere herevaluering. Behoeftes en verstaan kan verander soos wat die individu van die episode sin maak en feite gegeneer, geïnterpreteer en geverifieer word. Voorlopige oplossingsmoontlikhede wat toegepas word, kan ook 'n invloed uitoefen (vgl. 2.4.4.3).

Elke episode is uniek, al herhaal dieselfde episode in terme van dieselfde persoon. Elke ervaring teenoor 'n episode is uniek en moet op eie meriete hanteer word. Elke ervaring en probleem moet daarom individueel gekonsepsualiseer en hanteer word. In terme hiervan speel individue se mediese geskiedenis, psigiese welstand en traumageskiedenis 'n deurslaggewende rol. Taal (simboliek, woordkeuses ens.), herkoms, sosiale konstrakte en konteks moet begryp en verstaan word. Slagoffers se denke, voorkeurpersoonlikheid, interpretasie van gebeure, persoonlike behoefte, en

persoonlike insette is gevolglik alles belangrike rolspelers in die bepaling van hanteringstrategieë en die uitvoering daarvan (vgl. 2.4.4.3).

Kreatiewe denke, neuroplastisiteit, en emosionele kreatiwiteit sluit sterk by Osmer se navorsingsmodel en vrae aan (vgl. 5.1; 2.7):

- Wat is aan die gebeur?
- Waarom gebeur dit?
- Wat behoort te gebeur?
- Wat behoort te verander?

Dit sluit ook by wat die 3P en 3E kreatiewe denkmodelle aan wat in par. 3.4.9.1 bespreek is en wat na afloop van trauma en krisis daarop ingestel is om die getraumatiseerde se welstand, welsyn en stabiliteit te bevorder. Dit wil die slagoffer toerus en bemagtig deur op 'n effektiewe wyse die verlede, hede en toekoms te bestuur deur in diepte die krisis te hanteer en emosionele intelligensie of emosionele volwassenheid te bevorder. Die twee modelle rus die berader en die beradene toe om nuwe en historiese objektiewe feite, asook subjektiewe faktore te ondersoek en in terme van die behoefte te hanteer (vgl. 3.3.3.1; 3.4.9.1).

Tydens die evalueringsproses word daar van belangrike persoonlike inligting kennis geneem en word die feite van die narratief nagegaan. In die proses word daar ook van toksiese vooroordele en persepsies onslae geraak. Tweedens neem die model kennis van heelbrein demensie (persoonlike natuurlike voorkeure) asook van tydelike voorkeure wat deur die individu as oorlewingsmeganisme geskep is. Derdens maak hierdie model ruimte vir aanpassings en implikasies (vgl. 3.3.4; 3.4.9.1).

Die heelbreinbenadering bied verskeie voordele, soos byvoorbeeld (vgl. 3.4.4):

- 'n Verhoogde vlak van bewustheid.
- Verhoogde ondernemingsvermoë.
- Versnelde en effektiewe vordering.
- Verbetering van intra- en interpersoonlike verhoudings.
- Die ontwikkeling van intelligensie en visie.

Deur die proses wil die berader die beradene begelei om kennisinsette georganiseerd in die brein te stoor. Die rede is omdat die effek van trauma op die brein heel dikwels tot die storing van inligting op 'n ongeorganiseerde basis lei en daarom is dit geneig om traumageheue op onverwagse momente te sneller. Die beradene kry vervolgens die geleentheid om snellers te identifiseer, traumagebeure te liasseer en te berg. Hierdie bergingsproses bring stabiliteit en help die beradene om snellerepisodes beter te bestuur en te voorkom. Feitelike dokumentering van pynlike en traumatiese gebeurtenisse in die brein kan ook help om die trauma in die geheue georganiseerd te benoem, te boek te stel, en te berg en sodoende beheer oor die trauma en snellers te verkry – dit is ook bevorderend tot 'n kalmer innerlike self (vgl. 2.3.4.1; 2.5.7; 3.3.1; 3.5.1; 3.3.5.3).

In terme van 'n praktiese toepassing word die funksionering van traumageheue, snellers en die amigdala wat die traumageheue stoor, aan die slagoffer verduidelik. Deur middel van stilte, gebed en rus begelei die berader vervolgens die beradene om 'n vroeër traumatiese episode op simboliese wyse te boek te stel deur 'n lêer in terme van die episode oop te maak. Die beradene word begelei om die traumagebeure, feite en geheue georganiseerd in die lêer op te neem, die lêer te benoem en te nommer en simbolies binne 'n simbolies gedefinieerde 'liasseerkabinet' te stoor en die laai van die kabinet simbolies toe te maak. Alle inligting in te lêer is bekend, en kan weer later na gekyk word, maar is nou georganiseerd in die 'kabinet', as die amigdala bekend, geberg. Hierdie lêer bevat ook gevoelens en ervarings wat aan snellers gekoppel word – as strategie is dit deel van die hanteringsmeganismes (vgl. 2.5.7; 3.5.1; 3.3.5.3).

5.5.6. Kreatiewe laterale denke en pastorale intervensie

Elke hindernis of probleemsituasie vereis antwoorde en oplossings. Eers moet die probleem geïdentifiseer en verstaan word voordat die hindernis oorkom kan word. Soms word daar slegs op 'n sekere manier na die probleem gekyk en word daar slegs op een metode as oplossing gefokus. Wanneer die invalshoek egter soms gewysig word, word die probleem dikwels meer effektief hanteer. Kreatiewe denke help om so proses, van wysiging van die invalshoek, te fasiliteer deur kontemplatiewe stilte, gebed en *lectio divina* en die heelbrein demensie (vgl. 2.4; 3.4.9; 3.5.1; 4.1; 4.6.2; 4.7).

Ten opsigte van laterale denke binne die konteks van pastorale krisisintervensie is dit belangrik dat beraders kennis neem dat daar nie slegs een metode is om 'n probleem mee te hanteer nie. Verskillende individue ervaar, interpreteer, en reageer verskillend op krisisse en probleme. Breindominansie (linker en regterbrein) verteenwoordig ook verskillende voorkeurpersoonlikhede en hanteringsuitkyke (vgl. 2.1; 2.3; 2.4.2; 3.3.6).

Kreatiewe laterale denke wil gevolglik die totale omvang van 'n krisis verstaan. Dit wil verstaan wat aan die gebeur is, maar ook waarom dit gebeur, voordat daar op dit wat behoort te gebeur en wat gedoen kan word gefokus word. Dit wil ingeligte en doelgerigte kennis versamel om sodoende ingeligte en werkbare keuses in terme van moontlike hanteringspraktyke te maak wat herstel en mobilisering kan bevorder (vgl. 3.3.4; 3.4.9; 3.3.6).

Verder is dit so dat kreatiewe aktiwiteite wat met musiek, kuns en poësie verband hou ook toepaslik in terme van die proses asook in terme van die stimulering van sekere breinprosesse kan wees. Hierdie strategie kan denke bevorder, met die artikulering van verstaan help, ervaring weergee en ook kalmte en rus tot gevolg hê (vgl. 3.4.4; 3.3.5; 3.3.7; 3.5.1; 3.5.2; 3.2.3.3; 3.3.2.4; 3.3.3.2; 3.3.4.2).

Wanneer trauma plaasvind, beskadig en verbreek dit dikwels die neurologiese bande tussen die linker en regterbrein hemisfere (vgl. Bylaag B). Die linkerbrein gee logiese orde aan emosionele en kreatiewe denkpatrone terwyl die regterbrein kreatiwiteit, sensoriese vaardighede, emosie en sorg verskaf. Daarom bevorder kreatiewe laterale denke 'n heelbrein demensie en 'n heelbrein demensie bevorder weer gesonde denke en stimuleer die linker en regterbrein en help om versteurde bane te herstel (vgl. 3.3.4; 3.3.6).

Die benutting van kreatiwiteit as hulpmiddel in die pastorale intervensie na trauma sluit as benadering by die basiese doelwit van pastorale intervensie aan, naamlik om groei te bevorder, genesing te fasiliteer en mobilisering na afloop van trauma te bevorder. Met betrekking tot hierdie hele proses maak kreatiewe denke nuwe gesigvelde oop en bevorder dit gesonde wisselwerking tussen verskillende terapeutiese modelle en wetenskaplike velde (vgl. 2.4.5; 2.5.8; 3.4.2).

Kreatiewe denke in samewerking met ander wetenskappe kan 'n nuwe perspektief op 'n verskeidenheid van verstourings as moontlike uitvloeisels van trauma bied soos

byvoorbeeld depressie, demensie, aggressie asook dissosiatiewe gedrag en PTSTV (vgl. 2.5.6; 3.3.2.4; 3.3.5.1; 3.3.5.2; 3.3.8; 3.5.2, 4.6.2.7; 4.7).

As instrument wil kreatiewe denke die individu die vaardigheid laat ontwikkel om bo 'n probleem uit te styg deur op natuurlike wyse effektiewe deurbrake te vind en getoetste, toegespitsde en strategiese hanteringsprosesse te implementeer. Hierdie proses erken diversiteit, die asimmetriese brein en voorkeurpersoonlikheid en stel dat nie een persoon dieselfde is nie en gevolglik 'n traumatiese gebeure verskillend sal verwerk. In proses wil dit die individu erken en akkommodeer en deur gesonde kennisinsette wil dit veiligheid, balans en beheer bring en ook transformasie bemagtig (vgl. 2.1; 2.3.1; 2.4; 2.4.5; 2.5.1; 2.5.4; 3.5.2).

God wil 'n nuwe normaal en stabiliteit tot stand bring en in hierdie proses is kreatiewe denke 'n kragtige gereedskapstuk wat God en mens goed kan aanwend. Die mens beskik oor die nodige Godgegewe kapasiteit en neurologiese funksie om te kan aanpas en vindingryk binne 'n verskeidenheid van situasies te kan optree (2 Kor 4:7) (vgl. 2.4; 2.4.5.1; 3.4.8; 3.5.2; 4.5; 4.6.1.6; 4.6.1.7).

Kreatiewe denke is proaktief, intensioneel, en doelgerig. Episodes soos trauma kan nie ongedaan gemaak word nie maar die impak wat dit het, kan bestuur word deur die probleem effektief te hanteer (vgl. 2.4.5; 3.4.9.1).

Vir hierdie proses om te realiseer, wil kreatiewe laterale denke die pastorale intervensieproses, in terme van die volgende riglyne en aksies, tot hulp wees (vgl. 2.4.4.2; 5.3):

- Die versameling van inligting. Inligting bevat persoonlike inligting, konkrete feite rakende persoonlike ervarings (traumageskiedenis), mediese toestande en die krisis wat beleef word. Tipiese vrae wat hier ter sake is, is die volgende: Wat is aan die gebeur? Wat is die feite? Wat ontbreek? Hoe kan inligting wat ontbreek bekom word?
- Die versameling van sensoriese, emosionele feite, gevoelens, en intuïsie. 'n Individu kan hier sê hoe hulle voel sonder om redes te gee waarom hulle voel soos hulle voel. Gevoelens soos die volgende kan byvoorbeeld hier weergee word: *“Ek hou nie van die idee nie”*, of *“my gevoel is dat dit eenvoudig nie sal*

werk nie", of *"my intuïsie is dat iets nie reg is nie"*, of *"ek voel ongemaklik en bang"*, of *"ek voel dit is 'n vermorsing van tyd"*, en so meer.

- Daar moet krities en eties oor feite nagedink word. Risiko-assessering, identifisering van probleme en swakplekke moet gedoen word, terwyl potensiële kwesbare areas ook ondersoek moet word.
- Getoetste kennisinsette moet die nodige aandag ontvang terwyl moontlike oplossings wat met die persoon se behoeftes en voorkeure korreleer, deur aktiewe luister geïdentifiseer moet word.
- Die vasstelling van konkrete inligting bemagtig en bemiddel groei en dit is ook vrugbaar en skeppend. Elke idee en gevoel is betekenisvol en niks word genegeer nie. Tyd word ingeruim om kreatief te dink en produktiwiteit te bevorder. Tipiese vrae wat hier gevra word, is die volgende: Wat het gebeur? Wat moet gedoen word? Wat is die moontlikhede?
- Laastes gaan dit oor die samevoeging van alle kennis, inligting en prosesse ten einde die pad na herstel te belig. Tipiese vrae wat hier gevra word, is die volgende: Waarmee is ons besig? Wat wil bereik word? Wat is die denkproses? Wat is die einddoel? Wat is die program?

God wil 'n oënskynlike hopelose situasie in 'n proses van nuwe groei omdraai. God kan elke situasie wat woens en leeg lyk, produktief en kreatief verander en herstel. Kreatiewe denke asook die pastorale intervensieproses vorm deel van hierdie proses (vgl. 2.4.5.1; 4.5).

Kreatiewe denke en kontemplatiewe stilte is kragtige gereedskapstukke wat God geskep het en wat goed aangewend kan word om hoop en heling mee te fasiliteer. Kontemplatiewe stilte, rus en tyd met God, vervul 'n deurslaggewende rol in die genesingsproses soos die navorsing ook aangetoon het (vgl. 2.4.5.1; 3.5.2; 4.5; 4.6.1.3; 4.6.1.7; 4.6.2.5).

5.5.7. Heelbrein demensie en kreatiewe denke

Die heelbrein benadering vervul 'n belangrike rol in die intervensieproses na trauma. Indien die berader die persoon se natuurlike voorkeurpersoonlikheid verstaan, kan die beradene meer kreatief en effektief begelei word om geestelike welstand te bevorder (vgl. 3.4.4).

Die menslike brein het die vermoë om te groei, aan te pas en te verander terwyl die neuro-sisteem oor die struktuur beskik om hierdie proses te ondersteun. Langtermyn blootstelling aan intense gebeure kan tot anatomiese en biologiese veranderings aanleiding gee wat gedragsversteurings tot gevolg kan hê. In die lig hiervan wil die konsep van funksionele plastisiteit die brein aan gesonde toegevoegde kennis blootstel om positiewe geestelike groei te bevorder (vgl. 3.5.1).

Die konsep ‘*neurosculpting*’ beskryf die skeppende aard van neuroplastisiteit en wil as teorie slagoffers prakties en kreatief help om na ’n plek van emosionele en geestelike oorwinning te beweeg. Hierdie proses fasiliteer akkurate en gesonde kennisinsette met die hulp van kreatiewe laterale denke (vgl. 3.2; 2.2; 2.3; 2.4; 2.5.3; 2.5.7; 3.4.2; 3.4.4; 3.4.8; 3.5.2).

Die term “*plastos*” (waarvan die woord ‘plastisiteit’ afgelei is) beklemtoon hoe gebeure, inligting en kennisinsette ’n vormingsproses, met positiewe en negatiewe gevolge, tot gevolg het (vgl. 4.5). Binne die pastorale intervensieproses, met kreatiewe denke as hulpmiddel, wil die berader en beradene ’n heelbrein en daarmee saam ’n heel mens bevorder. Die proses word deur middel van die toepassing van gesonde kennis bemagtig. Hierdie kennisinsette kan deur kontemplatiewe stilte, gebed en *lectio divina* na geestelike veerkragtigheid na afloop van ’n traumatiese gebeure lei (vgl. 4.4.1; 4.4.2; 5.3).

Neuroplastisiteit en kreatiewe denke beskryf gevolglik die brein se vermoë om te verander, aan te pas en nuut te dink. ‘*Neurosculpting*’ beskryf die funksionele vormingsproses. Deur kontemplatiewe gebed en gefokusde geestelike bepeinsing aangaande ’n bepaalde kennisinset kry God die geleentheid om iets soos gedrag te transformeer en te vernuwe deur die brein anders te laat dink. Die benadering is funksioneel, produktief en word bewustelik in oorleg met die slagoffer se persoonlikheidsvoorkeur, die geverifieerde feite, ervaringsreaksie en die spesifieke konteks gedoen (vgl. 2.5.1; 2.5.7; 3.3.1.1-3.3.1.3; 3.4.2-3.4.7; 3.5.1-3.5.2; 4.4.2; 4.7).

5.5.8. Berader, beradene en kreatiewe pastorale intervensie

Slagoffers is in die algemeen broos, hulle voel ontbloot, bang en dikwels skaam oor dit wat met hulle gebeur het. Hulle normaal, ewewig en stabiliteit is versteur en dit wat hulle eens as veilig beskou het, is bedreig. Hulle vertrou in die mens is geskend en

dikwels beïnvloed dit hulle geloof, lewensuitkyk, verhouding met God, ander en ook hulself. Dit het verpletterende gevolge aangesien niks meer dieselfde is nie, alhoewel die adres nog dieselfde bly (vgl. 2.3.3; 2.3.4.1; 3.3.3.2).

Pastorale intervensie het tot gevolg dat slagoffers die traumageheue herbesoek en dit veroorsaak gewoonlik diep ongemak (vgl. 2.3.4; 2.5.7). Pastorale intervensie kan dus in proses uiters traumatiserend wees, weens dit wat in die traumageheue geberg en aan die gang is. Berading is gevolglik nie 'n aangename gedagte en ervaring vir slagoffers nie en daarom moet dit in proses deeglik vooraf met die beradene bespreek en beplan word – dit sal vertrouwe asook 'n gevoel van beheer skep.

Die regte verhouding tussen berader en beradene is nie voor die handliggend nie en spontane vertrouwe is nie vanselfsprekend nie (vgl. 2.5.1). As die beradene gemaklik is, is hulle meer geneig om die trauma te bespreek. As hulle bang of skaam sou wees, sal hulle dit moeilik vind om te kommunikeer en in sulke gevalle moet die berader dit nie persoonlik opneem nie (vgl. 3.3.3.1). Daar moet egter met die nodige simpatie, geduld en goeie deurdagtheid opgetree word.

Stilte en gebed kan ook ondersteunend binne so proses wees aangesien dit die angste kan laat afplat en 'n gevoel van veiligheid vestig (vgl. 2.5.7; 2.5.8; 2.5.9; 2.5.10; 3.3.3.1; 3.5.1; 4.6.2.4; 4.6.2.5; 4.6.2.7; 4.7).

In die proses van stilte en gebed word enige ongemak, spanning of vrees hanteer en word die persoon geanker en doelbewus na 'n spasie van veiligheid geneem waar hulle brein die boodskap ontvang dat hulle tans verwyderd van die trauma is en dus veilig is. Hierdie is die eerste stap na 'n heelbrein en heel lewe (vgl. 3.4.4; 3.4.9.1).

Stilte en luister is belangrike geestelike instrumente wat verstaan en interpretasie verbreed en verdiep. Stilte, gebed en luister as 'n tegniek bied aan die slagoffer wat dit moeilik vind om oor 'n krisis of trauma te praat, 'n platform om gemaklik met die proses te raak voordat daar begin word om op die detail van die traumatiese gebeure te fokus. Gebed bied 'n geleentheid om dit wat implisiet ervaar word verbaal te kommunikeer. Gesprek deur middel van gebed artikuleer aan die beradene, die berader en aan God dit wat in die hart van die slagoffer aan die gang is en dit vind deur die werking van God Heilige Gees plaas (vgl. 2.2; 2.3; 3.3.6; 4.6.2.7; 4.7).

Kennisinsette ten opsigte van 'n beradene en die traumatiese episode is uiters belangrik en sal die berader in staat stel om vooraf sekere basiese inligting aangaande die beradene te bekom. Hierdie inligting dien slegs as basiese agtergrondsinsligting (vgl. 2.3.4.1; 3.3.1.1; 3.3.6).

Die opstel van 'n basiese inligtingsvorm aangaande die beradene is belangrik (vgl. Bylaag H) en aspekte wat tipies hier aan die orde sal wees, is die volgende: Die vasstelling van behoefte, persoonlike inligting (adres, beroep, hoogste kwalifikasie en so meer), mediese geskiedenis (huisdokter, gesondheidstoestand, medikasie), geestelike toestand (pastorale berader, sielkundige, psigiater) en traumageskiedenis (enige vorige mediese of emosionele trauma), voorkeurpersoonlikheid (voorkeure en afkeure) en romantiese verhouding en status (getroud, verloof, sien iemand, en so meer) (vgl. 3.3.5; 3.5.2).

Feitelike en getoetste kennisinsette vorm deel van die kreatiewe pastorale intervensieproses omdat die proses afhanklik van geverifieerde kennisinsette is. Hierdie feite en kennisinsette bemagtig die berader en beradene en verdiskonteer persepsies en toksiese denke. Hierdie proses is produktief opbouend al veroorsaak die feite en kennisinsette soms ongemak (vgl. 3.4.9.1; 5.3).

Kennisinsette aangaande die slagoffer self, hulle persoonlikheidsvoorkeur, hulle mediese toestand, hulle psigiese toestand en so meer, bemagtig slagoffers om hulleself beter te verstaan. Wanneer die krisis of trauma ontleed en geëvalueer word, maak die gedrag heel dikwels sin en wanneer daar sin vanuit die gedrag gevind kan word, kan genesing begin realiseer. Deur te verstaan, kry 'n mens weer 'n mate van beheer terug en dit is strategies funksioneel (vgl. 2.3.3; 3.3.1.1; 3.3.1.2).

Pastorale intervensie is in 'n sekere sin 'n reaksionêre proses maar deur kreatiewe denke word die klem vanaf reaktief na proaktief verskuif en is die fokus op gesonde kennisinsette en prosesse wat herstel en opbou bevorder (vgl. 2.3.3; 2.5.2; 2.5.3; 3.3.1.1; 3.5.2).

Dit is verder belangrik dat die beradene van hul traumageheue moet kennis neem asook die implikasies daarvan. Vir talle slagoffers van trauma is dit baie moeilik om die episode by wyse van gesprek te herbesoek en te herleef omdat die impak daarvan oorweldigend en onhanteerbaar kan wees. Soms wil slagoffers eerder episodes

vergeet as onthou. Berading suggereer beterskap, maar omdat gesprekvoering neig om traumageheue te sneller, kan dit gebeur dat berading 'n onaangename ervaring is en dat dit aanvanklik eers moeiliker kan gaan voordat dit beter gaan. Die rede waarom dit so is, moet aan die beradene verduidelik word sodat die beradene dit kan verwag. Die nagevolge van trauma op geestelike, neurologiese, mediese, emosionele en psigiese vlak moet ook aan die slagoffer verduidelik word sodat hulle kan begryp wat simptomaties met hulle gebeur. Krisisintervensie, trauma en ander terme moet ook aan slagoffers verduidelik word. Hierdie kennisinsette bemagtig en gee beheer terug aan die slagoffer en het natuurlike veerkrachtigheid tot gevolg. Hulle verstaan gevolglik wat met hulle gebeur en ook waarom dit gebeur (vgl. 2.3.4.1; 2.3.4.2; 3.3.2.2; 3.3.2.4; 3.3.1; 3.3.2; 3.3.2.2; 3.3.2.3; 3.3.3; 3.3.1.1; 3.3.3.2; 3.3.5.3; 3.3.4.1; 5.3).

Hierdie hele benadering hou basies met die konsep van '*mindfulness*' of '*mindful awareness*' verband. Bepeinsing en geestelike meditering skep 'n geleentheid vir '*mindfulness*'. '*Mindfulness*' net soos in die geval van kreatiewe denke wil nie die komplekse episodes vermy nie – intendeel wil dit deur gefokusde geestelike sorg die verstand gebruik om die brein met die behulp van goeie gebalanseerde beginsels, opbouende kennis en prosesse te verander. Die fokus is hier op die slagoffer se eie persoonlike en natuurlike gedagtes en gevoelens. Dit gaan oor wat hulle gesien, ervaar en beleef het. Hierdie proses geskied sonder die inmenging van die berader of enige iemand anders. Hierna kan feite geverifieer, getoets en aangewend word – maar dit is eerstens belangrik dat die individu gehoor, verstaan en begryp word. Hierdie weergee van feite bring balans deurdat bepaal kan word wat byvoorbeeld nuwe gedrag is, wat gedrag is wat geëskaleer het, wat blywend en grens aan PTVS is en wat slegs op 'n tydelike basis aanwesig was (vgl. 2.1; 2.3.1; 2.4.2; 3.5.1; 3.5.2; Bylaag A).

5.5.9. Kontemplatiewe bepeinsing en neuroplastisiteit

Stilte en rus as geestelike dissipline is regeneratief en 'n belangrike terapeutiese komponent wat deur God aan die mens gegee is. Die dissiplines van stilte, gebed en ook tyd wat met die Woord spandeer word (*lectio divina*) kan as kreatiewe hulpmiddele spanning help reguleer, algemene gesondheid bevorder en die brein kognitief en geestelik kondisioneer. Dit verbeter fokus, bring kalmte en stabiliteit en help die beradene om met die realiteit te deel (vgl. 2.4.5.2; 4.6.2.7).

As kreatiewe hulpmiddelle wil hierdie vermelde drie dissiplines in samewerking met aanverwante hulpmiddelle herstel bevorder wat weens 'n trauma-episode kon ontstaan het (vgl. 2.3.4.1; 2.3.4.2; 2.4.3; 2.5.9; 3.4.6; 3.3.1.1; 3.4.9.1; 3.3.1.3; 3.3.2; 3.3.2.2; 3.3.2.3; 3.3.3.1; 3.3.5.1; 3.3.5.2).

Studies in die neurowetenskap beklemtoon al meer die bydraende impak wat aspekte soos kontemplatiewe stilte en gebed op die geestestoestand van 'n individu kan hê. Gevolglik is daar 'n groeiende belangstelling vanuit die neurowetenskappe met betrekking tot die verhouding tussen kontemplatiewe meditasie en individue se geestelike lewe en ook hul genesingsproses (vgl. 2.3.4.2; 4.7; 5.5.1).

Die gebruik van kontemplatiewe meditasie of geestelike bepeinsings kan 'n beduidende invloed op die brein en denke van die mens uitoefen. Die gereelde beoefening van kontemplatiewe gebed en bepeinsing (*lectio divina*) kan mettertyd nuwe neurologiese netwerke in die brein, weens die plastisiteit van die brein, vorm (vgl. 2.5.8; 3.3.1.1; 3.5.1; 3.5.2).

5.5.9.1. Neuroplastisiteit en kontemplatiewe stilte

Neuroplastisiteit en die brein se vermoë om in struktuur en funksie te verander en aan te pas, bied 'n verklaring vir die feit dat stilte, gebed en *lectio divina* 'n deurslaggewende rol met betrekking tot getraumatiseerde individue se geestesgesondheid kan vervul (vgl. 2.5.7; 2.5.8; 2.5.9; 2.5.10; 2.5.11; 3.5.1; 4.7).

Vanuit die navorsing het geblyk dat gefokusde en bewuste kontemplatiewe meditasie (stilte en bepeinsing) die vermoë het om angstigheid en spanning aansienlik te laat afplat. Hierdie bevindinge hou belangrike voordele in met betrekking tot individue met hoë vlakke van stres en angs as gevolg van trauma. Stilte, gebed en *lectio divina* verlaag ook spanning in die brein en verhoog die kreatiewe funksionele denke (vgl. 3.3.1.3; 3.4.6; 4.6.2.7; 4.7).

Die praktiese toepassing van hierdie beginsel op grondvlak het ten doel om as't ware die brein funksioneel nuut te programmeer. Hierdie benadering bemagtig vervolgens ook slagoffers om mettertyd die nagevolge van trauma self te kan bestuur (vgl. 3.4.9.1; 3.7; 2.4.5; 2.7; 4.7).

Navorsing bevestig verder dat faktore soos aktiewe meditasie (bepeinsing en stilte) en intensiewe kontemplatiewe stilte en gebed die neurale funksionering in spesifieke dele van die brein versterk en verbeter. Dit bevorder ook kognitiewe intellektuele funksionering en helderheid (vgl. 3.4.5; 3.5; 4.7).

Longitudinale studies toon aan dat gefokusde kontemplatiewe tegnieke ook innerlike vrede en kalmte bewerkstellig. Faktore soos bewuste stilte en gebed help om lig op 'n spesifieke toestand te werp deur die werking van die Gees van God. Soos wat die dissiplines toegepas word, kry God die geleentheid om op bonatuurlike wyse heling en herstel te fasiliteer en spoor dit die mens aan om weer hul natuurlike self en veerkragtigheid te vind (vgl. 2.4.2; 2.5.9; 3.3.1.1; 4.7).

As gevolg van trauma kan dit soms gebeur dat slagoffers sosiaal op emosionele vlak onttrek. Stilte kan egter help om die emosionele en psigiese afstand, wat op hierdie wyse as gevolg van trauma ontstaan het, weer te oorbrug (vgl. 2.5.7; 2.5.8).

Stilte kan verder 'n belangrike terapeutiese komponent vir pastorale intervensie na trauma wees aangesien dit insig verbreed, verstaan verdiep en intra- en interkommunikasie bevorder. Dit help ook om die self sensories en emosioneel in terme van 'n bepaalde episode te verstaan (vgl. 2.5.7; 2.5.8).

5.5.9.2. Neuroplastisiteit en kontemplatiewe gebed

Gebed, net soos stilte, kan die individu onder leiding van die Heilige Gees begelei om 'n kwelling te ondersoek en te artikuleer. Gebed is daarop gerig om die beradene se gedagtes tot God te rig sodat God kreatief kan lei en openbaar. Gebed is net soos stilte 'n diep persoonlike saak. Dit is kreatief skeppend en bring onder die leiding van die Almagtige God herstel (vgl. 2.5.10).

Gebed plaas verder die beradene en berader in direkte en effektiewe kontak met God as Skepper en Vader, die bron van alle oorspronklikheid, en ook met God die Verlosser, Jesus Christus, die Geneesheer wat skeppend in woord en Gees lig werp op dit wat donker mag lyk (Joh 1:1-4) – op hierdie wyse word daar op 'n kreatiewe wyse funksionele herstel bewerkstellig (vgl. 2.5.10; 4.6.1.7; 4.6.2.5; 4.6.2.7).

Gebed en stilte vorm saam met 'n diep en toegewyde omgaan met die Woord van God 'n skeppende krag. Deur middel van wysheid wil hierdie skeppende krag versterk, genees en hoop, onder leiding van God die Heilige Gees, bring (vgl. 2.5.11; 4.6.2.5; 4.6.2.7).

5.5.9.3. Neuroplastisiteit en kontemplatiewe *lectio divina*

Lectio divina is nie 'n prosesmatige handeling waar sekere stappe numeries en sistematies gevolg moet word nie. Die klem berus eerder op 'n stil word met God se woord, gelei deur God Heilige Gees, met die behoefte aan gemeenskap met die Heilige Almagtige God (vgl. 2.4).

Lectio divina beklemtoon tradisioneel die volgende basiese stappe:

- Lees van die teks (*lectio*)
- Reflekteer (*mediatio*)
- Reageer (*oratio*)
- Rus (*contemplatio*)
- Stilte (*silencio*)
- Die neem van aksie (*incarnatio*)

Hierdie stappe is baie nou met die konsep verweef wat kreatiewe laterale denke, binne pastorale intervensie, verteenwoordig. Die leser word stil, fokus op God en vra die Heilige Gees vir die in staatstelling om bewustelik innerlik stil te kan word en vir God afgesonder te word. As die persoon gereed is, word die voorgestelde teks deurgelees. Die individu word weer stil, en fokus op God, op innerlike kalmte en op vrede. Die teks word weer deurgelees. Die individu begin onderskei ten opsigte van elemente vanuit die teks wat met hulle mag resoneer. Die leser vra die Heilige Gees om dieper insig ten opsigte van dit wat met hulle resoneer. Die teks word dus biddend en gefokus in afhanklikheid van God en onder die leiding van God die Heilige Gees gelees. Deur gefokus te lees sal God dit wat resoneer aan die leser openbaar in terme van die persoon se behoefte en God se spesifieke leiding wat van toepassing mag wees (vgl. 2.5.12).

Die leser raak vervolgens stil rondom die elemente wat tot hul siel en gees spreek, hulle gaan in God se rus in en laat God toe om te openbaar, te lei en te vorm. God

inkarneer op hierdie wyse in 'n sekere sin die denke van die mens – dit beïnvloed die brein en die individu word vervolgens genooi om prakties dit wat God geopenbaar het toe te pas en dit lei weer na innerlike transformasie. God se Woord wil op hierdie wyse skeppend tot elke individu se lewe toetree ten einde te herbou, te herstel, nuut te vorm en te onderhou (vgl. 2.5.12).

Toegepaste kontemplatiewe geestelike bepeinsing kan tot die kalmering van 'n ooraktiewe amigdala in die brein bydra. Hoe meer daar oor 'n trauma-episode bepeins en gebid word, hoe kalmer raak die brein, hoe meer kreatief funksioneer dit en hoe groter die veerkragtigheid. Dieselfde resultate is ook ten opsigte van *lectio divina* van toepassing (vgl. 2.5.12; 3.5.1).

5.5.9.4. Funksionele neuroplastisiteit en kontemplatiewe kreatiewe laterale denke

Gereelde beoefening van kontemplatiewe gebed en bepeinsing (*lectio divina*) kan mettertyd nuwe neurologiese netwerke in die brein vorm. Gesonde kennis wat langs neurale weë beweeg waar die angsvlakke nou verlaag is, vergroot die moontlikheid vir slagoffers om positiewe veerkragtigheid te kan ontwikkel (vgl. 3.5.1).

Met behulp van hierdie benadering kan komplekse episodes en vraagstukke deur middel van gefokusde geestelike sorg en kennisinsette aangaande feite gekonfronteer en hanteer word. Die verstand word ook gebruik om kreatief strategiese insette met goeie, getoetste en gebalanseerde kennisinsette en waarhede te vervang. Hierdie proses word as funksionele plastisiteit beskryf (vgl. 3.5.1).

As gevolg van hierdie rede raak beradenes gemotiveer om tussen beradingsessies met hierdie geestelike kontemplatiewe praktyk voort te gaan. Dit wat tussen sessies gebeur, is net so belangrik as dit wat tydens sessies gebeur. So vind die slagoffers hulle eie weg na stabiliteit en veerkragtigheid terug en bly God die mede- en belangrikste gespreksgenoot deur die brein nuut te laat dink en vorm (vgl. 3.5.1).

Die proses van stilte, gebed en *lectio divina* kan wel vir sommige beradenes uitdagend wees afhangende van waar slagoffers hulle emosioneel in terme van tyd en fase van ervarings na trauma bevind. Dit is gevolglik 'n proses wat versigtig en goeddeurdag

benader moet word. Hierdie benadering het nie 'n logiese kronologiese toepassingsvolgorde nie (vgl. 2.4; 4.7).

Dit is belangrik om by te voeg dat aanverwante terapeutiese modelle vanuit ander vakgebiede (veral ook die kunste) deel van kreatiewe denke vorm, net soos wat stilte, gebed, en *lectio divina* as geloosdissiplines deel van die pastorale intervensieproses na trauma is. Die kunste (soos byvoorbeeld musiek, skilder, skets, beeldhou, digkuns, rollespel) kan byvoorbeeld as interaktiewe komponente by die proses van stilte, gebed en *lectio divina* betrek word (vgl. 3.2; 2.5; 3.2).

Die aspek van rus en terapeutiese rusposes is nie slegs op die liggaamlike dimensie van toepassing nie, maar ook op die geestelike en emosionele dimensies. Die mens het nodig om op 'n gereelde basis tyd en ruimte vir ononderbroke stilte, ook op die gebied van pastorale intervensie weg van die trauma, in te ruim (vgl. 3.5.1; 3.5.2; 4.2.6.4; 4.6.2.5; 4.6.2.6).

Rus en stilte is funksionele konsepte wat help om die weg vorentoe te vind en te bepaal. Soms is die doel bloot slegs om 'n ruspose te ervaar, weg vanaf die trauma en terapie en kan die terapeut die beradene ook in so 'n proses lei en kan dit uiters funksioneel wees (vgl. 2.2; 2.5.8; 3.5.2; 4.6.2.4; 4.6.2.6).

Implementering van die konsep van neuroplastisiteit kan 'n besondere bydrae tot pastorale sorg maak en dit is belangrik dat pastorale beraders ingelig ten opsigte van hierdie dissipline sal wees (vgl. 3.5.1)

5.5.10. 'n Pragmatiese uitleg van stilte, gebed en *lectio divina*

Stilte, gebed en *lectio divina* vorm 'n belangrike deel van Christene se verstaan en interpretasie van die lewe. Daarom behoort hierdie drie beginsels 'n baie belangrike deel in die hantering van trauma intervensie te vorm. Hierdie drie aspekte bring drie ander aspekte in gesprek, naamlik tyd, ruimte en ontsag. Die belangrike konsep van rus kom ook hierby in – dit is so belangrik dat God dit deel van Sy skeppingsorde laat vorm het (vgl. 2.4.4.3; 3.5.2; 4.4; 4.4.1; 4.6.2.3; 4.6.2.4; 4.6.2.5; 4.6.2.6).

Vanuit die voorafgaande studie asook die voorgestelde voorlopige model was daar reeds op die volgende vrae gefokus:

- Wat is aan die gebeur?
- Waarom gebeur dit?
- Wat behoort te gebeur?
- Wat behoort te verander?

Al vier hierdie aspekte is bespreek en in beginsel in die proses van kontemplatiewe stilte, gebed en *lectio divina* opgeneem (vgl. 2.2; 2.3; 2.4; 2.5.8; 2.5.10; 2.5.12). Hierdie vier aspekte/fases vorm strategies ook die basis van die voorgestelde model waarop binnekort uitgebrei sal word (vgl. 3.6; 4.8).

Die algemene benadering in die voorgestelde model sluit sterk by kreatiewe laterale denke aan. Die beradene word ook begelei en gemotiveer om tussen die onderskeie stappe self die beginsels van stilte, gebed en *lectio divina* by wyse van persoonlike instandhouding toe te pas (vgl. 3.5.1).

Soos reeds aangetoon, lei hierdie proses tot verbeterde fokus, die vestiging van kalmte en stabiliteit terwyl dit liggaamlike en geestelike vermoëns ook versterk en herbou. Die dissiplines van stilte, gebed en tyd met die Woord kan ook daartoe bydra dat liggaamlike toestande soos spysvertering en asemhaling verbeter. As vorme van rus kan dit ook as kreatiewe hulpmiddele spanning reguleer en algemene gesondheid bevorder (vgl. 3.3.1.3; 3.4.6; 3.3.5.2; 3.3.5.3; 4.6.2.3). God forseer nie transformasie nie, maar maak dit wel vir die mens moontlik om met Sy bemiddeling 'n versteurde ewewig te herstel al woed daar 'n storm (vgl. 2.7; 3.4.6; 3.4.9.1; 3.5.1; 3.5.2; 4.4; 4.6.1.4; 4.6.2.3; 4.6.2.7).

5.5.10.1. Rus as deel van praktiese toepassing (stilte, gebed, *lectio divina*)

Die aspek van rus vorm 'n vierde belangrike komponent aansluitend by stilte, gebed en *lectio divina*. Rus is nie slegs op die liggaamlike dimensie van toepassing nie maar ook op die geestelike en emosionele dimensies. Slagoffers het gevolglik nodig om op 'n gereelde basis tyd en ruimte vir stilte en rus in te ruim sodat Jesus Christus en God die Vader onder die leiding van die Heilige Gees die nodige herstelproses kan fasiliteer (vgl. 2.6.2.6; 4.4.1; 4.4.2; 4.6.1.3; 4.6.2.3; 4.6.2.4). In die proses word die slagoffer bewustelik gelei om in 'n fase van rus in te gaan en so skep die berader vir die

beradene 'n plek van veiligheid deur die krag van die Heilige Gees (vgl. 2.5.7-2.5.10; 2.5.12; 3.5.1; 4.6.2.6).

5.5.10.2. 'n Praktiese toepassing van rus, stilte, gebed en *lectio divina*

'n Voorbeeld van rus, stilte, gebed en *lectio divina* as praktiese begeleidingsproses kan soos volg daar uitsien terwyl die proses van Psalm 23 as teks gebruik maak:

- Die persoon word begelei om gemaklik te sit – voete langs mekaar, geanker plat op die grond – en arms en hande oop in 'n gemaklike posisie.
- Die persoon word genooi om terug te leun met hul rug gemaklik teen die rugleuning van die stoel waarop hulle sit.
- Die individu word gevra om aan niks te dink nie en hulself toe te laat om vir 'n oomblik net rustig te raak. Om hulle te kyk en waar te neem waar hulle tans hulself bevind en dat hulle veilig is en dat hulle vryelik moet asemhaal (vgl. 2.4.5.1; 2.5.10; 3.5.1; 4.6.2.4; 4.6.2.5).
- Wanneer die individu gemaklik is, word hulle genooi om hulle oë toe te maak – sou hulle hiermee ongemaklik wees, kan hulle hul oë oophou (vgl. 4.6.2.5).
- Die gebed fokus gevolglik op die inhoud van die tweede vers van Psalm 23 – waters van vrede en groenweivelde van rus.
- Dankie Here dat ons nou in U rus kan ingaan soos Dawid eens kon doen. Verwoord vervolgens die inhoud van vers vier in gebed. Dankie dat ons kan weet U is hier, U vat ons hand, al kry ons swaar en worstel ons om die pad vorentoe te sien. Kom lei ons asseblief in hierdie oomblik met U kragtige begeleidende reddende regterhand (vers 3), lei ons na U toe en na 'n plek van rus, 'n plek waar daar vrede is (vers 2).
Op hierdie wyse word daar gewag, 'n ruspose gebied en word daar toegelaat dat die individu en berader God kan ontmoet. Die tempo van die gebed is stadig, berekend en afhanklik van God die Heilige Gees se leiding (vgl. 3.5.2; 4.6.2.5; 4.6.2.6).
- Met betrekking tot die gebed vra die berader vervolgens aan die beradene of daar iets is wat vir hulle uitstaan. Sien hulle iets? Hoor hulle iets? Wat voel hulle? Hierdie vrae aktiveer die brein en bevorder die heelbrein demensie. Linker en regter brein begin kommunikeer (vgl. 3.4.5).

- Die fokus van die gebed verskuif vervolgens na wat die individue antwoord en so gaan die proses van stilte en gebed voort en word God se Woord kreatief as deel van die proses ingespan (vgl. 4.6.2.7; 4.7).
- Aan die einde van die gebed word die beradene begelei om vers 1 te bid – Here U is my herder, ek kom niks kort nie, want U sal my alles voorsien wat ek nodig vir die proses het. Dankie dat U hier is en my hand nie gelos het nie (vgl. Rom 8:35-39; Jes 41:10).

Tydens hierdie proses is logiese rede nie die hoof inisieerder nie, maar inderdaad kreatiewe laterale denke onder die leiding van God Heilige Gees. Die individu word toegelaat om hulself te wees en die natuurlike self te artikuleer (vgl. 2.4.5.1; 3.5.2).

Hierdie proses bied egter 'n uitdaging aangesien dit diepgewortelde spanning wil ondersoek, tussen murg en been insny en die wortel van 'n probleem wil identifiseer en opklaar. Die proses is dus soms pynlik aangesien dit slegs met die waarheid en met feite handel. Dit moet ook aan die individu so verduidelik word (vgl. 4.6.2.5).

5.6. FORMULERING VAN 'N VOORLOPIGE KREATIEWE PASTORALE INTER-VENSIEMODEL

Hierdie model bestaan uit ses (6) verskillende prosesse en 14 basiese stappe wat elkeen in onderskeie taakgedrewe fases ingedeel word. Dit is uiters belangrik om inleidend die doel van elke proses, stap en fase aan die beradene behoorlik te kommunikeer. Hierdie kennisinset sal kalmte aangaande die proses wat gevolg gaan word bring, terwyl dit ook struktuur, stabiliteit en beheer vestig.

Die intensiteit van die model moet ook vooraf verduidelik word asook die feit dat die struktuur onderhewig aan elke individu se behoefte en vordering asook elke individu se unieke omstandighede en uitdagings is.

Teen hierdie agtergrond is dit gevolglik belangrik om tydverloop, moontlike kostebesparings en verwagtings aan die slagoffer te kommunikeer.

5.6.1. Proses 1: Wat is besig om te gebeur, of wat het gebeur, of wat is die behoefte?

Stap 1: Die maak van 'n afspraak.

*Die persoon word genooi om ten opsigte van die afspraak 'n basiese vorm te voltooi wat aan die berader sekere belangrike inligting bekend sal maak (vgl. 2.3.3; 3.3.1; 3.3.2; 3.3.2.1; 3.3.2.2; 3.3.2.3; 3.3.2.5; Bylaag H).

(Daar sou voor stap 1 reeds 'n ander proses ook kon plaasvind. Dit is waar die berader reeds voor die eerste afspraak interaksie met die beradene gehad het, as byvoorbeeld 'n *'first responder'*. Dit is belangrik omdat die beradene se traumageheue, deur slegs die berader se naam te sien, hulle stem te hoor of hulle te sien, gesneller kan word. Daarom bevat die inligtingsvorm die vraag: Waar het u van my te hore gekom? Die stappe soos voorgestel, bly egter steeds belangrik en tersaaklik omdat dit die proses ondersteun).

Stap 2: Afspraak 1:

Fase 1: Ontmoetingsfase: Probeer om die beradene op hul gemak te kry – bied byvoorbeeld iets aan om te drink.

Fase 2: Bekendmaking van wedersydse basiese persoonlike inligting.

Fase 3: Verwag ongemak wat die beradene sou kon ervaar en stel vas waarom hulle die afspraak gemaak het en wat hul basiese behoefte is.

Doel 1: Begrip te toon, te simpatiseer en te bemoedig.

Doel 2: Is om die persoon te anker en 'n veilige omgewing vir die persoon te skep.

Fase 4: Eerste ontmoeting en stilte en gebed wat behoefte, krisis en ongemak aanspreek.

Fase 5: Verduideliking van die moontlike proses wat gevolg gaan word en wat die persoon vanuit die proses te wagte kan wees. Die konsep van *'neurosculpting'* word verduidelik asook die formulering van moontlike oplossings met inagneming van die 3P en 3E model asook die heelbrein demensie.

Doel 1: Verduidelik kennisinsette aangaande die voorgestelde proses en waarom sekere prosesse gevolg word.

Doel 2: Verduidelik wat trauma en krisis op mediese, geestelike, emosionele, sosiale en neurologiese areas tot gevolg het.

Doel 3: Verduidelik dat ander terapeutiese middele nodig kan wees om sekere resultate te verkry en/of om inligting te bekom.

Doel 4: Verduidelik dat die proses aanvanklik waarskynlik moeiliker sal vorder maar gaandeweg makliker sal vorder – verduidelik ook waarom dit so is.

Doel 5: Die berader moet aan die beradene verduidelik dat hy/sy die beradene se samewerking in die beradingsproses benodig om sodoende goeie funksionele vordering te bewerkstellig. Daar moet ook aan die beradene verduidelik word dat toepassing deel van die proses na genesing is.

*Dit is belangrik om hier te verduidelik hoe belangrik die basiese tydsverloop tussen sessies is en dat periodes tussen sessies positief en kreatief ingeruim moet word om vordering te verseker.

Fase 6: Bekendstelling aan die Neethling en Rutherford toets. Redes en motivering word ten opsigte van die belangrikheid en toepaslikheid van hierdie toets gegee – <https://kninstitute.com/>.

Fase 6: Ondersoek fisiese en geestelike toestande.

- Mediese en geestelike toestande word bespreek.
- Huidige medikasie word bespreek.
- Huidige beradings- of geestelike versorgingspraktyke word bespreek.
- Traumageskiedenis word bespreek (kortliks) met die oog op verdere hantering.

Fase 7: Vra die beradene om hul ervaring van die trauma of krisis te bespreek sonder om hul in die rede te val.

Fase 8: Vasstelling van emosionele toestand (Hoe sou die persoon hul huidige emosionele belewenis aangaande die krisis beskryf?). Hier moet vasgestel word of die toestand nuut is en of dit vererger het – risiko's moet bepaal word.

Fase 9: Laat die persoon die verhaal weer vertel. Let op nuwe inligting wat bykom.

Fase 10: Let op die beradene se persoonlike interpretasie en formulering van die gebeure.

Fase 11: Hier kom die stel van vrae aan die orde aangaande die krisis in 'n poging om werklik te verstaan, opregte belangstelling te toon en terselfdertyd belangrike inligting aangaande die krisis of trauma in te win – soos byvoorbeeld die datum, tyd, plek en impak.

* Die beradene se persoonlike waarneming en ervaring is hier belangrik. Is daar iets wat nuut ten opsigte van die verhaal bygekom het?

Fase 11: Toon simpatie en gee 'n eie weergawe van gebeure in 'n poging om dieper te verstaan. '*Verstaan ek reg as ek sê?*'

Fase 12: Sinspeel op sintuiglike waarneming, veral die aspekte van hoor, voel en sien.

Fase 13: Neem 'n ruspose waartydens op stilte, gebed en *lectio divina* gefokus word.

*Hier word daar spesifiek met betrekking tot die kennisinsette gebid wat reeds bekom is terwyl daar verder volgens 'n bepaalde Skrifgedeelte soos Psalm 23; Jesaja 41:10-17; Psalm 37:3-12 en Sagaria 3:1-10 stil geraak word. Vertel die gebeure van Markus 6 en Jesus se trauma tydens sy verwerping in Nasaret en ook sy hantering daarvan. Beklemtoon die aspek dat Jesus hulle wil herstel, beklee en aan 'n nuwe toekoms help skep. Vertel hulle van die brein se neoplastiese vermoë en dat God die mens inherent veerkragtig gemaak het en dat gesonde kennisinsette hulle gaan bemagtig en hulle weer gaan mobiliseer.

Stap 3: Skedulering van 'n afspraak word hier gemaak ten einde die persoonlikheids-toets, NBI (Neetheling Brain Institute – vgl. 2.4.4; Bylaag F) aanlyn te voltooi (<https://kninstitute.com/>). Terselfdertyd word daar 'n derde afspraak geskeduleer van

wanneer die volgende gespreksgeleentheid gaan plaasvind – dag, tyd en datum word bepaal.

*Die proses van stilte, gebed en *lectio divina* en die belangrikheid om dit deurgaans tussen sessies te handhaaf, word weer verduidelik. Geskrewe praktiese riglyne sal ook hier voorsien word wat die proses uiteensit en wat die beradene kan saamneem.

Fase 14: Maak seker dat die beradene gemaklik en rustig is voordat die sessie afgesluit word.

5.6.2. Proses 2: Waarom gebeur wat met die individu gebeur?

Stap 4: Afspraak 2 – NBI aanlyntoets.

Stap 5: Afspraak 3 – persoonlik konsultasie en gespreksvoering

Fase 1: Terugvoer ten opsigte van die tydsverloop tussen sessies en hoe dit ingerig was. Reflekteer op ervarings, interpretasie van die episode, nuwe tendense, gebeurlikhede en nuwe belangrike inligting asook enige belangrike aspekte rakende persoonlike welstand wat moontlik na vore gekom het.

Fase 2: Die beradene word deur 'n proses van stilte en gebed na innerlike rustigheid begelei en word gegrond (*grounding process*) deur hulle bewus te maak van waar hulle hulself bevind en watter spesifieke waarnemings byvoorbeeld deur middel van die onderskeie sintuie gemaak kan word.

Fase 3: Hantering en terugvoer ten opsigte van die resultate van die toets van Neethling en Rutherford se heelbrein dimensionele voorkeure (vgl. Bylaag F soos deur NBI toets bepaal – <https://kninstitute.com/>).

* Kennis aangaande slagoffers se persoonlike voorkeure en persoonlikheidstipe is baie belangrik in die kreatiewe laterale intervensieproses. Hierdie kennisinsette help die individu en berader om 'n beter begrip te kry van waarom die individu op 'n bepaalde manier reageer. Hierdie inligting kan ook help om daarop te dui of die individu hulle natuurlike self is en of hulle gedissosieer het. Dit sal die individu ook help om hul natuurlike veerkrachtigheid te ontdek en te kan evalueer watter aspekte ongewoon en onvanpas is. Dit sal die pastorale berader ook help om vas te stel watter proses

moontlik beter vir 'n individu sal werk en ook in terme van 'n heelbrein demensie help waar aspekte soos asimmetriese gedrag, emosionele kreatiwiteit en kreatiewe dissosiasie belangrike leidrade kan wees.

Fase 4: Die beradene se trauma- en mediese geskiedenis word nagegaan. Hier vervul die gebruikmaking van aanverwante hulpbronne en dissiplines soos byvoorbeeld insette vanaf 'n neuroloog, psigiater, arbeidsterapeut, mediese praktisyn, en so meer, 'n belangrike rol. Die implikasie van die herhaling van ou negatiewe gewoontes is ook baie belangrik.

*Amen (2018:2179) verwys na hierdie proses as LTP (*long-term potentiation*). LTP ondersoek gevestigde gewoontes en reaksies wat enersyds normaal maar andersyds abnormaal sou kon wees, afhangende van die geskiedenis en situasie. Op die vraag na wat aan die gebeur is, vra Amen (2018:loc.2199) 'n teenvraag, naamlik: "Is daar moontlik 'n dieper oorsaak?" (vgl. 5.5.5; 2.3.4.1; 3.3.1.1)

Fase 5: Historiese episodes wat aangeteken is, word kortliks bespreek. Dit is belangrik omdat die nuwe trauma sekondêr aan die aanvanklike trauma is. Sou die aanvanklike trauma nie die nodige aandag ontvang nie, belemmer dit vordering. Gedrag wat deur die slagoffer mettertyd as normaal beskou is, sou egter reeds buite die normale karakter kan wees. Simptome verdwyn dikwels nadat die mees onlangse trauma hanteer is, maar nuwe simptome sou na vore kon tree wat met die aanvanklike onverwerkte trauma verband hou.

* Vorige traumas en so meer moet aandag geniet omdat dit reeds simptome sou kon huisves wat nie natuurlik deel is van wie die persoon is nie – dit mag voorkom of dit die persoon verteenwoordig maar is in der waarheid dissiatief of aan PTSV gekoppel.

Fase 6: Die traumagebeure word weer beskryf. Hier val die klem op 'n beskrywing en formulering van alle beskikbare inligting en feite aangaande die gebeure. Wanpersepsies word uit die weg geruim en kennisinsette word afgebaken en getoets.

Fase 7: Die proses en byhou van rus, stilte, gebed en *lectio divina* word weer verduidelik asook waarom dit belangrik is om die proses tussen sessies by te hou.

Fase 8: Die beradene word deur die proses van rus, stilte, gebed en *lectio divina* begelei om die feite aangaande die trauma te proses. Daar word intensief gebid oor wat ervaar, gesien, gevoel en gehoor is. Feite word met die waarheid gekonfronteer terwyl gebeure en ervarings gehoor, getoets en geïnterpreteer word. Hierdie proses vind biddend en reflekerend plaas.

Voorgestelde riglyne vir hierdie proses:

- Rus in die teenwoordigheid van God.
- Evalueer gedagtes, gebeure en optredes deur daaroor stil te word en te bid.
- Bid oor gevoelens en emosies en laat die beradene met God praat oor dit wat hulle sien, hoor, ervaar en voel.
- Wag en ontspan in die teenwoordigheid van God.
- Reflekteer.
- Rus in die teenwoordigheid van God.

Dieselfde proses word gevolg wanneer die woord van God bestudeer word:

- Gaan in God se rus in.
- Lees die spesifieke Skrifgedeelte stadig deur – moenie primêr intellektueel en rationeel probeer 'verstaan' nie.
- Maak die oë toe of raak gemaklik en fokus op die proses hier en nou.
- Lees die teks weer deur – doen dit biddend in die teenwoordigheid van die Heilige Gees.
- Is daar iets wat vanuit die teks met die geesmens of siel resoneer, of ervaar die vlees enigiets betekenisvol?
- Raak stil en fokus op dit waarmee geresoneer word.
- Verbaliseer dit wat resoneer of skryf dit neer.
- Reflekteer oor die insigte wat na vore kom en toets dit deur ook daaroor te bid.
- Wees rustig, wag geduldig en gaan in God se rus in.

- Reflekteer en bepeins enige nuwe perspektiewe wat deur die proses na die oppervlakte gekom het (openbaring).

*Aanverwante stimulasie en terapie soos kuns (verf, skryf en so meer), musiek, stokperdjies, oefen, asook mediese ondersoeke, arbeidsterapie, en so meer speel hier 'n belangrike rol. Die neem van rusposes weg vanaf die terapie en trauma begin hier reeds pertinent na vore kom.

Stap 6: Implementeer 'n ruspose wat by die persoon se persoonlikheidstipe pas. Met hierdie ruspose is die bedoeling om die persoon doelbewus vanaf die krisis en spanningsituasie weg te neem. Die berader en beradene beplan saam aan so geleentheid en dat dit daagliks moet geskied, al is dit slegs vir 15 minute.

Stap 7: Die volgende persoonlike kontakssessie word gereël en die belangrikheid van rus, stilte, gebed en *lectio divina* asook die byhou daarvan word weer eens beklemtoon.

Fase 9: Maak seker dat die beradene gemaklik en rustig is voordat afgesluit word.

5.6.3. Proses 3: Wat behoort te gebeur?

Stap 7: Afspraak 4

Fase 1: Die vierde afspraak vind nou plaas en daar word navraag oor die welstand van die beradene gedoen en dit word deur 'n proses van rus, stilte, gebed en *lectio divina* gevolg.

Fase 2: Die beradene reflekteer oor die traumagebeure asook die impak en gevolge daarvan (vgl. stappe 2-6) met inagneming van aspekte soos die volgende:

- Is daar enige tekens van gedragsverandering?
- Is daar enige tekens van blywende simptome of manifestasies van stres, angs, nagmerries, mediese toestande, aggressie, self-mutilasie, en so meer, wat voorheen nie teenwoordig was nie.

- Is daar enigiets wat tydens stilte, gebed en tye met God se Woord duidelik geword het of wat tydens momente van rus – moontlike negatiewe en positiewe ervarings – na vore getree het.

Fase 3: Neuroplastisiteit, '*mindfulness*' en '*neurosculpting*' en die hantering van die individu se emosies, gedrag, en ervarings.

*Fase 3 wil die episode bedink en die feite aangaande die episode verifieer en die impak wat dit op die individu se persoon, situasie en konteks het verstaan, interpreteer en beklemtoon. Dit wil kyk na waarom sekere blywende ervarings (vrees, angs, nagmerries ens.), buite normale karaktereienskappe (aggressie, ontrekking van sosiale geleenthede, slaaploosheid ens.) en emosies wat nie beheer kan word (die persoon begin tydig en ontydig onbedaarlik huil, is kort van draad, wil hulleself seermaak ens.), sensoriese emosies (kan seker reuke nie hanteer nie, sukkel om te hoor of te sien ens.). Die fase wil die beradene van hulle eie teenwoordigheid, denke, verstaan, persoonlikheidstipe en voorkeure bewus maak. Hierdie kennisinsette wil die persoon bemagtig en die brein help om nuut te dink en na prosesse van hantering te soek.

Hierdie fase bevat die belangrike elemente van gebed en stilte waar daar oor die emosies en ervarings konstruktief gebid word. Daar word ook oor hanteringsproesse gebid wat in die volgende fase bespreek gaan word.

Fase 4: Hanteringsproesse soos reeds toegepas word bespreek, daar word gekyk na watter prosesse gewerk het en watter nie gewerk nie. Prosesse wat nie gewerk het word krities ondersoek en aangepas of getermineer deur te kyk na waarom dit nie gewerk het. Hierna word na nuwe of ander moontlike gesoek.

Stap 8: Afspraak word in terme van datum, tyd geskeduleer. Spesifieke klem word daarop gelê dat die afspraak op 'n proses van stilte en rus sal fokus.

Fase 5: Maak seker dat die beradene gemaklik en rustig is voordat afgesluit word.

5.6.4. Proses 4: Die neem van 'n ruspose

Stap 9: Afspraak 5

Fase 1: Afspraak 5 vind vervolgens plaas en daar word in hierdie eerste fase kortliks oor die beradene se algemene welsyn en emosionele toestand gereflekteer. Hierdie stap is in geheel besonder op stilte en rus gefokus.

Fase 2: Tydens hierdie sessie word daar nie oor die krisis of trauma gepraat nie. Die beradene en berader mag wel insigte wat na vore gekom het neerskryf maar nie reflekteer of tyd aan die krisis spandeer nie. Die hoofdoel is innerlike rus.

Fase 3: Die periode van rus word met gebed en verootmoediging afgesluit.

Stap 10: 'n Nuwe afspraak word geskeduleer waartydens daar refleksie met betrekking tot spesifieke verhelderende insigte (openbarings) of ervarings gedoen sal word. Indien daar dadelik aandag aan aspekte gegee moet word, moet dit gedoen word. Dit mag nie oorstaan nie.

Fase 4: Maak seker dat die beradene gemaklik en rustig is voordat afgesluit word.

5.6.4. Proses 5: Wat behoort te verander?

Stap 11: Afspraak 6

Fase 1: Afspraak 6 vind vervolgens plaas en tydens hierdie eerste fase word daar oor die beradene se algemene welsyn en emosionele toestand gereflekteer.

Fase 2: Reflekteer oor ruspose wat verby is en of daar enige insiggewende perspektiewe na vore gekom het (openbarings).

Fase 3: Reflekteer oor die krisis en trauma en tersaaklike feite. Is daar iets wat in terme van emosies en karakter moet verander? Is daar blywende simptome? Watter het moontlik bygekom? Hoe ervaar die individu die proses? Is daar vordering?

Fase 4: Ondersoek strategie en praktiese hanteringsmeganismes ten opsigte van die huidige proses en fase van herstel. Hierdie fase is baie belangrik omdat

sommige trauma aan sekondêre faktore soos hofsake, en so meer gekoppel is.

Fase 5: Raak stil en bid oor toegepaste strategieë en hanteringsmeganismes. Evalueer alle feite en ervarings tot dusver. Toets en evalueer die prosesse wat tot dusver gevolg is krities. Hoe reageer hulle teenoor hul ander slagoffers en trauma? Is daar begrip vir hul eie proses? Veroorsaak trauma steeds konflik? Is daar hanteringsmeganismes wat konflik veroorsaak? Het die slagoffer weer in die samelewingskonteks begin mobiliseer? Is daar struikelblokke waaraan aandag gegee moet word? Is daar krisis en probleme wat aandag moet geniet? Is daar snellers en versteurings wat aandag moet geniet?

*Aandag word aan krisisfasette deur stilte, gebed en *lectio divina* gegee. Werklike probleme in verband met krisis wat ervaar word, word geïdentifiseer. Soms is dit die persoon se eie emosionele wanbalans wat persepsies skep. Keuses van strategiese stappe wat gevolg gaan word in terme van werklike krisis word beplan. Uitvoering en toepassing van die strategieë word beklemtoon en die slagoffer word gemotiveer om effektiewe stappe toe te pas. Waar nodig word die sosiale konteks betrek om die nodige ondersteuning aan die slagoffer te fasiliteer.

Stap 12: Volgende afspraak word geskeduleer.

Fase 6: Maak seker dat die beradene gemaklik en rustig is voordat afgesluit word. Beklemtoon die belangrikheid van die handhawing van nuwe praktyke en meganismes soos tot dusver in die proses bespreek, ten einde die krisis te kan oorkom.

5.6.6. Proses 6: Terugvoer, vorderingsverslag en instandhouding

Stap 13: Afspraak 7

Fase 1: Afspraak 7 vind vervolgens plaas en daar is aanvanklik weer navraag oor die beradene se algemene welsyn en emosionele toestand.

Fase 2: Moontlike disosiatiewe gedrag asook tekens van PTSS word ondersoek en geëvalueer aan die hand van die volgende riglyne geëvalueer:

- Watter gedrag is moontlik kommerwekkend en watter aspekte het op die agtergrond getree en het nie meer 'n invloed nie?
- Het daar nuwe tendense ontstaan en watter daarvan is positief en watter is negatief?
- Wat is die beradene se belewenis met betrekking tot die oorspronklike krisis en trauma en het dit nog enige nagevolge? Dit is belangrik dat die berader sal let op die moontlikheid dat die beradene moontlik kreatiewe dissosiasie sou kon toepas (vgl. 3.4.3).

Fase 3: Raak stil en probeer vasstel of daar enigsins nog aspekte figureer wat aan die oorspronklike krisisse gekoppel is of enige traumaverwante simptome of gedrag waaraan aandag gegee moet word.

Fase 4: Begin om toekomstige afsprake langer uit mekaar te skeduleer.

Stap 14: Maak die volgende afspraak en beklemtoon die byhou van tersaaklike prosesse, praktyke en riglyne.

Fase 5: Maak seker dat die beradene gemaklik en rustig is voordat afgesluit word.

*Daar word voortgegaan met hierdie proses totdat die beradene gemaklik is om alle verdere berading en terapie te staak.

5.7. SAMEVATTING

Deur gebruik te maak van die deskriptiewe, interpretatiewe, normatiewe en pragmatiese take, het die navorsing duidelik aangetoon dat stilte, gebed en *lectio divina* 'n belangrike rol as kreatiewe hulpmiddel in die pastorale intervensieproses na trauma vervul.

Dit het geblyk dat dit nie slegs op pastorale en praktiese teologiese gebied 'n belangrike hulpmiddel is om trauma mee te hanteer nie, maar ook vanuit die aanverwante wetenskappe, veral areas soos neurologie en psigologie. Dit het verder geblyk dat kontemplatiewe bepeinsende benaderings neurologies bevorderlik tot traumaslagoffers se emosionele, geestelike, mediese en fisiologiese toestande is.

Hierdie standpunt word vanuit beide die teologie sowel as die gedragwetenskappe ondersteun. Daar kan gevolglik met groot vrymoedigheid op die aspekte van stilte, gebed en *lectio divina* as kreatiewe hulpmiddele in die pastorale intervensieproses na trauma gefokus word.

Dit het ook geblyk dat tersaaklike insette vanuit aanverwante wetenskaplike vakgebiede transversaal bevorderlik met betrekking tot die fisiese, geestelike en emosionele welsyn van traumaslagoffers se genesingsproses kan wees. Hierdie benadering is nie slegs bevorderlik tot die individu se welsyn nie maar is ook sosiaal-maatskaplik bevorderlik tot die welsyn van die hele situasie en konteks – die totale leefwêreld van die slagoffer en beradene.

Die komponente van stilte, gebed en *lectio divina* as kreatiewe laterale hulpmiddele in die pastorale intervensieproses na trauma het inderdaad 'n wetenskaplike bydrae te bied en behoort deeglik verdiskonteer te word binne verdere navorsing op hierdie terrein.

SAMEVATTING

SAMEVATTENDE OORSIG EN VOORGESTELDE AREAS VIR VERDERE NAVORSING

HOOFSTUK 6

6.1. INLEIDING

Hierdie hoofstuk sal daarop fokus om die kern van die voorafgaande hoofstukke oorsigtelik saam te vat. Aan die einde van hierdie hoofstuk sal verdere areas vir moontlike navorsing aan die orde gestel word.

6.2. OORSIG EN SAMEVATTING VAN HOOFSTUK 2

DIE DESKRIPTIEWE TAAK

Hoofstuk 2 het op die deskriptiewe taak gefokus in 'n poging om toepaslike aanverwante kennis geïntegreerd aan te wend.

Tersaaklike sleutelsterme soos stilte, gebed en *lectio divina*, kreatiewe denke, pastorale intervensie, trauma, asook ander belangrike aanverwante wetenskaplike terme is uitgebreid literêr versamel, ondersoek en bespreek om die nodige kennisinsette te bekom. Geïdentifiseerde kennisinsette is krities ondersoek, alvorens dit, ten opsigte van die navorsingsvraag en model, geformuleer en taakgerig geïntegreer is.

In hierdie hoofstuk is daar op Osmer se eerste van vier take gefokus, naamlik die deskriptiewe, kwalitatiewe navorsingstaak aan die hand van die vraag: “*Wat is besig om te gebeur?*” In die hantering van hierdie vraag is die tema van trauma en die nagevolge daarvan aan die orde gestel en is tersaaklike kennis bekom met die doel om die werklikheid te verstaan en 'n voorlopige taakgerigte aanwendingsmodel in teorie te konseptualiseer.

6.2.1. Trauma, traumaslagoffers en traumagevolge

Krisisse en trauma is deel van die mens se alledaagse bestaan. Hierdie ongemaklike

werklikheid wat mense verwond laat, het 'n reuse invloed op mense se karakter, bestaanswêreld, geestes en mediese gesondheid asook hulle sosiale inskakeling met ook moontlike ontwrigtende langtermyn gevolge.

Weens die rimpelingeftok wat trauma-episodes tot gevolg kan hê, is dit vir die wetenskap belangrik om na meer effektiewe metodes te bly soek om getraumatiseerdes by te staan. Die vernietigende simptome wat soms oor generasies heen van 'n probleem, soos posttraumatiese stres versteuring, kan strek, is onder andere beklemtoon. Daar is aangetoon dat, hoewel trauma langtermyn gevolge kan hê, dit oorkom kan word aangesien die mens die vermoë het om enorme uitdagings die hoof te bied deur onder andere 'n natuurlike veerkragtigheid te ontwikkel. 'n Belangrike aspek in hierdie verband het ook geblyk die konsep van kreatiewe laterale denke te wees en die implementering van hierdie basiese beginsels ook in die pastorale begeleidingsproses.

Trauma as onverwagse gebeure neig om die normale natuurlike ekwilibrium van die slagoffer te verwond en te versteur en kan gevolglik na fisiese, mediese, emosionele, geestelike en sosiale disfunksionaliteit lei. Pastorale en psigologiese intervensie speel gevolglik 'n belangrike rol in die herstelproses van die individu wat in hierdie tipe siklus vasgevang raak en kreatiewe intervensie wil die proses tot hulp wees.

Die studie het die navorser daarvan bewus gemaak dat trauma nie slegs fisiologiese, psigiese en emosionele implikasies het nie, maar ook neurologiese en sensoriese gevolge. Daar sou dus tereg tot die gevolgtrekking gekom kan word dat wanneer daar na konsepte soos trauma gekyk word, dit 'n invloed op die mens se totale funksionering het.

6.2.2. Die verhouding tussen pastoraat, psigologie en aanverwante wetenskappe

Die studie beklemtoon verder die belangrike verhouding tussen pastoraat, psigologie en ook ander gedragwetenskappe asook neurologie en die mediese wetenskappe. Met betrekking tot die tema van hierdie studie lewer elk van hierdie vakgebiede besondere bydraes waarvan kennis geneem is met die oog op bevordering van die welsyn en welstand van die getraumatiseerde persoon.

Die belangrikheid van 'n multidissiplinêre spanbenadering het in die proses duidelik na vore gekom met die oog op effektiewe hulpverlening, sonder om vakgrense te oorskry. Die studie het verder beklemtoon dat sodanige multidissiplinêre kennisinsette bevorderlik in terme van die pastorale intervensieproses, maar ook in terme van die wetenskap in die geheel is. Die pastorale berader met die korrekte insig en opleiding, in samewerking met 'n multidissiplinêre raamwerk, kan 'n effektiewe en funksionele bydrae lewer. Hoofstukke 3, 4 en 5 beklemtoon hierdie aspek in diepte.

6.2.3. Die Bybel en trauma

Trauma en krisisse as werklike gebeure word dwarsdeur die Woord op 'n reëlmatige basis aan die orde gestel. Enkele traumatiese gebeure asook die intensiteit van traumagevolge is in hoofstukke 1, 2 en 4 in diepte bespreek. Verhale van trauma soos in die Skrif verwoord, bevestig telkens ook die feit dat trauma altyd nagevolge het en uit hierdie studie het geblyk dat hierdie nagevolge ook met die wetenskaplike beskrywing van hedendaagse gevolge van trauma korreleer.

Ook wat hanteringsmeganismes ten opsigte van trauma betref, het geblyk dat daar bruikbare perspektiewe in die Woord opgesluit is, veral wat temas soos kontemplatiewe bepeinsing, stilte, gebed, *lectio divina* en rus betref. Veral vanuit Jesus se aardse bediening het geblyk dat belangrike funksionele tegnieke gekoppel aan vermelde areas geïdentifiseer kan word met die oog op die verligting van trauma binne die pastoraat.

6.2.4. Kreatiewe denke, trauma, pastorale intervensie en die wetenskap

Met betrekking tot kreatiewe laterale denke dink, ervaar, interpreteer en verwerk elke persoon sekere situasies verskillend as gevolg van die feit dat die mens oor 'n asimmetriese brein beskik. Hierdie verstaan maak van kreatiewe laterale denke as wetenskap 'n noodsaaklike bydraende rolspeler in terme van handelingsmodelle en prosesse.

Kreatiewe denke wil elke individu se persoonlike individualiteit akkommodeer en erken asook bruikbare modelle, teorieë en wetenskaplike velde integreer. Dit wil verder ook gesonde kennisinsette versamel wat begrend en toepaslik is. Kreatiewe denke wil nie slegs die onmiddellike hanteer nie maar ook die verlede en die toekoms asook

voorkommend optree deur strategieë te implementeer wat in die praktyk toegepas kan word.

Elke individu moet gevolglik geleentheid gebied word om uitdrukking aan eie natuurlike potensiaal, ervaring, interpretasie en hanteringsprosesse in terme van 'n episode of krisis te gee. De Bono verwys hierna as natuurlike, oorspronklike veerkragtigheid. Vanuit 'n teologiese perspektief verwys dit na natuurlike geestelike veerkragtigheid wat onder die leiding van die Heilige Gees geskied wat die berader en beradene op soek na oplossingsmoontlikhede begelei.

Kreatiewe laterale denke wil verder die pastorale intervensieproses asook die wetenskap as geheel tot hulp wees en bevorder. Kreatiewe laterale denke neem die individu, die episode, situasie en konteks in ag. Dit bevorder begronde, gesonde en geverifieerde kennisinsette en neem verskeie wetenskaplike velde as gespreksgenote in ag – in die proses ondersoek dit ook hanteringspraktyke wat die welstand en welsyn van individue kan bevorder. Dit omhels verder ook nuwe idees en ontwikkel taakgerigte teorieë en praktyke wat in diens staan van die saak wat gedien word.

Die fokus op die aspek van die asimmetriese brein van die mens het onder andere die frase van 'gedragasimmetrie' (*behavioural asymmetry*) beklemtoon waardeur gedrag of persoonlikheid gemeet word. Die asimmetriese brein bied gevolglik 'n verklaring vir die feit dat elke persoon ten opsigte van denke en benadering verskil. Asimmetrie rakende gedrag help om te verstaan dat elke individu 'n traumatiese ervaring verskillend sal verwerk deur verskillend emosioneel uiting daaraan te gee.

Hierdie kennisinset het na die konsep van 'emosionele kreatiwiteit' gelei wat aan die slagoffer die geleentheid wil bied om hul rou-ervaring te deel en hul emosies ongehinderd weer te gee.

Weens die feit dat emosies fluktueer, persoonlikhede verskil en elke situasie verskil, gee individue op verskillende wyses aan 'n episode uiting. Emosionele kreatiewe denke is dus 'n toepaslike hanteringsmeganisme waardeur die uniekheid van 'n spesifieke individu se ervaring beklemtoon en erken word. Dit is funksioneel, bemagtigend en skep 'n gevoel van beheer en stabiliteit.

6.2.5. Kreatiewe laterale denke en God

Kreatiwiteit is een van verskeie karaktereenskappe van God Drie-enig. Kreatiewe laterale denke vanuit 'n teologiese perspektief wil as God geïnisieerde skeppende krag die traumaverwonde help genees deur slagoffers met gesonde insette te 'beklee' wat restoureer, herstel, en mobilisering na trauma bevorder.

Kreatiwiteit en kreatiewe laterale denke is die vonk wat deur God gebruik kan word om herstel te bewerkstellig. Toegepas op die pastoraat, kan gestel word dat God deur kreatiewe denke slagoffers en beraders kan help om in die herstelproses weer 'senings', 'vleis' en 'vel' aan iets te plaas wat weens 'n verpletterende gebeure soos trauma, in 'n sekere sin 'gesterf' het (vgl. Eseg 37).

In beginsel wil laterale denke en kreatiwiteit dus die vasgeloopte brein aktiveer en stimuleer in die proses om weer funksioneel te kan wees. Kreatiewe laterale denke wil nie 'n bestaande krisis vergroot nie, maar na funksionele produktiewe prosesse soek om vanuit die krisis, wat deur trauma veroorsaak is, by oplossings uit te kom.

Elke mens beskik oor kreatiwiteit en niemand is daarsonder gebore nie – hierdie latente kreatiwiteit moet egter slegs geaktiveer en ontwikkel word. Kreatiewe laterale denke wil die brein se volle kapasiteit gebruik ten einde inligting te proses, feite te spoor, tussen verskeie werklikhede en persepsies te onderskei en 'n weg vorentoe te vind.

Kreatiewe denke is dus 'n kragtige gereedskapstuk wat God en mens goed kan aanwend om hoop en heling na trauma mee te fasiliteer. Stilte, gebed en *lectio divina* as kreatiewe hulpmiddelle kan bydraend tot die proses wees.

6.2.6. Stilte, gebed en *lectio divina* as kreatiewe hulpmiddele

Om 'n gelowige te wees, vrywaar die mens nie van trauma en krisisse nie. God wil wel die mens in hulle krisis of dreigende krisis begelei, beskerm, versterk en met wysheid toerus. God weet waar die mens hulself psigies, emosioneel en fisies bevind en verstaan ook die omstandighede. God is begaan oor hoe dit met die mens, veral te midde van trauma en krisistye, gaan. God wil die las ligter maak en die persoon na 'n plek van vrede en rus lei – Hy wil lig op die donkerte werp en uitkoms gee.

Trauma is 'n werklikheid, maar ook tydelik en aardsgebonde terwyl God se sorg ewig is. God sal 'n weg baan ten einde die krisis of trauma kreatief te kan hanteer. Rus, stilte, gebed en *lectio divina* is gevolglik sommige van die kreatiewe instrumente wat God aan die mens gee ten einde trauma en krisisse te kan hanteer en te oorkom.

6.2.6.1. Stilte as kreatiewe hulpmiddel

Stilte as geestelike dissipline impliseer 'n regeneratiewe praktyk om na God en die self, sonder onderbrekings te kan luister. Stilte bied vryheid en die geleentheid om in God se rus in te gaan en Hom in stilte te kan vertrou. Tydens so 'n proses begin God gewoonlik om die individu van die greep wat die wêreld op hulle het los te maak.

Stilte is 'n belangrike terapeutiese komponent vir kreatiewe pastorale intervensie soos wat die navorsing aangetoon het. Stilte het ook geblyk 'n aktiewe erkende wetenskaplik gefundeerde en funksionele terapeutiese tegniek te wees om trauma mee te hanteer.

6.2.6.2. Gebed as kreatiewe hulpmiddel

Gebed as kreatiewe hulpmiddel kan daartoe bydra dat hoë spanningsvlakke as gevolg van trauma, gereguleer kan word. Die gevolg is gewoonlik verbeterde fokus, 'n groter mate van innerlike kalmte en verskerping van die geheue. Dit bevorder ook in die algemeen 'n mate van stabiliteit.

Gebed het 'n kreatiewe en skeppende natuur eie aan God se karakter. Hoe meer die berader en beradene met God in intieme gebed verenig, hoe groter is die moontlikheid dat God kreatief en skeppend tot 'n traumatiese episode kan toetree. Gebed bevorder verder ook konstruktiewe gesprek, dit bring geestelike onderskeiding en dit bemagtig op 'n produktiewe, skeppende en funksionele wyse weldeurdagte strategieë en prosesse.

Gebed is 'n gereedskapstuk wat God aan die mens gegee het om te gebruik. Kreatiewe gebed wat konstant plaasvind, is gevolglik funksioneel, produktief en aktief met betrekking tot spesifieke verhelderende insigte, praktiese toepassingsteorieë en heling.

Gebed as geloofdissipline begelei die individu wat verwond en verwerp voel na 'n plek waar hulle besef hulle is nie alleen in hul lewenstryd nie en dat God hulle deur hierdie

krisis sal begelei. Gebed, net soos stilte, is voedsel vir die siel en versterk die hele liggaam. Dit verskaf energie en lewenskrag, is kreatief skeppend en kan onder die leiding van die Almagtige God herstel bevorder. Gebed deur middel van stilte, Woord en Gees gee aan God die geleentheid om Sy kinders as't ware te 'verpleeg', te versorg en geestelik en emosioneel te vertroetel.

6.2.6.3. *Lectio divina* as kreatiewe hulpmiddel

Die studie het aangetoon dat wanneer die Woord van God as kreatiewe hulpmiddel by die aksie van pastorale begeleiding betrek word, dit net soos die dissiplines van stilte en gebed 'n skeppende, begeleidende en genesende krag deur die Heilige Gees word. Gebed en stilte vorm gevolglik saam met die Woord van God 'n skeppende krag en eenheid wat die individu skeppend en herskeppend begelei terwyl dit ook beweging en aksie inisieer.

Lectio divina is 'n antieke praktyk wat toepaslik en geskik vir 'n hedendaagse gebruik is. *Lectio divina* is 'n kreatiewe hulpmiddel wat die individu van God se teenwoordigheid bewus maak. God word weer bewustelik en produktief deel van die getraumatiseerde persoon se lewensverhaal en herstelproses. Soos wat die Skrif bestudeer word, kom God ook op bonatuurlike wyse en fasiliteer heling en herstel.

Die Skrifwoord speel vervolgens 'n uiters belangrike rol in die kreatiewe laterale intervensieproses na trauma en sluit as proses baie nou by dit aan wat deur Osmer in sy pastorale benadering as kreatiewe laterale denke en pastorale intervensie beskryf word.

6.2.7. 'n Samevatting van hoofstuk 2 – “*wat is aan die gebeur?*”

Met die hulp van Osmer se deskriptiewe benadering is tersaaklike navorsing geïdentifiseer en tendense rakende kreatiewe laterale denke, krisisintervensie, stilte, gebed, *lectio divina* asook die gevolge van trauma ondersoek.

In die beantwoording van hierdie vraag, “*wat is besig om te gebeur?*”, is daar aangedui dat traumaslagoffers tesame met hul sosiale omgewing en konteks, as gevolg van trauma-episodes en die nagevolge daarvan, hulleself in 'n krisis bevind. Hierdie krisis noodsaak die intense behoefte aan pastorale ingryping en begeleiding.

Hoofstuk 2 het verder ook op die moontlike bydrae van kreatiewe laterale denke tot die pastorale intervensieproses na trauma gefokus. Dit het geblyk dat kreatiewe denke 'n onontbeerlike rol binne die pastorale begeleidingsproses kan vervul.

Die hoofstuk het verder die potensiaal ondersoek ten opsigte van stilte, gebed en *lectio divina* as kreatiewe hulpmiddels tot pastorale intervensie na trauma. Deur die navorsing is daar vasgestel dat die drie geloofsdissiplines van stilte, gebed en *lectio divina* 'n funksionele en dinamiese bydraende potensiaal tot die wetenskap en pastorale intervensie bied. Hierdie drie dissiplines kan gevolglik 'n kardinale bydrae tot die bestuur van trauma en gepaardgaande naskokke lewer.

Kreatiewe denke as produktiewe strategiese proses het geblyk sensitief en taakgerig teenoor 'n krisissituasie soos dié van trauma te wees en neem die individu se ervaring en verstaan asook dié van die sosiale konteks in ag as deel van die kennisinsette wat die hanteringstrategieë bepaal.

Die studie het verder aangetoon dat kreatiewe denke as 'n pastorale strategie op 'n sinvolle wyse verskeie kreatiewe modelle in die laterale intervensieproses as deel van die begeleidingsproses, soos byvoorbeeld die kunste asook ander terapeutiese benaderings, kan inspan.

Kreatiewe denke as pastorale hulpmiddel is analities, funksioneel, rekonstruktief, skeppend en bemoedigend. Dit het ook 'n uitgebreide begrip van die asimmetriese brein en die feit dat elke individu in persoonlikheid verskil. In die pastorale intervensieproses moet al hierdie werklikhede ten volle geakkommodeer word.

Kreatiewe laterale denke en pastorale intervensie wil in model skeppend en herskeppend tot die gesprek aangaande die nagevolge van trauma asook die hanteringsprosesse van trauma toetree. Kreatiewe laterale denke is ook multidissiplinêr gerig en nie eendimensioneel nie. Deur kreatiewe laterale pastorale denke kry God gevolglik die geleentheid om tot die wetenskaplike gesprek toe te tree wat die welsyn en welstand van die individu wil bevorder.

6.3. OORSIG EN SAMEVATTING VAN HOOFSTUK 3

DIE INTERPRETERENDE TAAK

Hoofstuk 3 het oor die interpretatiewe navorsingstaak gehandel. Bruikbare, tersaaklike en toepaslike modelle en teorieë vanuit aanverwante wetenskappe is vervolgens kwalitatief ondersoek en hanteer.

Met betrekking tot die interpretatiewe taak is die vraag: “*waarom gebeur dit?*” In die beantwoording van hierdie vraag is van ’n literatuurstudie vanuit die aanverwante wetenskappe rakende kreatiewe hulpmiddels in die intervensieproses na trauma gebruik gemaak. Hierdie ondersoek het die sigveld van die navorser en navorsing aansienlik verbreed en versterk.

6.3.1. Kreatiewe denke en aanverwante wetenskappe

Vanuit hoofstuk 2 het geblyk dat pastorale intervensie met behulp van kreatiewe denke alle moontlike hulpbronne in die begeleiding van traumaslagoffers moet ontgin. Daarom was dit gevolglik nodig om ook kennis van die belangrike verhouding tussen die pastoraat en ander aanverwante wetenskappe te erken en te ontgin.

Die pastoraat en die aanverwante wetenskapsvelde is elkeen uniek en elkeen lewer ’n besondere bydrae waarvan gevolglik kennis geneem moet word.

6.3.2. Neurologie, psigologie, mediese gesondheid en trauma

Trauma en emosionele verwonding kan tot probleme op die fisiese, emosionele of geestelike dimensies in die langtermyn aanleiding gee. Sodanige traumatiese gevolge kan sonder hulp akute of kroniese simptome tot gevolg hê. Indien die trauma nie hanteer word nie leef dit in sulke gevalle as’t ware in die brein voort omdat dit daar gestoor is.

Traumaverwante simptome wat neurologies, sielkundig, geestelik en mediese waargeneem word, moet derhalwe deur ’n gekwalifiseerde praktisyn bevestig word. In hierdie verband word die medikus, neuroloog, psigoloog en pastorale berader as deel van die pastorale intervensieproses betrek.

Die brein is ’n krities belangrike orgaan wat intens deur enige traumatiese ervaring geraak word. Langtermyn blootstelling aan intense traumatiese gebeure kan gevolglik

sekere neurone van die brein beskadig en die gevolg hiervan kan posttraumatiese stresversteuring asook ander geestelike en mediese toestande wees.

Trauma het nie slegs fisiologiese, psigiese, geestelike en emosionele implikasies nie maar ook neurologiese gevolge. Daar sou dus tereg tot die gevolgtrekking gekom kan word dat trauma 'n invloed op die mens se totale funksioneringstelsel het en daarom is die kreatiewe laterale benadering om multidissiplinêr in die hantering van trauma om te gaan gewis bevorderlik.

In hierdie hoofstuk is daar vervolgens veral op die bydrae gelet wat neuroplastisiteit in terme van die intervensieproses bied asook die moontlike bydrae deur emosionele kreatiwiteit in terme van die begeleidingsproses van slagoffers van trauma. Daar is ook kennis van emosionele verwonding asook die invloed van traumageheue op die psigiese en fisiese funksionering van 'n slagoffer geneem.

Dit het geblyk dat, indien die traumageheue georganiseerd geberg word, dit beheer oor snellers gee en vervolgens ook kan help om ander simptomiese gevolge te bestuur. Vir die slagoffer is dit van kritiese belang om volle begrip ten opsigte van die trauma asook die impak daarvan te verkry, omdat dit kan help om weer 'n mate van beheer oor die situasie te verkry.

Daar is vervolgens ook op die frase 'kreatiewe dissosiasie' gefokus. Hierdie kennisinset het tot die dieper verstaan gelei van wat met die individu tydens die onmiddellike eerste naskokke van trauma gebeur, veral wat dissosiasie betref, en ook wat PTSS asook ander simptome van traumagevolge impliseer.

Die verdere belangrike aspek rakende kreatiewe dissosiasie is die feit dat die individu oor die verstandelike vermoë beskik om die oorweldigende impak van traumatiese gebeure te kan onderdruk en dus tydelik daarvan te ontvlug – die berader moet van hierdie tendens bewus wees.

Verder is daar in hierdie hoofstuk ook kennis van die terme '*mindfulness*' en '*neurosculpting*' geneem wat beide belangrike neurologiese konsepte met betrekking tot die areas van kreatiewe laterale denke en pastorale intervensie teen die agtergrond van bydraes vanuit die aanverwante wetenskappe is.

6.3.4. 3P en 3E kreatiewe modelle in terme van 'n voorlopige aanwendingsmodel

Die 3P en 3E modelle het gehelp om aan te toon dat elke toestand onderskeidelik as deel van die geheel geëvalueer moet word. Verder het dit aangetoon dat subjektiewe welstand deur kognitiewe vooroordele en persepsies beïnvloed word. Die modelle het verder beklemtoon dat individuele verstaan, individuele ervaring en natuurlike individuele begrip en refleksie uiters belangrik is. Hierdie benadering help die individu om ondanks hul verwonding, op 'n kreatiewe en vars wyse 'n nuwe blik op die verlede, hede en toekoms te verkry.

6.3.5. Stilte, gebed, *lectio divina* en aanverwante wetenskappe

Wat die pastorale begeleiding van traumaslagoffers betref, het geblyk dat kontemplatiewe gefokusde geestelike bepeinsing (rus, stilte, gebed en *lectio divina*) 'n besonder positiewe uitwerking op sulke slagoffers se algemene funksionering en herstel na trauma het.

Verhoogte toegespitste geestelike kontemplatiewe praktyke gee aan die Gees van God ook die geleentheid om die brein nuut te programmeer en te herstruktureer (vgl. Rom 15:13). Kontemplatiewe geestelike beoefening het ook 'n bepaalde invloed op sekere areas van die brein. Resultate van skanderings wat voor en na fases van kontemplatiewe geestelike bepeinsing gedoen is, het aangetoon dat sekere neurologiese veranderinge binne die brein plaasgevind het en dat die funksionering daarvan gestabiliseer het.

Die verdere gevolgtrekking is dat gebed en bepeinsing in die algemeen tot 'n kalmer brein kan bydra. Dieselfde resultate is ook ten opsigte van *lectio divina* van toepassing. In die lig hiervan word beradenes aangemoedig om op hul eie tussen beradingsessies hierdie geestelike kontemplatiewe praktyk te beoefen ten einde persoonlike vordering te stimuleer.

6.3.6 'n Samevatting van hoofstuk 3 – “*waarom gebeur dit?*”

Hierdie hoofstuk het onder andere op redes gefokus waarom trauma gewoonlik sekere spesifieke simptomaties nagevolg het. Daar is ook klem op tendense, modelle, en belangrike konsepte gelê wat deur die berader geïmplementeer kan word ten einde met die regte toegespitste en taakgerigte kennis individue beter te kan bystaan.

Belangrike tersaaklike tendense vanuit die aanverwante wetenskappe met betrekking tot die onderhawige studie is in terme van “*wat is besig om te gebeur?*” ondersoek In die beantwoording van hierdie vraag is aangedui dat traumaslagoffers, as gevolg van trauma, maar ook as gevolg van die nagevolge daarvan, hulself in ’n krisis bevind en dat ingeligte en deurdagte pastorale ingryping ’n dramatiese verskil kan maak.

Die feit dat kreatiewe denke ’n onontbeerlike rol binne die pastorale begeleidingsproses deur middel van kennisinsette vanuit die aanverwante wetenskappe kan vervul, het baie duidelik geblyk. Dit het ook duidelik geblyk dat hierdie drie modaliteite (stilte, gebed en *lectio divina*) ’n wesenlike bydrae in die bestuur van trauma, krisisse en gepaardgaande naskokke kan maak. Hierdie feit is vanuit die teologie sowel as die aanverwante wetenskappe bevestig.

Daar is ook in diepte kennis van die feit geneem dat Osmer se navorsingsmetodiek en kreatiewe laterale denke in benadering inderdaad ten opsigte van die konsepte van wat stilte, gebed en *lectio divina* ondersteunend en oorvleuelend is.

Die ontginning van konsepte soos *emosionele kreatiewe denke* en *kreatiewe dissosiasie* het ook geblyk besondere diepte aan die onderhawige studie te verleen. Hierdie bewuswording het tot verdere ondersoek gelei waar belangrike en tersaaklike praktiese teorieë soos dié van neuroplastisiteit, ‘*neurosculpting*’, ‘*mindfulness*’ en funksionele beklemtoon is. Daar is ook kennis van die neurologiese effek geneem wat trauma op die brein asook op die totale funksionering van die individu het.

Wat verder ook na vore gekom het, is die belangrikheid van die heelbrein demensie in terme van die mens se natuurlike voorkeurpersoonlikheid asook die feit dat dit ’n belangrike kreatiewe hulpmiddel tot pastorale intervensie kan wees.

Verder het geblyk dat kreatiewe laterale denke as pastorale hulpmiddel ’n analitiese, funksionele, rekonstruktiewe, skeppende en ondersteunende rol kan vervul. Kontemplatiewe geloofsdissiplines soos stilte, gebed en *lectio divina* is kreatief en ook sinvol op psigiese vlak terwyl dit binne kreatiewe laterale denke inderdaad die funksionering van alle terreine bevorder, hetsy of dit psigies, neurologies, medies, emosioneel, kognitief, geestelik of relasioneel is. Daarom kan die stelling vervolgens ook gemaak word dat kreatiewe denke proaktief, intensioneel en doelgerig is.

Die navorsing binne hierdie hoofstuk het ook tot 'n dieper bewustheid ten opsigte van die slagoffer se persoonlike ervaring gelei – ook die feit dat daar met groter omsigtigheid in die intervensieproses te werk gegaan moet word en dat kreatiewe denke se praktykgerigte fokus die proses kan help bevorder.

Dit het ook geblyk dat daar 'n steeds groter mate van bewuswording binne die geestesgesondheidswetenskappe ten opsigte van die konsep van kontemplatiewe bepeinsing as bydraende hulpmiddel tot die terapeutiese proses is. In die lig hiervan is dit belangrik dat daar in die toekoms 'n groter mate van samewerking tussen die pastoraat enersyds en die aanverwante wetenskappe andersyds sal wees.

6.4. OORSIG EN SAMEVATTING VAN HOOFSTUK 4

DIE NORMATIEWE TAAK

Hoofstukke 2 en 3 het op die deskriptiewe vraag, “*wat is aan die gebeur*” en die interpreterende vraag, “*waarom is dit aan die gebeur*” gefokus. Hierdie twee take het die navorsing bevorder en versterk. Hoofstuk 4 het op die normatiewe taak met die vraag, “*wat behoort te gebeur*” gefokus?

Laasvermelde taak het gepoog om deur Bybels-Reformatoriese eksegeese op grammatiese en historiese wyse tersaaklike beginsels vir die pastorale begeleiding van die getraumatiseerde persoon te identifiseer. Daar is in die proses ook op perspektiewe vanuit die Woord gefokus wat verhelderend en aanvullend tot die konsepte van stilte, gebed en *lectio divina* as kreatiewe hulpmiddels in die pastorale intervensieproses na trauma kan wees.

Daar is verder ook op die belangrike parallele tussen die konsep van neuroplastisiteit en sekere ooreenstemmende Bybelse beginsels asook op die moontlike bydrae van 'n kontemplatiewe neurowetenskaplike geestelike benadering as terapeutiese hulpmiddel gelet.

6.4.1. Pastorale sorg, rus, stilte, gebed en *lectio divina* vanuit 'n Bybelse perspektief

Die hoofstuk het vanuit verskeie bronne en kennisinsette 'n Bybels-teologiese begronding gebied ten opsigte van die vertrekpunt dat pastorale sorg inderdaad 'n Skrifgebaseerde, dienende en taakgerigte model is. Daar is ook Skriftuurlik aangetoon dat trauma gewoonlik emosies soos spanning, angs en vrees asook ander geestelike, emosionele en mediese toestande tot gevolg het. Daar is ook aangetoon dat trauma tot gevolg het dat slagoffers geneig is om sosiaal te onttrek en ook geestelike verwerping te ervaar – hulle voel dikwels van God en mens afgesny.

Teen die agtergrond van Jesus se hanteringspraktyke van trauma en krisis is daar vervolgens op tersaaklike aspekte van gebed, stilte, *lectio divina* en rus gefokus soos deur Sy hantering van die betrokke krisissituasies gereflekteer. In hierdie verband het die belangrikheid om kennis van Jesus se prosesmatige 'beradingsbenadering' te neem, ook duidelik geblyk.

In hierdie verband het aspekte soos die volgende geblyk belangrik ten opsigte van Jesus se beradingsmotief te wees:

- Jesus het medelye met ander gehad.
- Jesus reik uit, aanvaar hulle vir wie hulle is, glo in hul vermoë en erken hulle bestansreg.
- Jesus het aan mense se behoeftes voorsien.
- Jesus is reguit, ferm, en bedien met gesag.
- Jesus het mense aangemoedig om verantwoordelikheid vir hulle lewe te neem.

Die navorsing het die navorser van die feit bewus gemaak dat pastorale Christelike krisisintervensie 'n roeping is wat met groot verantwoordelikheid kom omdat die berader God, te midde van slagoffers se mees brose en weerlose oomblikke, verteenwoordig. Pastorale krisisintervensie is daarop gefokus om weer by slagoffers hoop vir die toekoms met die hulp van die Heilige Gees te vestig.

6.4.2. Kreatiewe laterale denke, neuroplastisiteit en die Bybel

Vanuit die navorsing is daar vasgestel dat die basiese vertrekpunte van die konsep plastisiteit grootliks met 'n aantal basiese Bybelse vertrekpunte ooreenstem en dat dit in wese gaan om nuut te vorm en nuut te skep.

Neuroplastisiteit en kreatiewe denke beskryf gevolglik die brein se vermoë en vaardigheid om te verander, aan te pas, nuut te dink en nuut gestruktureer te word. Rus, stilte, gebed en *lectio divina* tesame met kreatiewe laterale denke fasiliteer gevolglik 'n vormingsproses wat met behulp van pastorale begeleiding deur God geïnisieer word. Hierdie proses is inderdaad reeds sedert die begin van die skepping daar en het ten doel om met die hulp van God die mens te formeer en daarna met die asem van die lewe te vul. Sodoende kan die mens weer 'n lewende liggaam (in gees, siel en vlees), deur God bemagtig en gevorm, word.

6.4.3. Eksegetiese perspektiewe

Vanuit die eksegetiese resultate is daar kennis van die feit geneem dat God die mens wil help, nuut maak en herstel. Vanuit verskeie eksegetiese passasies is hierdie basiese tese bevestig en daarmee saam ook die belangrike rol van rus, stilte, gebed en *lectio divina* binne die pastorale intervensieproses. In hierdie verband is daar baie in besonder op die gedeeltes in Efesiërs 4:23-24 en Markus 6:31 gefokus.

6.4.3.1. Samevattende gevolgtrekking rakende Efesiërs 4:23-24

Aangesien die gees van die mens daagliks aan die gees van die wêreld blootgestel is, beïnvloed dit die mens se bestaan – daarom moet die mens voortdurend in raadpleging met God leef. Die gees van die mens behoort dus in afhanklikheid van God (trinitaries) se leidende denke, kennis, waarheid, krag en insig te leef. Binne hierdie raamwerk staan die gees van die mens 'n kans teen aftakelende invloede soos dié van byvoorbeeld trauma en krisis. Effektiewe begeleiding in sulke tye lei gewoonlik ook tot geestelike veerkragtigheid.

Sodanige gevolge en veranderinge vind in die gees van die individu plaas en dit beïnvloed ook die persoon se karakter. Op dieselfde wyse kan daar ook vernuwing in die persoon se gees plaasvind en kan daar deur bemiddeling van die Heilige Gees van toksiese denke en gedrag ontslae geraak word. Die transformerende effek van

hierdie benadering sluit by die basiese benaderingsmodel van hierdie studie, gekoppel aan kreatiewe laterale denke, aan.

In dieselfde mate wat sonde die natuurlike mens se gedrag verwing en laat ontaard, net so het onverwerkte trauma dikwels 'n emosionele en geestelike verwinging tot gevolg – terme soos dissosiasie en posttraumatiese stres (PTSV) verwoord iets van hierdie tipiese proses.

7.4.3.2 'n Samevattende gevolgtrekking rakende Markus 6:31

Deur middel van die twee komponente van stilte en gebed, tesame met 'n diep toegewyde omgaan met die Woord van God, is die gelowige inderdaad besig om skeppend en herskeppend deur die Gees van God die konfronterende werklikheid te hanteer. Soos wat die Woord bestudeer word, tyd vir innerlike stilte ingeruim word en daar ook in gesprek met God (gebed) getree word, kry God die geleentheid om ook op bonatuurlike wyse wysheid en insig te fasiliteer wat na heling en herstel lei te midde van die wete dat God die genesing bewerkstellig en deurgaans teenwoordig was.

Stilte en rus as geestelike dissiplines is regeneratief, moedig herstel aan en is ook 'n belangrike terapeutiese komponent wat deur God aan die mens gegee is. Dit verbeter fokus, bring kalmte en stabiliteit terwyl dit ook die liggaamlike en geestelike vermoë versterk en herbou. Die dissiplines van stilte, gebed en tyd met die Woord as vorms van rus, kan vervolgens as kreatiewe hulpmiddels positief aangewend word. Uit die eksegesië het geblyk dat hierdie dissiplines basies ook vanuit die Woord en deur Jesus as produktief en funksioneel begrond word.

6.4.5. Neuroplastisiteit, '*mindfulness*' en God

Hier het die belangrikheid van die impak van kontemplatiewe stilte op die geestestoestand van 'n individu na vore gekom. Binne die neurowetenskappe het daar mettertyd ook groeiende belangstelling met betrekking tot hierdie tema voortgespruit en tersaaklike insigte en perspektiewe in hierdie verband is vervolgens binne 'n pastorale model geïntegreer.

Verder het geblyk dat '*neurosculpting*' en neuroplastisiteit as kreatiewe en skeppende, modaliteite beskryf kan word en binne die pastoraat as geestelik gefokus aangewend

kan word met die doel om 'n heel mens en 'n heel brein, met die hulp van God die Heilige Gees en Sy genesende en skeppende krag, te bevorder.

6.4.6. Samevatting van hoofstuk 4 – “*wat behoort te gebeur?*”

In hierdie hoofstuk is daar op 'n aantal belangrike Skriftuurlike en eksegetiese perspektiewe gefokus wat aanvullend tot die saamstel van 'n voorlopige pastorale model was. Daar is aangetoon dat die tersaaklike konsepte van stilte, gebed en *lectio divina* 'n belangrike kreatiewe been van pastorale studie asook van ander aanverwante geestelike terapieë kan uitmaak. Hierdie hipotese is vanuit die hoofstuk Bybels-begronde.

Daar is vervolgens ook op Jesus Christus se eie beradingsbenadering gefokus en op die feit dat Hy juis die mens tot 'n praktyk van rus, stilte, gebed en *lectio divina* aanmoedig.

Dit het verder ook geblyk dat die benadering van kontemplatiewe bepeinsing, stilte, en gebed binne die algemene geestesgesondheid 'n al hoe belangriker rol begin vervul met 'n toenemende mate van prominensie.

'n Kontemplatiewe neurowetenskaplike benadering tot pastorale en geestelike sorg het geblyk besonder belangrik te wees en dat dit ook Skriftuurlik gefundeer kan word. Teen hierdie agtergrond sou die stelling ook gemaak kan word dat verskillende komponente van stilte, gebed, *lectio divina*, kreatiewe denke, neuroplastisiteit en '*mindfulness*' inderdaad ook deur Jesus self as deel van Sy aardse bediening beoefen is.

Dit is gevolglik sinvol om die vermelde dissiplines en praktyke vanuit 'n kreatiewe laterale perspektief, in samewerking met die wetenskap en ook Skriftuurlike beginsels as beradingsmotiewe te inkorporeer. Vanuit hierdie hoofstuk het verder geblyk dat dit wat die Vader met rus, stilte, gebed en tyd met Sy Woord bedoel het, 'n baie diep en waardevolle funksionele betekenis het en dat dit heling en restourasie kan fasiliteer wanner dit gebruik en in die begeleiding van traumaslagoffers toegepas word.

6.5. OORSIG VAN HOOFSTUK 5 – `N STRATEGIES-TEORETIESE MODEL

DIE PRAGMATIESE TAAK

In hierdie hoofstuk is daar op Osmer se vierde stap van sy voorgestelde model, naamlik die pragmatiese taak, gefokus. Hierdie taak was op die vraag: “*wat behoort te verander; hoe moet dit verander; of hoe behoort daar gereageer te word?*” gerig.

In die beantwoording van hierdie vraag is daar krities in dialoog met die voorafgaande navorsingsinsette in hoofstukke 1 tot 4 getree. Kennisinsette is vervolgens in `n praktykteorie geïntegreer, wat prakties teologies aangewend kan word. Hierdie model is interdisiplinêr diepliggend, selfkrities, prosesmatig, taakgerig en aan veranderlikes en nuwe kennisinsette onderhewig. Dit stel die individu, die taak en God eerste.

6.5.1. Formulering van `n voorlopige kreatiewe pastorale intervensiemodel

Hierdie interdisiplinêre prakties-teologiese model bestaan uit ses (6) verskillende prosesse en 14 basiese stappe wat elkeen in onderskeie taakgedrewe fases ingedeel word. In proses volg die model nie noodwendig `n logiese volgorde nie, hoewel die volgorde funksioneel en kreatief beplan en saamgestel is. Episode, situasie en konteks vervul belangrike rolle asook die persoon se behoefte en voorkeur.

Die model bevat verder `n aantal funksionele aspekte asook waardevolle getoetsde kennisinsette wat tot voordeel van die wetenskap, slagoffers, beraders, terapeute en die praktiese teologie aangewend kan word.

Tersaaklike kennisaspekte soos die NBI persoonlikevoorkeursoets (Neethling Brain Instruments – <https://kninstitute.com/>), die 3E en 3P kreatiewe modelle, neuroplastisiteit, asim-metriese gedrag, ‘*mindfulness*’, ‘*neurosculpting*’, kreatiewe dissosiasie, emosionele kreatiwiteit, asook verskeie ander insette vanuit die aanverwante wetenskappe is in die praktykgerigte model opgeneem.

Die model is taakgerig om die individu, berader en wetenskap te dien en tot hulp te wees terwyl dit ook kreatief denkend en tot voordeel van die pastorale intervensieproses na trauma is. Dit is verder ook doelgerig deurdat dit daarop gefokus is om traumaslagoffers te help om hulle traumaverwonde bestaan te herstel, te herskep en te help mobiliseer. In hierdie proses wil dit die slagoffer wat op emosionele, kognitiewe, sielkundige, mediese en neurologiese terreine verwond geraak het, na

stabiliteit en herstel begelei. Die model is verder funksioneel, bemagtigend en deelnemend terwyl dit die slagoffer se behoefte en nood vooropstel.

Die voorgestelde model is verder ook teologies en eties suiwer, Bybelgefundeer en begrond en verder op 'n dinamies-kritiese wyse oop ten opsigte van verandering en verdere verruimende insette.

Die ses basiese prosesse van die voorgestelde model is die volgende:

Proses 1: Wat is besig om te gebeur, of wat het gebeur, of wat is die behoefte?

Proses 2: Waarom gebeur wat met die individu gebeur?

Proses 3: Wat behoort te gebeur?

Proses 4: Die neem van 'n ruspose

Proses 5: Wat behoort te verander?

Proses 6: Terugvoer, vorderingsverslag en instandhouding

6.5.2. Samevatting van hoofstuk 5 – “*Wat behoort te verander?*”

Deur van die deskriptiewe, interpretatiewe, normatiewe en pragmatiese take gebruik te maak, het die navorsing duidelik aangetoon dat stilte, gebed en *lectio divina* 'n belangrike rol as kreatiewe hulpmiddels in die pastorale intervensieproses na trauma vervul. Dit het geblyk dat dit nie slegs op pastorale en prakties-teologiese gebied 'n belangrike hulpmiddel is om trauma mee te hanteer nie, maar ook vanuit die aanverwante wetenskappe.

Hierdie standpunt word vanuit beide die teologie sowel as die gedragwetenskappe ondersteun. Daar kan gevolglik met groot vrymoedigheid op die aspekte van stilte, gebed en *lectio divina* as kreatiewe hulpmiddels in die pastorale intervensieproses na trauma gefokus word.

Dit het ook geblyk dat tersaaklike insette vanuit aanverwante wetenskaplike vakgebiede transversaal bevorderlik met betrekking tot die fisiese, geestelike en emosionele welsyn van traumaslagoffers se genesingsproses kan wees. Hierdie benadering is nie slegs tot die individu se welsyn bevorderlik nie maar is ook sosiaal-maatskaplik tot die welsyn van die hele situasie en konteks bevorderlik.

Die komponente van stilte, gebed en *lectio divina* as kreatiewe laterale hulpmiddels in die pastorale intervensieproses na trauma het inderdaad 'n wetenskaplike bydrae te bied en behoort deeglik binne verdere navorsing op hierdie terrein verdiskonteer te word. Dieselfde geld in terme van ander waardevolle kennisinsette deur die studie bekom.

6.6. SAMEVATTENDE SLOTOPMERKINGS

Hierdie model en navorsing is inderdaad onderhewig aan verdere navorsing. Hoewel die navorsing in hierdie studie baie gesigvelde op wetenskaplike, teologiese en pastorale gebiede oopgebreek het, is daar steeds heelwat areas wat verder in terme van terapeutiese prosesse ontgin kan word.

Die dialoog met die aanverwante wetenskappe in terme van verskeie van die subdissiplines wat binne die onderhawige studie aan die orde gekom het, is lank reeds aan die gang maar dit is eers gedurende die jongste verlede dat die proses begin het om transversaal en transformerend momentum op te bou.

Kritiek teenoor die voorgestelde model is dat dit baie intens en konfronterend kan wees. Finansiële sou dit ook heelwat implikasies vir beradenes kan hê. Tog word daar op die mediese en psigologiese velde lank reeds van wedersydse ondersteuning en verwysing gebruik gemaak. 'n Algemene praktisyn verwys byvoorbeeld gereeld pasiënte na neuroloë, interniste, kardioloë en sielkundiges of psigiaters. Op die gebied van pastorale intervensie kan dit inderdaad ook veel meer as deel van 'n holistiese en multidissiplinêre benadering toegepas word met vervolgens 'n veel groter waarskynlikheid van sukses.

Op die vraag of die navorsing geslaagd was, sou die antwoord kon wees: die navorsing maak inderdaad 'n prakties-teologiese en wetenskaplike bydrae. Die navorsing het deeglik van tersaaklike en toepaslike wetenskaplike kennis vanuit die aanverwante wetenskappe kennis geneem; sodanige kennis is in teorie geïntegreer en in praktyk binne 'n bruikbare praktiese model aangewend wat Skriftuurlik en wetenskaplik begrond word. Op hierdie wyse kan gekonstateer word dat die praktiese teologie wetenskaplik 'n bydra tot die wetenskap in die breë, asook op die gebied van praktiese teologie en pastorale intervensie gemaak het.

6.7. VOORGESTELDE AREAS VIR VERDERE NAVORSING

- Neuroteologie as multidissiplinêre gespreksgenoot ten einde dialoog ten opsigte van kontemplatiewe bepeinsing as terapeutiese model te stimuleer.
- Die invloed van speelterapie as funksionele en kreatiewe laterale beradingsmodel gefokus op volwasse slagoffers na afloop van trauma.
- Neurologie, neuroplastisiteit en gedragasimmetrie as waardevolle kennisinsette in terme van posttraumatiese stresversteuring en geestelike gesondheid vanuit 'n pastorale perspektief.
- Kreatiewe dissosiasie, fragmentasie en traumagevolge as kennisinsette in terme van die getraumatiseerde brein.

BYLAE

BYLAAG A

POST-TRAUMATIESE STRESVERSTEURING VOLGENS DSM-V

(APA, 2013)

KRITERIUM A

Stressor – slegs een vereiste is nodig om diagnose te maak.

- Die persoon is blootgestel aan dood, doodsdreigemente, werklike of bedreigde ernstige besering of werklike of bedreigde seksuele geweld op die volgende wyses:
 - Direkte blootstelling.
 - Getuienis en bespreking van traumaverwante inligting deur slagoffer of iemand blootgestel aan 'n trauma.
 - Verneem dat 'n familielid of goeie vriend/in aan 'n trauma blootgestel is.
 - Indirekte blootstelling soos byvoorbeeld deur uitvoering van professionele pligte (*first responders*, medici, nooddienste, en so meer).

KRITERIUM B

Simptome wat 'n inbraak maak (*intrusion symptoms*) – slegs een vereiste is nodig om diagnose te maak.

Die traumatiese gebeurtenis word op die volgende manier herhaal:

- Ongewenste en ontstellende herinneringe.
- Nagmerries.
- Terugflitse.
- Emosionele ontsteltenis na blootstelling aan traumatiese herinneringe.
- Fisiese oorreaksies na blootstelling aan traumatiese snellers.

Kriterium C

Vermyding – slegs een vereiste is nodig om 'n diagnose te maak

Vermyding van traumaverwante stimuli na die trauma, op die volgende manier:

- Gedagtes of gevoelens wat verband hou met trauma.
- Traumaverwante eksterne snellers

KRITERIUM D

Negatiewe veranderinge in kognisie en gemoedstoestand – twee vereistes word benodig om diagnose te maak.

Negatiewe gedagtes of gevoelens wat op die volgende maniere na die trauma 'n aanvang geneem het of vererger het:

- Onvermoë om die belangrikste kenmerke van die trauma te herroep.
- Negatiewe gedagtes en aannames oor jouself of die wêreld.
- Oordrewe skuldgevoelens van slagoffer(s)
- Negatiewe gevolge in terme van byvoorbeeld gedrag, mediese of psigiese toestand.
- Verminderde belangstelling in aktiwiteite.
- Voel geïsoleer.
- Slagoffers is uiters negatief en sien nie positiewe aspekte raak nie

KRITERIUM E

Veranderinge in emosionele stimulasie (*arousal*) en reaktiwiteit

Trauma-verwante emosionele stimulasie (*arousal*) en reaktiwiteit wat na die trauma begin of vererger het, op die volgende maniere:

- Prikkelbaarheid of aggressie.
- Gevaarlike of vernietigende gedrag.

- Oorsensitief.
- Verhoogde sneller reaksie (*heightened startle reaction*).
- Probleme om te konsentreer.
- Probleme om te slaap.

KRITERIUM F

Tydsduur vir diagnose

Simptome duur langer as 1 maand.

KRITERIUM G

Funksionele betekenis

Onttrekkingsimptome – persoon was altyd sosiaal betrokke maar is nie meer aktief nie (bv. sosiaal of beroepsgerig).

KRITERIUM H

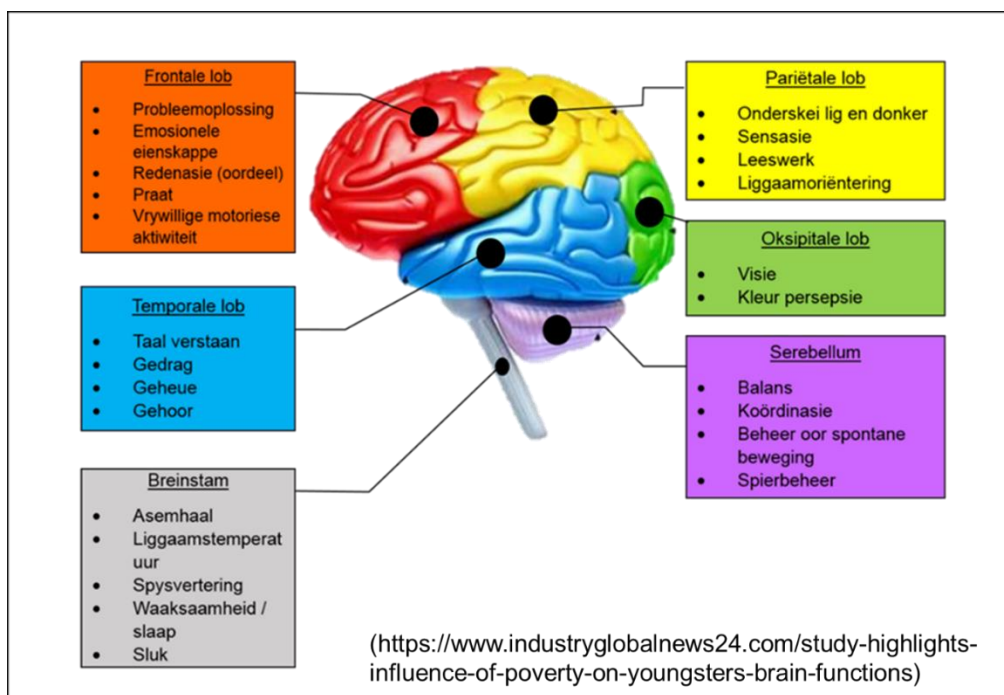
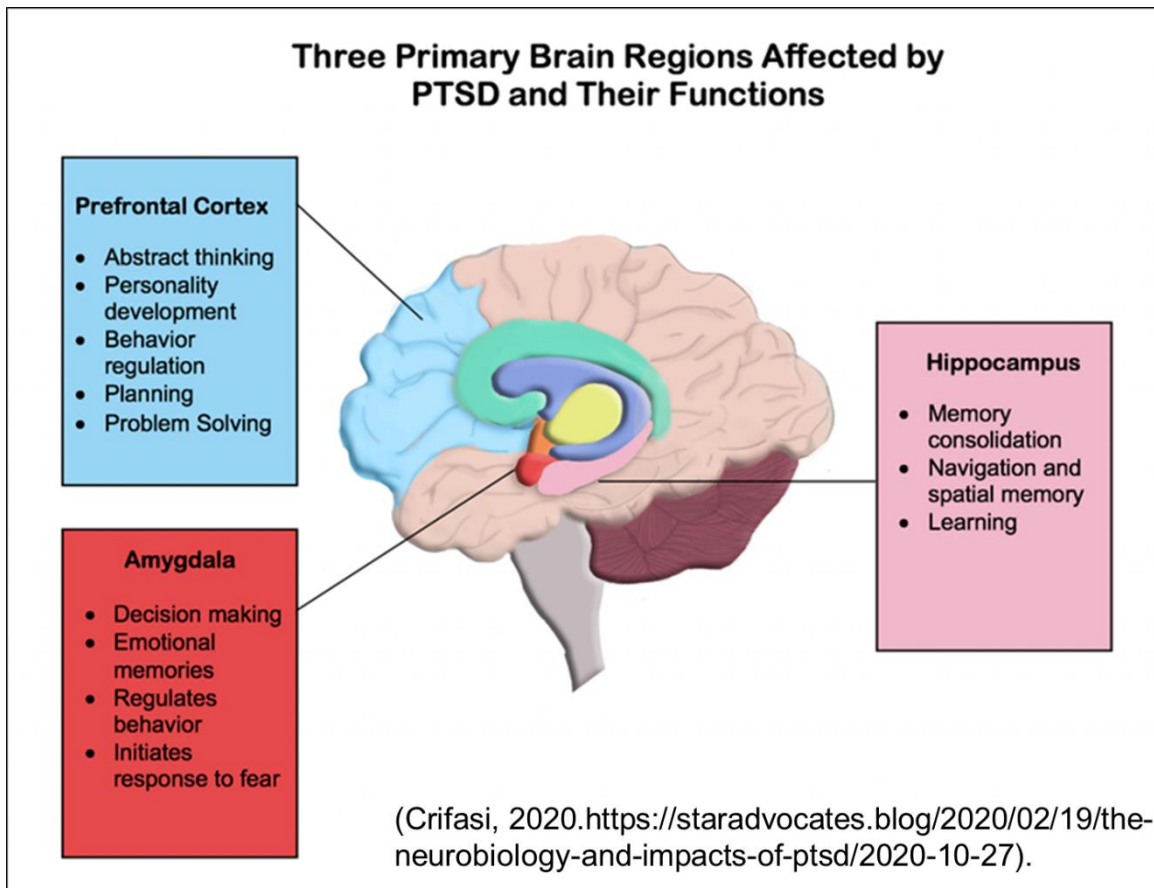
Uitsluitingsvereistes

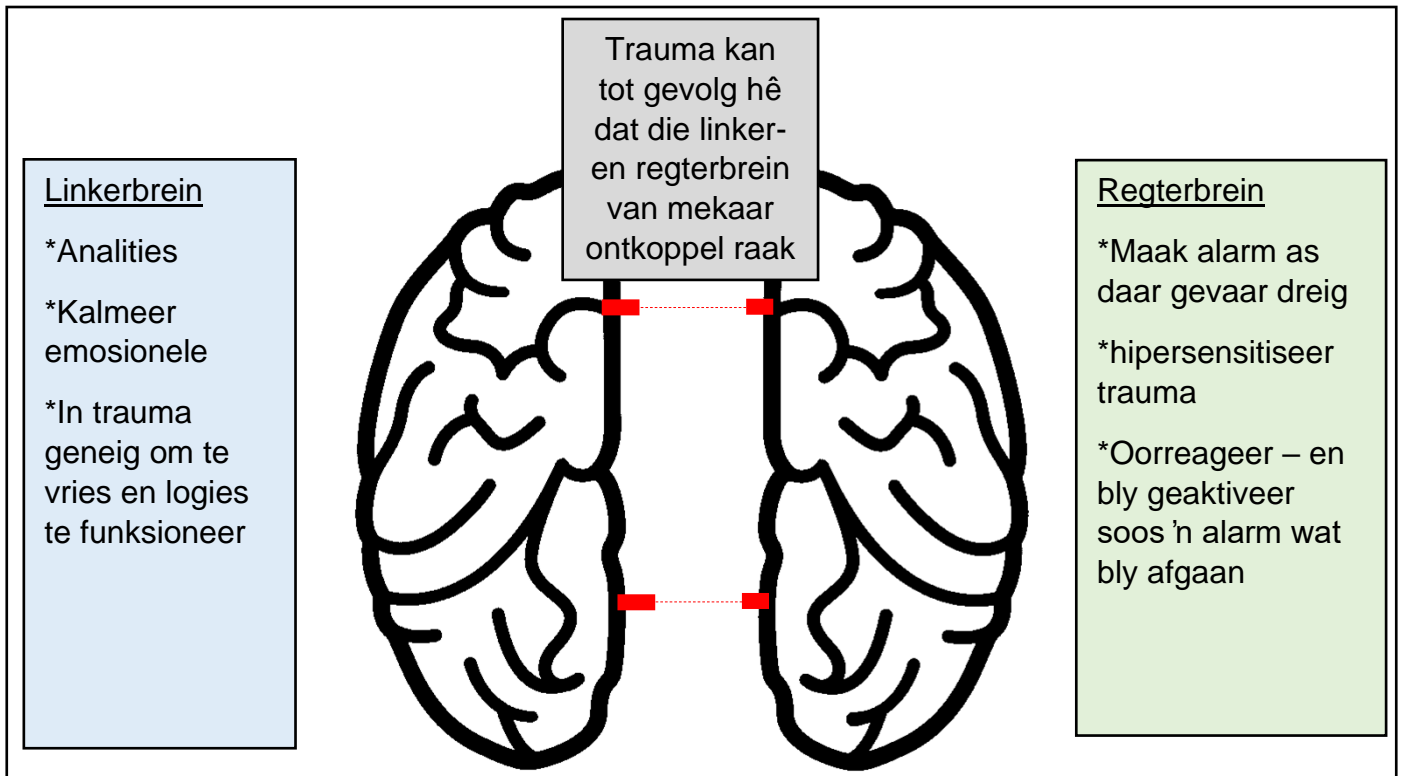
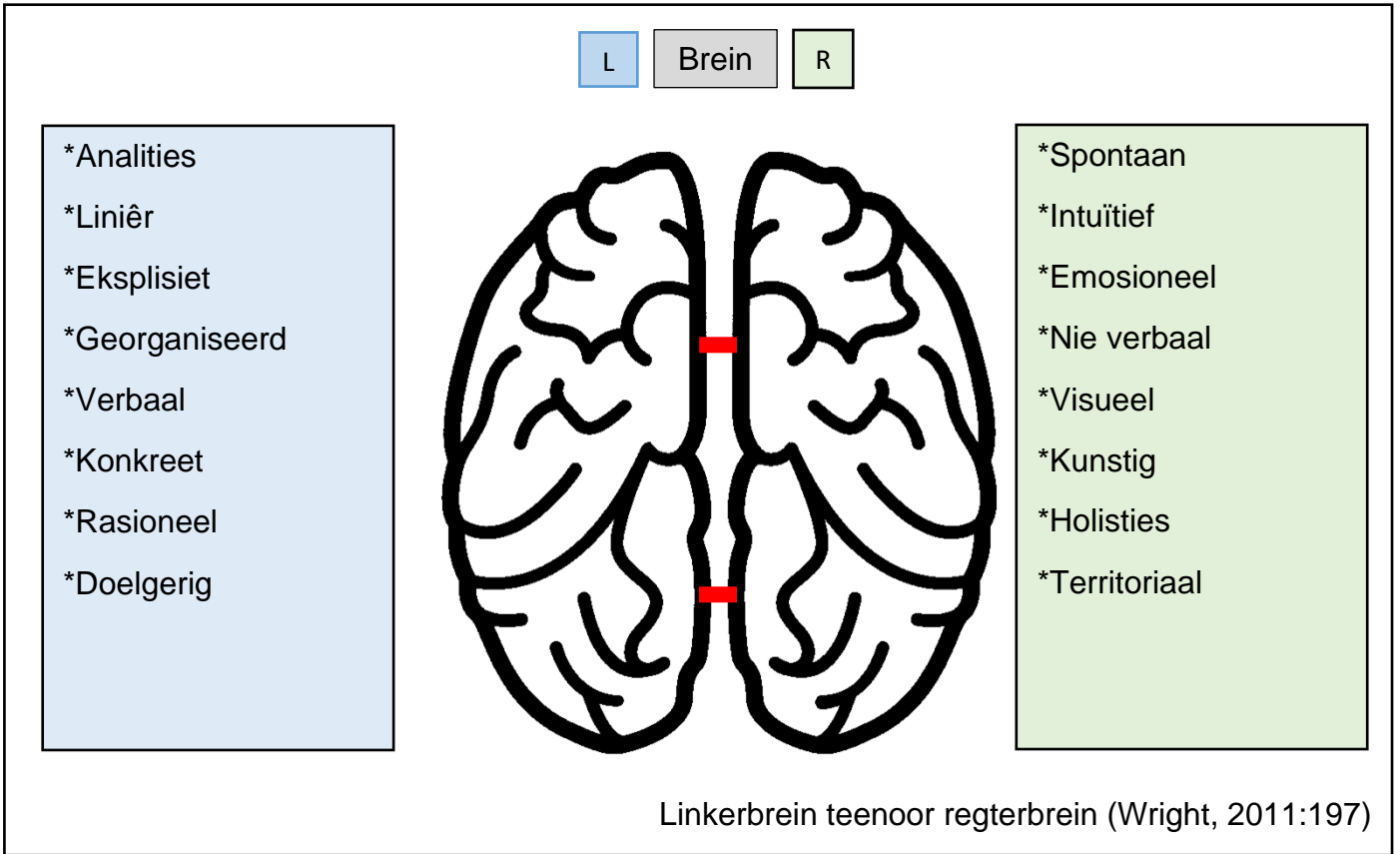
Met dissociatiewe simptome moet die individu se simptome voldoen aan die kriteria vir posttraumatiese stresversteuring, en as reaksie op die stressor ervaar die individu ook aanhoudende of herhalende simptome van een van die volgende:

- *Depersonalising*: herhalende ervarings van afgetrokkenheid en asof individu 'n toeskouer is van wat emosioneel en liggaamlik aan die gebeur is (bv. dit voel asof die persoon in 'n droom is; 'n gevoel van onwerklikheid ten opsigte van die self, die liggaam of van tyd – alles beweeg stadig, '*in slow-motion*').
- *Derealising*: herhalende ervarings dat die individu nie assosieer met die onmiddellike omgewing nie (bv. die wêreld rondom die individu word as onwerklik, droomagtig, ver of verdraaid ervaar).

BYLAAG B

SKEMATIESE VOORSTELLING VAN DIE BREIN MET BETREKKING TOT TRAUMA, PTSD EN KREATIEWE DENKE





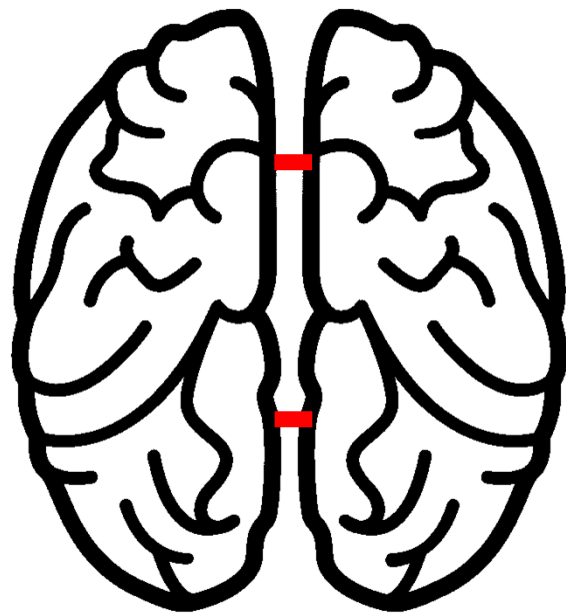
Kreatiewe denke en kreatiwiteit as genesing

Linker brein

- Die skryf van 'n storie
- Skryf van poësie
- Verbale vertelling

Regter brein

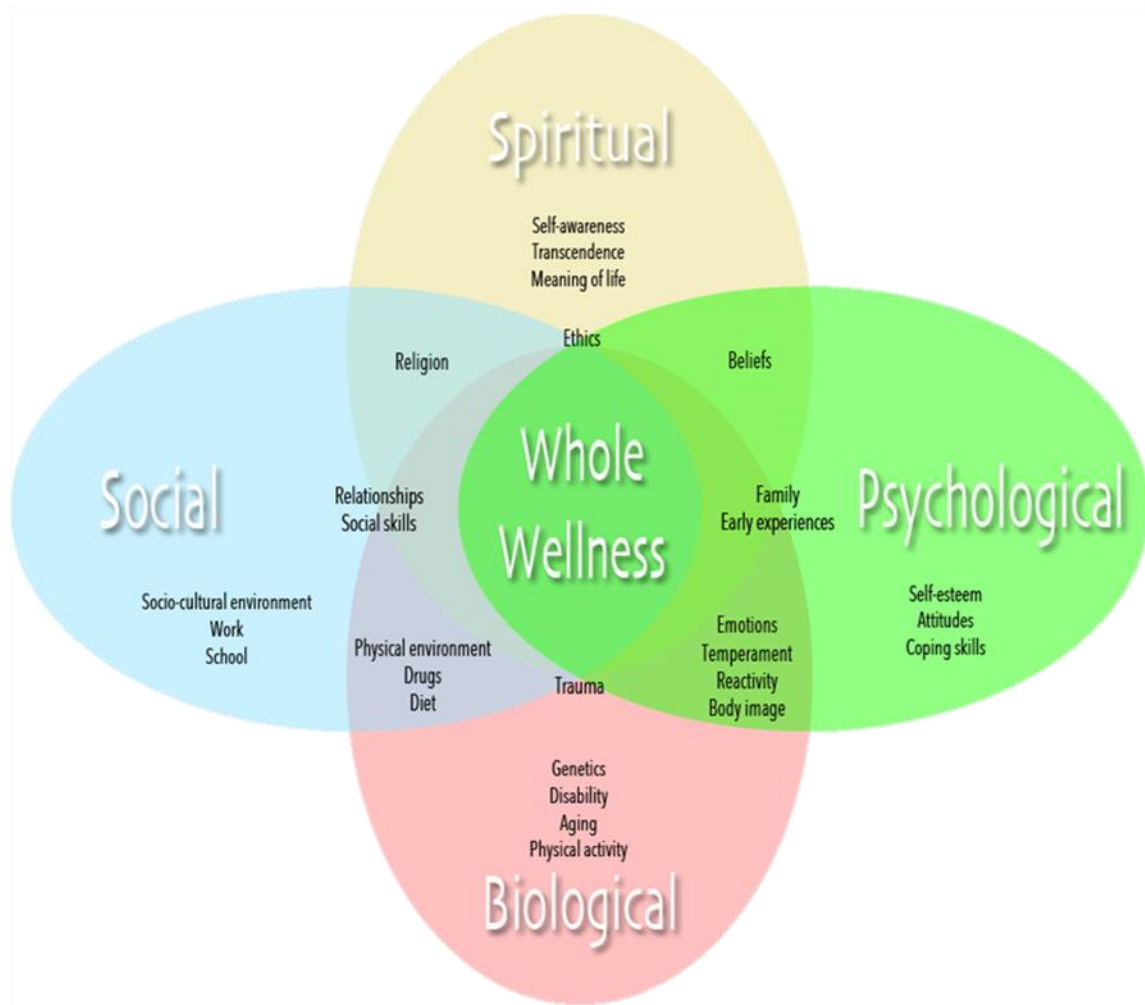
- Teken / skilder
- Klei
- Dans
- Sandbak
- Musiek



Voorgestelde aktiwiteite vir werk met linker- en regterhemisfere van die brein (Perryman *et al.*, 2019:87).

BYLAAG C

DIE BIOPSIKO-SOSIAAL-SPIRITUELE MODEL



(<https://www.francisspctr.com/post/2018/04/11/presence>)

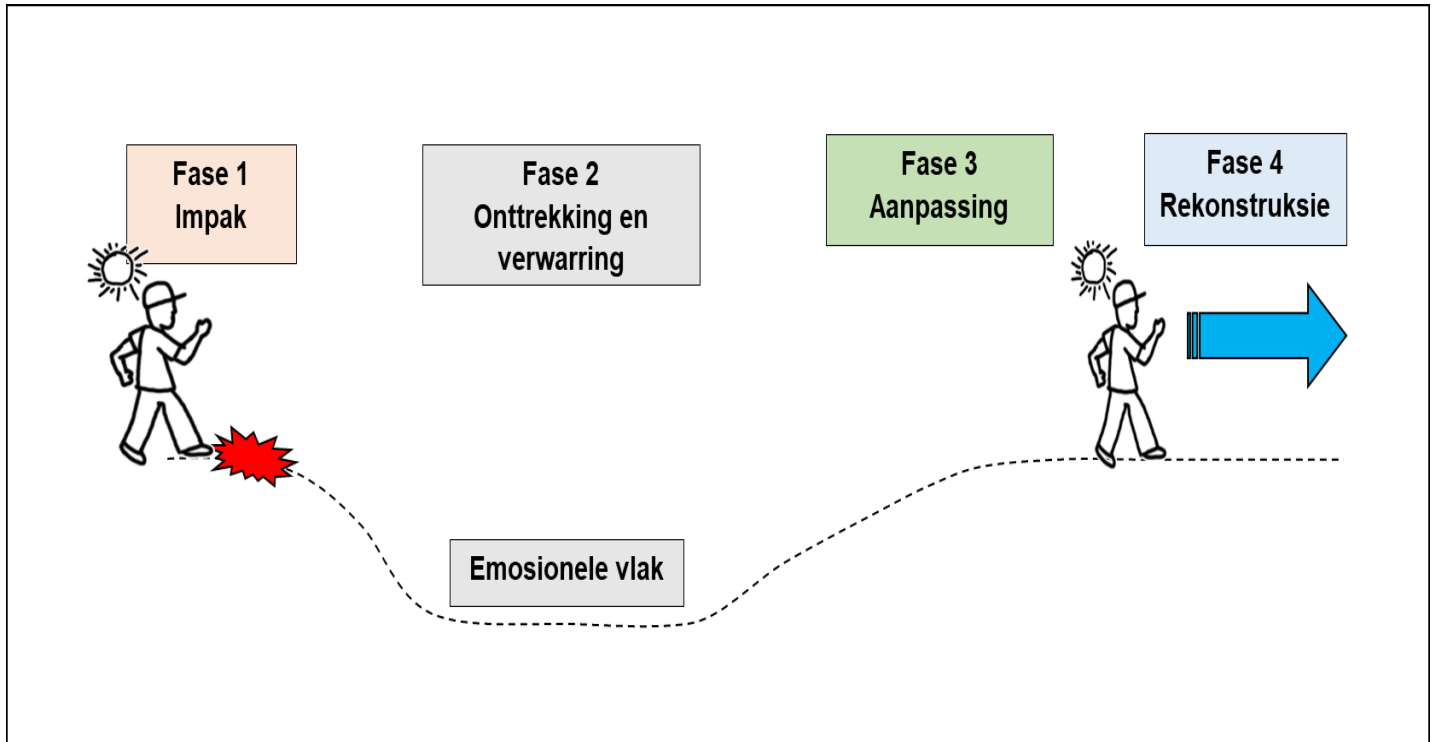
BYLAAG D

‘N TYD SIKLUS VAN NORMAN WRIGHT SE VERSTAAN AANGAANDE FASES WAT ERVAAR WORD NA KRISISSE EN TRAUMA

(Wright, 2011:145)

	Ure na dae	Dae na weke	Weke na maande	Maande
Reaksie	Moet die persoon bly of onttrek?	Voel intense emosies en moeg. Kwaad, hartseer, bang, angstig, depressief, en so meer.	Positiewe denke kan begin realiseer tesame met intense emosies.	Daar is weer hoop. Meer positief en meer selfvertroue.
Denke	Lam en gedis-oriënteerd. Visie en vaardighede word beperk. Voel oorweldig.	Denke voel beperk of geblok. Voel of individu nie kan dink nie. Is onseker en is dubbelsinnig.	Individu kan moontlik begin om weer reguit te dink en met 'n wil om te funksioneer.	Kan meer helderdenkend begin funksioneer.
Rigting neem om weer beheer te kry	Soeke na iets wat verlore is – dui op trauma of krisis wat ervaar is.	Onderhandel, wensdenkery, onttrekking en inkeer in sigself.	Begin soek na moontlikhede om weer te begin belê in die toekoms.	Progressie kan sigbaar raak en so ook sosiale betrokkenheid.
Gedrag	Geheue en herinneringe aan traumatiese episode.	Verbaas, oorbluf en wisselende emosies.	Kan meer gefokus wees en begin om ervarings te interpreteer en te hanteer.	In terme van die individu se lewe na 'n episode: Waar was die individu, waar is die individu nou en waarheen is die individu op pad?

**SKEMATIESE VOORSTELLING VAN NORMAN WRIGHT SE BESKRYWING VAN
FASES WAT ERVAAR WORD NA KRISISSE EN TRAUMA**

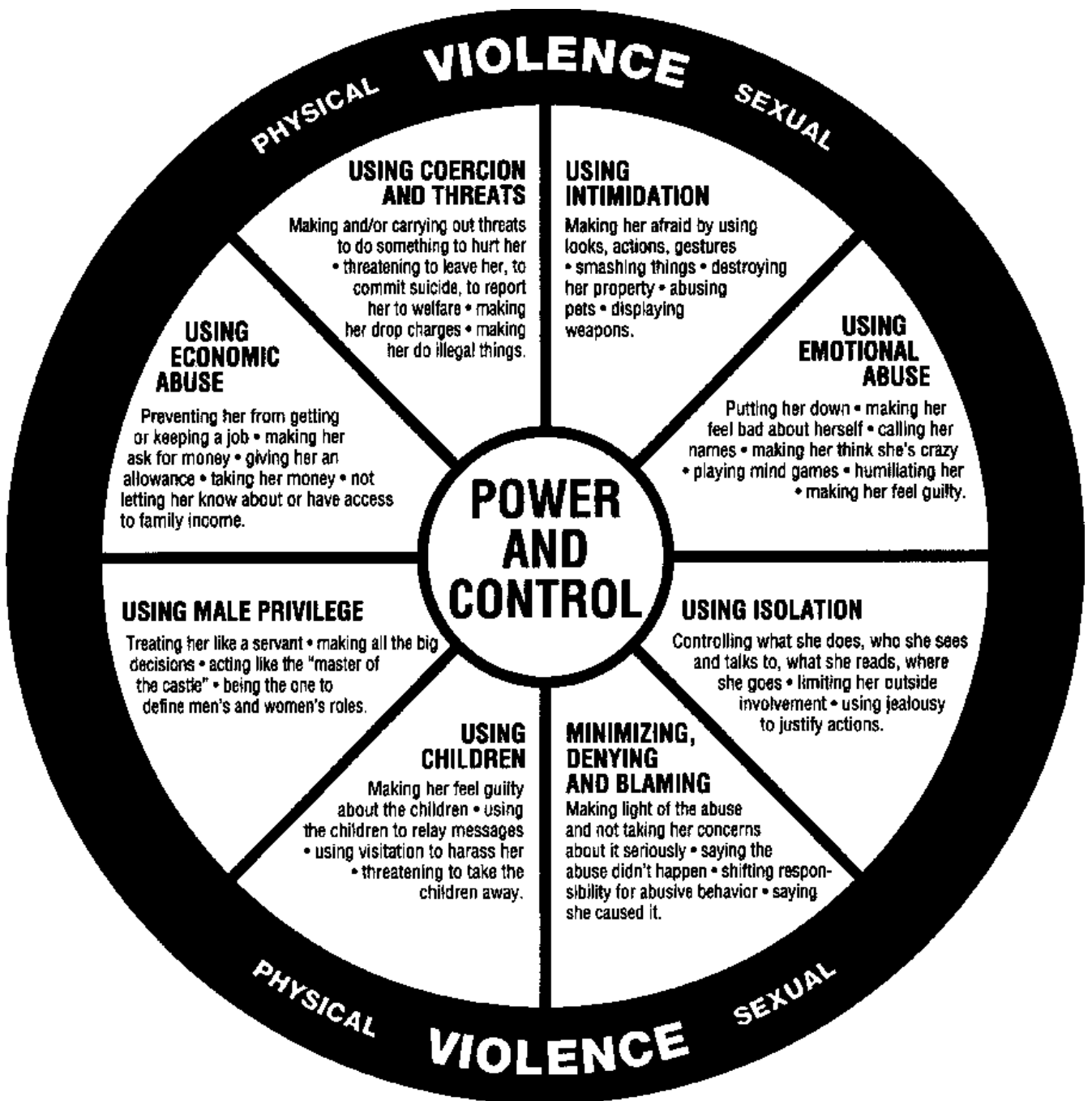


INGRYPINGSPROJEK VIR HUISHOUDELIKE MISHANDELING

(POWER AND CONTROL WHEEL – DOMESTIC ABUSE

INTERVENTION PROJECT)

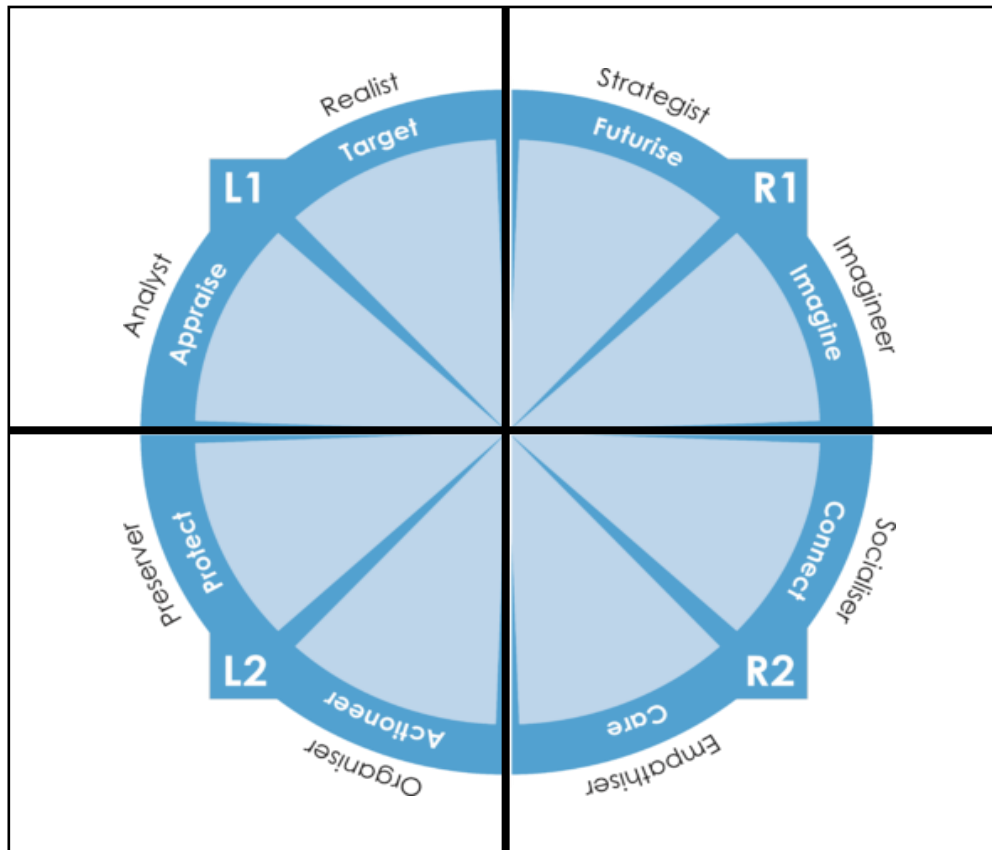
(Goelitz & Stewart-Kahn, 2013:146)



BYLAAG F

DIE AGT DEMENSIES VAN DIE BREIN (NBI)

(Neethling & Rutherford, 2014a:241; <https://kninstitute.com/>)



DIMENSIONELE VOORKEURE VIR DIE AGT DIMENSIE BREIN (NBI)

(Neethling & Rutherford, 2014a:241; <https://kninstitute.com/>)

L1	
Realis	Annalis
<ul style="list-style-type: none"> • Helderdenkend. • Konkreet rakende inligting. • Gefokus op spesifieke doel en uitkoms. 	<ul style="list-style-type: none"> • Wat is die essensie van dinge. • Analiseer diep. • Resultate belangrik. • Meet dinge. • Sekerheid.

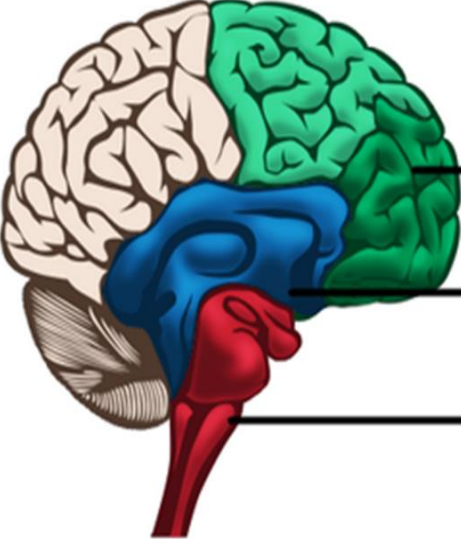
<ul style="list-style-type: none"> • Uitskakeling van oorbodige inligting en persepsies – gefokus op feite gebaseerde inligting. (Persoonlike voorkeur) • Bepaal verskillende doelwitte. • Geen verwarring nie. • Wil alle moontlike gevolge verstaan. 	<ul style="list-style-type: none"> • Berekend, ondersoek alles.
L2	
Reguleerder	Organiseerder
<ul style="list-style-type: none"> • Op soek na sekerhede. • Reëls en regulasies moet in plek wees. • Baie metodologies. • Uiters netjies, lojaal en betroubaar. • Gesteld op die omgewing en bewaring. • Baie bekwaam en gekwalifiseerd. 	<ul style="list-style-type: none"> • Goeie beplanningsvaardighede. • Goeie organiseerders. • Ordelyk en sistematies. • Gedetailleerde benadering. • Implementeer en neem aksie. • Hou van skedules en werk met lysies. • Administrateur en maak dubbeld seker. • Baie oplettend, effektief en vaardig.
R2	
Sosialiseer	Meelewend
<ul style="list-style-type: none"> • Hou van groepe of groepswerk. • Hou van sosialiseer. • Hou van gasvryheid en is rojaal. • Deel graag inligting. • Hou van gesamentlike deelname. • Ekstrovert en energiek. 	<ul style="list-style-type: none"> • Reik uit na ander. • Hulpvaardig. • Baie afhanklik van ander se intuïsie. • Wil graag ander bevorder. • Positief, hoopvol en gee vir ander om. • Hou van diere en omgewingsbewaring. • Sosialiseer graag met familie. • Ander se behoeftes belangriker as eie.

R1	
Strateeg	Fantaseerder
<ul style="list-style-type: none"> • Baie bewus van verlede en toekoms. • Visionêr en voorspel graag toekoms. • Vra graag die hoekom vraag. • Daag sisteme uit. • Hou van uitdagings. • Nie bang vir vreemde omgewings nie. • Hou van verskeidenheid van moontlikhede. • Nie bang vir risiko's nie. 	<ul style="list-style-type: none"> • Dink in prentjies. • Gebruik metafore. • Beskryf graag ervarings. • Onmoontlike dinge het 'n aantrekkingskrag. • Dagdrome en fantasieë. • Refleksie en meditasie. • Nie baie sistematies nie. • Bepeins graag vreemde idees.

Bylaag G

DIE FUNKSIONELE BREINSTAM, DIE LIMBIESE STELSEL EN DIE KORTEKS

Conscious Discipline and Whole Brain Teaching




Executive State
Prefrontal Lobes
What can I learn from this?

Emotional State
Limbic System
Am I loved?

Survival State
Brain Stem
Am I safe?

<http://huffsfishtales.weebly.com/conscious-discipline-and-whole-brain-teaching.html>: 2/3/2021: 14h54

Safety, Connection and Problem-Solving



Survival state
Brain stem

The survival state represents the primal brain and ask the question, "Am I safe?". The only way to sooth the survival state is through the creation of safety.

Emotional state
Limbic system

The brain state represents midlevel functionality and ask the question, "Am I loved?" The only way to sooth an upset emotional state is through connection.

Executive state
Prefrontal lobes

The executive state represents the optimal state for problem-solving. The brain state ask the question, "What can I learn from this?"

<http://consciousdiscipline.com/methohology/> brain-state-model: 2/3/2021: 15h10

BYLAAG H

PERSOONLIKE INLIGTINGSVORM

Beradene se persoonlike Inligting:		
Volle name:		Van:
Noemnaam:		Nooiensvan:
Geboorte datum:	Ouderdom:	Geboorteplek:
Geslag:		ID nommer:
Skool:		Universiteit/Tegnikon:
Hoogste kwalifikasie:		Huwelikstatus: Tydperk:
Beroep:		Naam van huweliksmaat:
Huweliksmaat se beroep:		Huistaal:
Afhanklikes:		Troeteldier:
Naam van vriend(in):		
Kerkverband:		Naam van leraar:
Sel no.		Eposadres:
Huisadres:		
Mediese/geestelike/sosiale geskiedenis:		
Huisdokter:		Psigiater:
Sielkundige:		Berader:
Mediese toestande:		Medikasie:
Sielkundige toestande:		Medikasie:
Mediese traumageskiedenis (Bv. hoofbeserings)		Traumageskiedenis: (Bv. dood van ouer/ boelie/ egskeiding)
Enige onlangse gedragsafwykings: (Bv. onlangse slaaploosheid/ eetversteuring/ aggressie/ onverklaarbare pyn)		Sosiale betrokkenheid: (Bv. vriende/ sport)

Persoonlike voorkeure:	
Gunsteling kleur:	Stokperdjie:
Gunsteling kossoort:	Wat laat jou lag?
Wat laat jou huil?	Gunsteling diersoort en hoekom?
Wat maak jou kwaad?	
Van watter een hou jy die meeste, see/laeveld/bosveld/ander?	
Gunsteling vakansieplek en hoekom?	Watter een van die volgende maak jou rustig: kuns/musiek/fotografie/natuur/lees/ander:
Wat doen jy vir ontspanning?	Gunsteling TV-program en hoekom?
Gunsteling film?	
Afspraaknligting:	
Waarom het jy die behoefte aan 'n afspraak?	Wat is jou verwagting?
Hoe laat die afspraak jou voel?	Het jy voorheen 'n NBI profielontleding gedoen en is jy met die model bekend?
Hoe sou jy jouself beskryf?	Hoe sou jy, jou huidige emosionele, geestelike en fisiese toestand beskryf?
Vrese?	Bekommernisse?
Waar het jy van my te hore gekom?	

Afspraakvoorkeure:	
Moontlike dae: Maandag Dinsdag Woensdag Donderdag Vrydag	Voorkeurtye: Tussen 9h00-18h00

BIBLIOGRAFIE

- Abbott T.K. 1991. *A critical and exegetical commentary on the epistle to the Ephesians and to the Colossians*. Edinburgh, SCT: T & T. Clark Limited.
- Agorastos Agorastos., Marmar, C.R. & Otte, C. 2011. Immediate and early behavioral interventions for the prevention of acute and posttraumatic stress disorder. *Curr Opin Psychiatr* 24 (6):526-532.
- Alexander, R. 1958. *The mind in healing: A practical guide to full mental and physical health*. Long Agre, LDN: Odhams Press Limited.
- Amen, D.G. 2020. *The end of mental illness: How neuroscience is transforming psychiatry and helping prevent or reverse mood and anxiety disorders, ADHD, addictions, PTSD, psychosis, personality disorders, and more*. Carol Stream, IL: Tyndale House Publishers.
- Amen, D.G. 2018. *Feel better Fast and make it last: Unlock your brain's healing potential to overcome negativity, anxiety, anger, stress and trauma*. Carol Stream, IL: Tyndale House Publishers.
- Amen, D.G. 2017. *Memory rescue: Supercharge your brain, reverse memory loss, and remember what matters most*. Carol Stream, IL: Tyndale House Publishers.
- Annandale, J.C.A. 2013. *Die korttermyn invloed van sensoriese integrasie intervensie op die geestesgesondheidsorg verbruiker met versteurings gekenmerk deur simptome van psigose – Departement Arbeidsterapie Gesondheidswetenskappe*. Universiteit van die Vrystaat. (MA Theses).
- APA. 1987. DSM-III-R. *Diagnostic and statistical manual of mental disorders*. 3rd ed. Washington: American Psychiatric Association.
- APA. 2013. DSM-V-R. *Diagnostic and statistical manual of mental disorders*. 5th. ed. Washington: American Psychiatric Association.
- Averill J.R. 2009. *Emotional creativity: toward spiritualizing the passions*. In López, S.J. & Snyder, C.R (Eds.), *Oxford Handbook of Positive Psychology*. New York, NY: Oxford University press.

- Averill, J.R. 2005. *Emotions as mediators and as products of creative activity*. In J. C. Kaufman & J. Baer (Eds.), *Creativity across domains: Faces of the muse*. New York, NY: Lawrence Erlbaum Associates Publishers.
- Averill, R.J. 1999a. *Creativity in the domain of emotions*: In Dalglish, T. & Power, M.J. 1999. *Handbook of cognition and emotions*. New York, NY: John Wiley & Sons Ltd.
- Averill, R.J. 1999b. Individual differences in emotional creativity: Structure and correlates. *Journal of Personality*, 67:342-371.
- Ayres, A.J. 2004. *Sensory Integration Praxis Test Manual, updated edition*. Los Angeles, LA: Western Psychological Services.
- Badenoch, B. 2017. *The heart of trauma: Healing the embodied brain in the context of relationships (Norton Series on Interpersonal Neurobiology) 1st Edition*. New York, NY: Norton and Company.
- Bratcher, R.G. & Nida, E.A. 1952. *A Translator's handbook on the gospel Mark*. New York, NY: United Bible Societies.
- Ballester, M. 2019. *Conquering creative thinking: Your blueprint for original ideas*. Kindle Edition.
- Barker, R.L. 1999. *Social work dictionary*. Washington, DC: NASW Press.
- Barth, M. 1974. *Ephesians*. New York, NY: Doubleday Publishing Company.
- Bathla, S. 2019. *Think with full brain: Strengthen logical analysis, invite breakthrough ideas, level-up interpersonal intelligence, and unleash your brain's full potential*. Independent Publishers.
- Bellet, B.W., Jones, P.J., Meyersburg, C.A., Brenneman, M.M., Morehead, K.E. & McNally, R.J. 2020. Trigger warnings and resilience in college students: A preregistered replication and extension. *Journal of Experimental Psychology: Applied*. Advance online publication:1-7. <http://dx.doi.org/10.1037/xap0000270>. pdf. Date of access: 20 Sep. 2020.
- Benner, D.G. 2010. *Opening to God: Lectio divina and life as prayer*. Downers Grove, CHI: Intervarsity Press.

- Biblia Hebraica Stuttgartensia. 2006. *Werkgroep Informatica, Vrije Universiteit Morphology; Bible. O.T. Hebrew*. Werkgroep Informatica, Vrije Universiteit. (Zec 2:17). Logos Bible Software.
- Bingaman, K.A. 2014. *The power of neuroplasticity for pastoral and spiritual care*. New York, NY. Lexington Books.
- Briere, N.J. & Scotte, C. 2015. *Principles of trauma therapy: A guide to symptoms, evaluation, and treatment. Second edition*. Thousand Oaks, CA: SAGE Publications.
- Brooks, N. 2019. *Neuroplasticit: The power of positive thinking and the fascinating ability of the brain to change itself*. London, UK: Aculeatus Limited
- Brooks, J. 2017. *Crisis intervention. The neurobiology of crisis*. Elani Publishing. www. ElaniPublishing.com. (Kindle Edition)
- Brooks, J.A. 1991. *Mark: Vol. 23*. Nashville, TN: Broadman & Holman Publishers.
- Brown, F., Driver, S.R., & Briggs, C.A. 1977. *Enhanced Brown-Driver-Briggs Hebrew and English*. Lexicon Oxford: Clarendon Press.
- Browning D.S. 1996. *A Fundamental practical theology: Descriptive and strategic proposals*. Minneapolis, MPLS: Fortress Press.
- Bruce, F.F. 1984. *The Epistles to the Colossians, to Philemon and to the Ephesians*. Grand Rapids, MC. William B. Eerdmans Publishing Company.
- Bullinger, E.W. 1898. *Figures of speech used in the Bible*. New York, NY: Eyre & Spottiswoode.
- Bundy, A.C. & Murray, E.A. 2002. *Sensory Integration: A Jean Ayres' theory revisited*: In Bundy, A.C., Lane, S.J. & Murray, E.A. 2002. *Sensory integration: theory and practice, second edition*. Philadelphia, PA: F.A. Davis Company.
- Čábelková, I., Strielkowski, W., Rybakova, A., & Molchanova, A. 2020. Does playing video games increase emotional creativity? *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17 (2177):1-12.
- Calvyn, J. & Simpson, H. W. 1984. *Institusie van die Christelike godsdiens*. Potchefstroom, NW: Calvyn-Jubileum boekfonds.

- Calhoun, A.A. 2015. *Spiritual disciplines handbook: Practices that transform*. Downers Grove, IL: IVP Books.
- Carr, D. 2014. *Holy Resilience: The Bible's Traumatic Origins*. New Haven, CT: Yale University Press.
- Center, E. & Ozlem, Y. 2009. Traumatic asphyxia: a rare syndrome in trauma patients. *International Journal of Emergency Medicine*, 2 (4):255-256.
- Charney, D.S. 2004. Psychobiological mechanisms of resilience and vulnerability: implications for successful adaptation to extreme stress. *American Journal of Psychiatry*, 161 (2):195-216.
- Cisney, J.S. & Eilers, K.L. 2009. *The first 48 hours. Spiritual caregivers as first responders*. Nashville, TN: Abingdon Press.
- Clinton, T. & Hawkins R. 2011. *The popular encyclopaedia of Christian counselling: An indispensable tool for helping people with their problems*. Oregon, PDX: Harvest House Publishers.
- Clinton, T. & Ohlschlager, G. 2015. *Competent Christian counselling: Volume 1*. Colorado Springs, CO: Waterbook Press.
- 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 pp.15-30).
- Coetzer, W.C. 2015. Pastorale begeleiding van kinders wat rou. *In die Skriflig*, 49 (3):1-9.
- Coetzer, W.C. 2014. *Generasie bagasie: Die onverwerkte pyn wat van geslag na geslag oorgedra word*. Pretoria, GP: V&R Drukkerye.
- Coetzer, W.C. 2013. *Trauma – Die meedoënlose vyand. Praktiese riglyne vir pastorale begeleiding*. Pretoria, GP: V&R Drukkerye.
- Coetzer, W.C. 2007. Die Impak van Intergeneratiewe Trauma. Verkennende Perspektiewe tesame met enkele pastorale kantaantekeninge. *Acta Theologica*, 27 (2):1-22.

- Combrink, H.J.B., De Villiers, J.L., Du Plessis, I.J., Du Toit, A.B. & Vorster, W.S. 1980. *Handleiding by die Nuwe Testament: Band IV: Die Sinoptiese Evangelies en Handeling: Inleiding en teologie*. Pretoria, GP: N.G. Kerkboekhandel.
- Cotter, J. 2013. *Etched by silence: A pilgrimage through the poetry of RS Thomas*. Norwich, FC: Canterbury Press.
- Cox, J. 1992. *Expressing the sacred. An introduction to the Phenomenology of Religion*. Harare, Zimbabwe. University of Zimbabwe Publications.
- Craig-Snell, S. 2008. *Silence, love & death: Saying yes to God in the theology of Karl Rahner*. Milwaukee, WI: Marquette University Press.
- Crane, J. 2017. *The trauma heart: We are not bad people trying to be good, we are wounded people trying to heal--stories of survival, hope, and healing*. Deerfield Beach, MIA: Health Communications INC.
- Davidson, R.J. 2012. *The emotional life of your brain: How its unique patterns affect the way you think, feel, and live – and how you can change them*. New York, NY: Plume - Penguin Books.
- Davidson, R.J. & Hugdahl, K. 2002. *The asymmetrical brain*. Cambridge, MA: The MIT Press.
- De Bono, E. 2015a. *Serious creativity: How to be creative under pressure and turn ideas into action*. London, UK: Vermilion
- De Bono, E. 2015b. *Lateral thinking: A Textbook of creativity*. New York, NY: Harper Perennial.
- De Bono, E. 2014. *Lateral thinking: An introduction*. London, UK: Vermilion.
- De Bono, E. 2004. *How to have a beautiful mind*. London, UK: Vermilion
- De Bono, E. 1996. *Serious creativity*. London, UK: Harper Collins Business.
- De Bruyn, P.J. 1993. *Die Tien Gebooie*. Midrand, GP: Varia Uitgewers.
- De Klerk, B.J. & De Wet, F.W. (eds). 2013. *Met die oog op God. Voorveronderstellings van die reformatoriese invalshoek op Praktiese Teologie*. Potchefstroom, NW: PTP.

De Klerk, B. & Jansen Van Rensburg, F. 2005. Making a sermon. A guide for Reformed exegesis and preaching applied to 1 Peter 2:11-12, 18-25. *Potchefstroom: Potchefstroom Teologiese Publikasies*.

De Klerk, B.J. & Van Rensburg, F.J. 2005. *Preek geboorte*. Potchefstroom, NW: PTP.

DeSilva, D.A. 2004. *New Testament context, methods & ministry formation*. Nottingham, UK: Intervarsity Press.

Desmond, K.J., Kindsvatter, A.S. & Smith, S. 2015. Using creative techniques with children who have experienced trauma. *Journal of creativity in Mental Health*, 10 (4):439-455.

DiYanni, R. 2015. *Critical and creative thinking: A brief guide for teachers*. West Sussex, UK: John Wiley & Sons, Incorporated.

Dreifuss-Kattan, E. 2013. *Art and mourning: The role of creativity in healing trauma and loss*. New York, NY: Routledge.

Dreyer, T.F.J. 1991. Eerste tree in die praktiese teologie - waarheen? *HTS Teologiese Studies*, 47 (3): 597-608.

Dreyer, W.A. 2017. Kerkwees in die voetspore van Christus volgens Efesiërs 4 en 5. *HTS Teologiese Studies*, 73 (1), Art. #4681:1-5.

Du Plessis, A.L. 2005. *Die begeleiding van die gedissosieerde persoon tot geestelike en emosionele groei – 'n Pastorale studie*. Ongepubliseerde verhandeling – MA: Pastoraal Potchestroom: Noordwes Universiteit.

Du Plessis, A.L. 2012. Pastorale begeleiding aan die persoon met dissosiatiewe identiteitsversteuring. *Acta Theologica*, 32 (1):1-25.

Du Preez, M. 2013. *Kreatiwiteit en emosionele intelligensie as aspekte van psigologiese weerbaarheid by kinders*. North-West University, Potchefstroom Campus. (Thesis - PHD).

Du Toit, A. 2002. *Hebreërs vir vandag: 'n Bybelstudie vir dieper delwers*. Vereeniging, GP: Christelike Uitgewersmaatskappy.

- Du Toit, A.B. (ed). 1998. *Die Pauliniese briewe: Inleiding en teologie: Handeling by die Nuwe Testament V*. Halfway House, GP: Orion Uitgewers.
- Duling, D.C. 2003. *The New Testament: History, literature, and social context: Fourth Edition*. Belmont, CA: Wadsworth/Thomson Learning, Inc.
- Dunn, J.D.G. 2006. *The theology of Paul the apostle*. Grand Rapids, MC: WM. B Eerdmans Publishing Company.
- Dunn, W. 2007. *Living Sensationally: Understanding Your Senses*. London, UK: Jessica Kingsley Publishers.
- Durayappah, A. 2010. *The 3p model: A general theory of subjective well-being*. Berlin, DE: Springer Science Business Media.
<https://cdn2.psychologytoday.com/assets/attachments/4859/the3pmodel.pdf>. Date of access: 10 Februarie 2021.
- Ehondor, B. 2017. *Intrapersonal communication as foundation for personal branding*. Lagos, NI: Pan Atlantic University.
- Engelbrecht, J.J. 1995. Opmerkings oor vroeë katolisisme in die Nuwe Testament, met besondere verwysing na die briewe aan die Kolossense en die Efesiërs, en die Pastorale Briewe. *HTS Teologiese Studies*, 51 (3), 677-701.
- Enns, E. 2019. Healing trauma, decolonizing memory. *Vision: A Journal for Church and Theology*, 20 (2):14-24.
- Epstein, S.P. 2019. *Creative interventions for challenging children and adolescents*. Eau Claire, WI: PESI Publishing & Media.
- Erickson, R.J. 1995. *Efesiërs*. In *Evangelical Commentary on the Bible: Vol. 3*. Grand Rapids, MI: Baker Book House.
- Evans, R.W. 2006. *Neurology and trauma: Second Edition*. Oxford, NY. Oxford University Press.
- Eyre, S.D. 1995. *Drawing close to God: the essentials of a dynamic quiet time: a lifeguide resource*. Downers Grove, IL: InterVarsity Press.
- Fisher, A.B. 1978. *Perspectives on human communications*. New York, NY: Macmillan Publishing Company.

- Follette, V.M. & Ruzek, J.I. 2006. *Cognitive behavioural therapies for trauma*. New York, NY: The Guilford Press.
- Forsyth, P.T. 2012. *The soul of prayer*. London, UK: Cross Reach Publications.
- Franciscan Spiritual Center. 2018, 4 April. <https://www.francisspctr.com/post-/2018/04/11/presence.pdf>. Date of access: 10 Oct. 2020.
- Friedman, M.J. 2015. *Posttraumatic and acute stress disorders: 6th ed.* Manhattan, NY: Springer International Publishing.
- Fuchs, G.L., Kumar, V.K., & Porter, J. 2007. Emotional creativity, alexithymia and styles of creativity. *Creativity Research Journal*, 19 (2-3):233-245.
- Gadamer, H.G. 1975. *Wahrheit und Methode. 4. Auflage*. Tübingen, DE: Mohr Siebeck GmbH & Co.
- Gadamer, H.G. 1979. *Truth and method. Glen-Doepel*. London, UK: Sheed & Ward.
- George, S. & Everly J.R. 2007. *Pastoral crisis intervention: 1st Edition*. San Francisco, CAL: Chevron Pub Corp.
- Gesenius, W. & Tregelles, S.P. 2003. *Gesenius Hebrew and Chaldee lexicon to the Old Testament Scriptures*. Bellingham, WA: Logos Bible Software.
- Giotakos, O. 2020. *Emotional trauma in emotional brain*. Thessaloniki, Athens: iWrite Publications.
- Goelitz, A. & Stewart-Kahn, A. 2013. *From trauma to healing: A social worker's guide to working with survivors*. New York, NY: Taylor & Francis Group
- Grassmick, J.D. 1985. In J.F. Walvoord & R.B. Zuck. *The Bible Knowledge Commentary: An Exposition of the Scriptures: Vol. 2*. Wheaton, IL: Victor Books.
- Gray, T.M. 2007. *Praying Scripture for a change: An introduction to lectio divina*. West Chester, PA: Ascension Press.
- Grimell, J. 2018. Contemporary insights from biblical combat veterans through the lenses of moral injury and Post-Traumatic Stress Disorder. *Journal of Pastoral Care & Counseling*, 72 (4):241-250.

- Grinnel, R.M. & Williams, M. 1990. *Research in social work. A Primer*. Itasca: F.E. Peacock Publishers.
- Groenewald, E.P. 1989. *Die Evangelie volgens Lukas*. Kaapstad, WK: N G Kerk-Uitgewers.
- Groenewald, E.P. 1989. *Die Evangelie volgens Markus*. Kaapstad, WK: N G Kerk-Uitgewers.
- Guelich, R.A. 1989. *Mark 1-8:26: Vol. 34A*. Dallas, TX: Word, Incorporated.
- Gundry, R.H. 1974. *Recent investigations into the literary gattung 'Gospel*. In Longenecker, R. & Tenney, M.C: *New Dimensions in New Testament Study*. Grand Rapids, MI: Zondervan.
- Haddock, D.B. 2001. *The dissociative identity disorder sourcebook*. New York, NY: McGraw-Hill Companies, Inc.
- Hagner, D.A. 1993. *Matthew 1-13: Vol. 33A*. Dallas, TX: Word, Incorporated.
- Hamman, J.J. 2010. Cura Vitae: The cure of life and the search to be real: *The e-Journal of the American Association for Pastoral Counsellors*, 2:3-26.
- Harris, R.L., Archer, G. L., Archer, Jr., & Waltke, B. K. 1999. *Theological wordbook of the Old Testament*. Chicago, CHI: Moody Press.
- Harrison D.W. 2015. *Brain asymmetry and neural systems: Foundations in clinical neuroscience and neuropsychology*. New York, NY: Springer International Publishing.
- Hawkins, J. 2019. *Conquering Creative Thinking: Be phenomenal at creative thinking. Learn creative thinking & creative techniques. Unlock your creativity*. Kindle Edition.
- Heilman, K.M. 2002. *Matter of mind: A neurologist's view of brain behaviour relationships: 1st Edition*. New York, NY: Oxford University Press.
- Heilman, K.M. 2005. *Creativity and the brain*. New York, NY: Psychology Press.
- Heitink, G. 1999. *Practical theology: History, theory, action domains*. (Studies in Practical Theology). Grand Rapids, MI: WM. B. Eerdmans.

Hendrickson, C. 2004. *The practice of the presence of God: The best rule of holy life*. Peabody, MA: Hendrickson Publishers.

Hendriksen, William. 1981. *The Gospel of Mark: New Testament Commentary*. Edinburg, EH: The Banner of Thrust.

Heymann, T. 2002. *Die pad na heelheid. Ontdek jou innerlike krag*. Kaapstad, WK: Paarl Print.

Heyns, L.M & Pieterse, H.J.C. 1998. *A primer in practical theology*. Pretoria, GP: Gnosis.

Heyns, L.M & Pieterse, H.J.C 1990. *Eerste tree in die Praktiese Teologie*. Pretoria, GP: Gnosis.

Heyns, J.A. 1982. *Teologiese etiek*. Pretoria, GP: NG Kerkboekhandel.

Heystek, P.H. 2000. *'n Prakties-teologiese ondersoek van die "mekaar"- opdragte in die Corpus Pualinum met die oog op die kerklike geloofs- gemeenskap*. Potchefstroom: NWU (Thesis-PHD).

Hoehner, H.W. 1985. *Ephesians*. In J. F. Walvoord & R. B. Zuck (Eds.), *The Bible Knowledge Commentary: An Exposition of the Scriptures: Vol. 2*. Wheaton, IL: Victor Books.

Hollins, P. 2020. *Neuro-Habits: Rewire your brain to stop self-defeating behaviors and make the right choice every time*. PKCS Media Publisher.

Horowitz, M.J. 2012. Self-identity theory and research methods. *Journal of Research Practice*, 8 (2):1-11.

Houlden, J.L. 1970. *Paul's Letters from Prison*. Harmondsworth, UK: Penguin Books.

Hughes, R.B. & Laney, J.C. 2001. *Tyndale concise Bible commentary*. Wheaton, IL: Tyndale House Publishers.

Hugo, E.A.K. 1984. *Die waarde en noodsaaklikheid van navorsing. Opknappingskursus in maatskaplike werk navorsing*. Departement Maatskaplike Werk. Universiteit van Pretoria.

Hunt, J. 2008. *Counselling through your Bible handbook: Providing biblical hope and practical help for 50 everyday problems*. Oregon, PDX: Harvest House Publishers.

Industryglobalnews24 .2019, 04 Apr. *Study highlights influence of poverty on youngsters brain functions*. <https://www.industryglobalnews24.com/study-highlights-influence-of-poverty-on-youngsters-brain-functions>. pdf. Date of access: 4 Nov. 2020.

Ivcevic, Z., Brackett, M.A., & Mayer, J.D. 2007. Emotional intelligence and emotional creativity. *Journal of Personality*, 75 (2): 199-235.

Jamieson, R., Fausset, A.R., & Brown, D. 1997. *Commentary Critical and Explanatory on the Whole Bible: Vol. 2*. Oak Harbor, WA: Logos Research Systems, Inc.

Jennings, T.R. 2017. *The God-shaped brain: How changing your view of God transforms your life*. Downers Grove, IL: Intervarsity Press.

Johansen, R.K. 2002. *Listening in the silence, seeing in the dark. Reconstructing life after brain injury*. London, England. University of California Press.

Johnson, J. 2016. *Meeting God in scripture: A hands-on guide to lectio divina*. Downers Grove, IL: IVP Books.

Johnson, L.T. 2005. *The writings of the New Testament: An interpretation*. New York, NY: SCM Press.

Kandel, E. 2013. *Principles of neural science*. New York, NY: McGraw-Hill.

Katirai, N. 2020. Retraumatized in court. *Arizona Law Review*, 62 (1):81-124.

Keifert, P. & Granberg-Michaelson, W. 2019. *How change comes to your church: A guidebook for church innovations*. Grand Rapids, MC: William B. Eerdmans Publishing Company.

Keller, T. 2014. *Prayer, experiencing awe and intimacy with God*. London, UK: Hodder & Stoughton.

Kepner, J.I. 1999. *Body process: A gestalt approach to working with the body in psychotherapy: 1st Edition*. New York, NY: Gestalt Institute of Cleveland (GIC) Press.

Kingsbury, J.D. 1983. *The Christology of Mark's gospel*. Philadelphia, PA: Fortress Press.

- Kittel, G. 1976. *Theological dictionary of the New Testament: Volume III*. Grand Rapids, MC: WM. B. Eerdmans Publishing Company.
- Kruger, S.F. & Venter, C.J.H. 2001. Die verhouding tussen psigologie en praktiese teologie – aspekte van die onderlinge waarde van die verhouding. *In die Skriflig*, 35 (4):557-573.
- Kurzton, D. 1998. *Discourse of silence*. Amsterdam, NL: John Benjamins Publishing Company.
- Laird, M. 2006. *Into the silent land: A guide to the practice of contemplation*. New York, NY: Oxford University Press.
- Lawrence, B. 2004. *The practice in the presence of God: The best rule of a holy life*. Peabody, MA: Hendrickson Publishers.
- Levers, L.L. 2012. *Trauma counselling: Theories and interventions*. New York, NY. Springer Publishing Company, LLC.
- Levine, P.A. 2015. *Trauma and memory: Brain and body in a search for the living past*. Berkeley, CA: North Atlantic Books.
- Lewis, C.S. 2018. *How to Pray. Reflections and essays*. London, UK: William Collins of Harper Collins Publishers.
- Liddell, H.G. 1996: *A lexicon: Abridged from Liddell and Scott's Greek-English lexicon*. Oak Harbor, WA: Logos Research Systems, Inc.
- Lincoln, A.T. 1990. *Ephesians Vol. 42*. Dallas, TX: Word, Incorporated. Logos Bible Software.
- Louw, D.J. 2014. Cura animarum as cura vitae: an existential hermeneutical approach to wholeness in pastoral caregiving within the theological framework of the compassion of God. Voordrag gelewer by die Teologiese fakulteit van die NWU op 17 Oktober 2014.
- Louw, D.J. 2014. Cura animarum as hope care: Towards a theology of the resurrection within the human quest for meaning and hope. *HTS Teologiese Studies*, 70 (1): #2027, 10.

- Louw, D.J. 2012. A theological model for pastoral anthropology within the dynamics of interculturality: Cura animarum and the quest for wholeness in a colo spirituality. *In die Skriflig/ In Luce Verbi*, 46 (2): #57, 9.
- Louw, D.J. 1997. *Pastoraat as vertolking en ontmoeting, teologiese ontwerp vir 'n basisteorie, antropologie, metode en terapie*. Kaapstad, WK: Lux Verbi.
- Louw, J.P. & Nida, E.A. 1996. *Greek-English lexicon of the New Testament: based on semantic domains: 2nd edition: Vol 1*. New York, NY: United Bible Societies.
- Ludden, T. 2019. Introduction: On creativity and not-knowing in trauma narratives and theories. *German life and letters*, 72 (4):399-569.
- MacIntosh, H.B. 2017. A bridge across silent trauma: Enactment, art, and emergence in the treatment of a traumatized adolescence. *Psychoanalytic dialogues*, 27:433-453.
- Malchiodi, C.A. & Echterling, L.G. 2015. *Creative interventions with traumatized children*. New York, NY: The Guildford Press.
- Maraldi, Everton de Oliveira & Krippner, Stanley. 2013. A biopsychosocial approach to creative dissociation: Remarks on a case of mediumistic painting. *Neuro Quantology*, 4:544-572.
- Mans, I.J.V. 1977. *Die Invloed van die denk ontwikkeling en ander kognitiewe faktore op die stelwerk van standerd ses leerlinge*. Potchefstroom: North- West University. (Thesis-PHD).
- Mattos, P.F., Pedrini, J.A., Fiks, J.P. & De Mello, M.F. 2016. The Concept of Peritraumatic Dissociation. *A Qualitative Approach Qualitative Health Research*, 26 (7):1005–1014.
- Maxfield, M. 2019. Harmed or harmful: The discourse of trigger warnings, trauma, and shelter frontiers. *A Journal of Women Studies*, 40 (3): 63-89.
- Mayer, J.D. & Hanson, E. (1995). Mood-congruent judgment over time. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 21:237-244.
- McBride, J.L. 1998. *Spiritual crisis: Surviving trauma to the soul: 1st Edition*. New York, NY: Routledge.

- McNally, R.J., Bryant, R.A & Ehlers, A. 2003. Does early psychological intervention promote recovery from post-traumatic stress? *Psychol Sci Public Interest*, 4 (2):45-79.
- McNeile, A.H. 1965. *An introduction to the study of the New Testament: 2nd Edition*. Oxford, UK: Clarendon Press.
- Meier, P. 2015. *Experiencing God outside the box. Growing more intimate with the real God*. New York, NY: Morgan James, LLC.
- Meier, P. & Henderson, D.L. 2009. *Finding purpose beyond our pain*. Nashville, TN: Thomas Nelson.
- Merriam, S.B. & Tisdell, E.J. 2016. *Qualitative research: A guide to design and implementation: Fourth Edition*. San Francisco, CAL: Jossey-Bass.
- Merriam-Webster, I. 2003. *Merriam-Webster's collegiate dictionary (Eleventh ed.)*. Springfield, MA: Merriam-Webster, Inc.
- Merriam-Webster, I. 1996. *Merriam-Webster's collegiate thesaurus*. Springfield, MA: Merriam-Webster.
- Merton, T. 2007. *New seeds of contemplation*. New York, NY: New Directions.
- Meyer, H.A.W. 1880. *Critical and exegetical handbook to the Epistle to the Ephesians and the Epistle to Philemon*. Edinburgh, SCT: T. & T. Clark,
- Michalko, M. 2001. *Cracking creativity: The secrets of creative genius*. New York, NY: Ten Speed Press, Crown Publishing House.
- Miles, M.B., Huberman, A. & Michael, S.J. 2020. *Qualitative data analysis: A methods sourcebook. Fourth Edition*. London, UK: SAGE Publication.
- Miles, M.B. & Huberman, A.M. 1994. *Qualitative Data Analysis: An expanded sourcebook (2nd Ed.)*. Thousand Oaks, CA: SAGE Publication.
- Mitton, C.L. 1976. *Ephesians*. London, UK: Oliphants Publishers.
- Moltmann, J. 1989. *The church in the power of the spirit: Second Edition*. Great Britain: Mackays of Chatham, Kent.
- Muck, T.C. 1985. *Liberating the leader's prayer life*. Carol Stream, IL: W Pub Group.

- Myers, J.D. 2017. *What is prayer? How to pray to God the way you talk to a friend*. Dallas, Texas: Redeeming Press.
- Neethling, K. & Rutherford, R. 2014a. *Creativity uncoverd: Creativity is the distinguishing characteristic of the truly eminent*. Pretoria, GP: Selutionsfindings.
- Neethling, K. & Rutherford, R. 2014b. *Van gewoon na uitsonderlik*. Vanderbijlpark, GP: Carpe Diem Media.
- Nestle, E., Nestle, E., Aland, B., Aland, K., Karavidopoulos, J., Martini, C. M., & Metzger, B. M. 1993. *The Greek New Testament (27th ed.)*. Stuttgart, DE: Deutsche Bibelgesellschaft.
- Newberg, A.B. 2010. *Principles of neurotheology* . Farnham, UK: Ashgate.
- Newberg, A.B. 2009. *How God changes your brain: Breakthrough findings from a leading neuroscientist*. New York, NY: Ballantine Books.
- Oades-Sese, G.V. & Esquivel, G.B. 2011. *Cultural diversity and creativity*. In: Runco, Mark, A. & Pritzker, Steven, R. 2011. *Encyclopedia of creativity: Volume 1: Second edition*. London, UK: Academic Press, Elsevier.
- Ogden, P., Minton, K. & Pain, C. 2006. *Trauma and the body A sensorimotor approach to psychotherapy*. New York, NY: W.W. Norton & Company
- Ogden, P. & Minton, K. 2000. Sensorimotor psychotherapy: One method for processing traumatic memory. *Traumatology*, 6 (3):149-173.
- Olsen, T. 2003. *Silences anniversary edition*. New York, NY: Feminist Press.
- Ortberg, J. 2005. *God is closer than you think*. Michigan, UK. Zondervan. Grand Rapids.
- Osmer, R.R. 2008. *Practical theology: An introduction*. Grand Rapids, MC: WM. B. Eerdmans Publishing Company.
- Painter, C. 2011. *Lectio divina – the sacret art: Transforming words and images into heart-centered prayer*. Woodstok, VT: Skylight Path Publishing.
- Panawala, L. 2017. Difference between neuropeptides and neurotransmitters. <http://pediaa.com/difference-between-neuropeptides-and-neurotransmitters/17>. pdf. Date of access: 17 Feb. 2021.

- Pawson, D. 2008. *Practising the principles of prayer*. Bloomington, MN: Bethany Press International.
- Perkins, D.N. 1981. *The mind's best work: A new psychology of creative thinking*. Cambridge, MA: Harvard University Press.
- Perryman, K., Blisard P. & Moss, R. 2019. Using creative arts in trauma therapy: The neuroscience of healing. *Journal of Mental Health Counselling*, 41 (1):80-94.
- Peshkin, A. 1993. The goodness of qualitative research. *Educational Researcher*, 22 (2):24-30.
- Pfeiffer, C.F., & Harrison, E.F. 1962. *The Wycliffe Bible Commentary: New Testament*. Chicago, IL: Moody Press. Logos Bible Software.
- Pieterse, H.J.C. 2017. 'Oorsigartikel – F. Gerrit Immink se prakties–teologiese studie van die geloofspraktyk: Liturgiese vernuwing in die Protestantse tradisie'. *HTS Teologiese Studies*, 73 (4):1-7.
- Pieterse, H.J.C. 2011. Die noodsaak van die verrekening van Metateoretiese aspekte rakende 'n hermeneutiese benadering tot die Praktiese Teologie. *In die Skriflig*, 45 (4): 719-737.
- Prager, J. 2003. Lost childhood, lost generations: the intergenerational transmission of trauma. *Journal of Human Rights*, 2 (2):173-181.
- Raskin, S.A. 2011. *Neuroplasticity and Rehabilitation*. New York, NY: Guilford Publications.
- Reda, M. 2009. *Between speaking and silence: A study of quiet students*. New York, NY: State Univ. City New York Press (eBook).
- Reyes, G., Elhai, J.D. & Ford, J.D. 2008. *The encyclopedia of psychological trauma*. Hoboken, NJ: John Wiley & Sons, Inc.
- Richards, C.E. & Wallis, D.N. 2005. Asphyxiation: a review. *Trauma*, 7:37-45.
- Richards, L.O. 1991. *The Bible reader's companion (electronic ed)*. Wheaton, IL: Victor Books.
- Richman, S. 2013. Out of darkness: Reverberations of trauma and its creative transformations. *Psychoanalytic Dialogues*, 23:362-376.

- Ringel, S. & Baltimore, J.R. 2012. *Trauma: Contemporary directions in theory, practice, and research*. Thousand Oaks, CL: SAGE Publications.
- Robbins, M. & Robbins, D. 2009. *Enjoy the silence: A 30 day experiment in listening to God*. Grand Rapids, MC: WM. B. Eerdmans Publishing Company.
- Roberts, A.R. & Dziegielewska, S.F. 1995. *Foundations skills and applications of crisis intervention and cognitive therapy*. In Roberts A.R. (ed.). 1995. *Crisis intervention and time-limited cognitive treatment*. Thousand Oaks, CA: SAGE Publications.
- Roberts, J.H. 1990. *Die brief aan die Efesiërs*. Kaapstad, WK: N G Kerk-Uitgewers
- Robertson, A.T. 1933a. *Word Pictures in the New Testament (Eph 4:23-24)*. Nashville, TN: Broadman Press.
- Robertson, A.T. 1933b. *Word Pictures in the New Testament (Mk 6:31)*. Nashville, TN: Broadman Press.
- Roemer, L. & Orsillo, S. 2009. *Mindfulness and acceptance-based behavioral therapies in practice*. New York, NY: Guilford.
- Roslyn, A. & Karaban, R.A. 2005. *Crisis caring: A guide for ministering to people in crisis*. Chicago, CHI: Liturgy Training Publications.
- Rossman, J. 1964. *The psychology of the inventor: A study of the patentee*. Washington, D.C: Inventors Publishing.
- Runco, M.A. & Pritzker, S.R. 2011. *Encyclopedia of creativity: Volume 1. Second edition*. London, UK: Academic Press, Elsevier.
- Runco, M.A. 2007. *Creativity: Theories and themes: Research, development, and practice*. Burlington, MA: Elsevier Academic Press.
- Saad, M., De Medeiros R. & Mosini A.C. 2017. Are we ready for a true Biopsychosocial–Spiritual Model? The many meanings of “Spiritual”, *Medicines (Basel)*, 4 (4):79. (doi:10.3390/medicines4040079)
- Saldaña, J. 2016. *The coding manual for qualitative researchers*. Singapore, AS: SAGE Publications.

- Schiraldi, G.R. 2016. *The post-traumatic stress disorder sourcebook. A guide to healing, recovery and growth*. New York, NY: McGraw-Hill Education.
- Schupp, L.J. 2015. *Assesing and treating trauma & PTSD: Second edition*. Eau Claire, WI: PESI Publishing & Media.
- Scott, M.J. & Stradling, S.G. 1992. *Counselling for post-traumatic stress disorder*. London, UK: SAGE Publications.
- Seamands, D.A. 2015. *Healings for damaged emotions*. Colorado Springs, Co: David C Cook.
- Seamands, D.A. 1986. *Healing of memories*. Wheaton, IL: Victor Books.
- Septuaginta with morphology. 1996. (*Zec.2:17*). Stuttgart, *Deutsche Bibel-gesellschaft*.
- Siegel, D.J. 2011. *Mindsight: The new science of personal transformation*. New York, NY: Bantam Books.
- Siegel, D.J. 2010. *The mindful therapist: A clinician's guide to mindsight and neural integration*. New York, NY: W.W. Norton.
- Siegel, D.J. 2007. *The mindful brain: Reflection and attunement in the cultivation of wellbeing*. New York, NY: W.W. Norton.
- Siegel, D. 2001. Toward an interpersonal neurobiology of the developing mind: Attachment relationships, mindsight, and neural integration. *Infant Mental Health Journal*, 22 (1-2), 67-94.
- Siegel, D.J. 1999. *The developing mind: toward a neurobiology of interpersonal experience*. New York, NY: Guilford Press.
- Siegel, D.J. and Bryson, T.P. 2012. *The whole-brain child: 12 Revolutionary strategies to nurture your child's developing Mind*. London, UK: Delacorte Press.
- Spearman, C. 2019. *Creative Mind*. New Delhi, IN: Prabhat Prakashan Pvt Ltd.
- Stacks, D.W., & Andersen, P.A. 1989. The modular mind: Implications for intrapersonal communication. *Southern Communication Journal*, 54:273-293.

- Strong, J. 1995. *Enhanced strong's lexicon*. Woodside Bible fellowship. Electronic Edition. Logos Bible Software.
- Swanepoel, F. 1994. *Die Wonder van die Bybel*. Wellington, WK: Hugenate-Uitgewers.
- Swanson, J. 1997. *Dictionary of Biblical Languages with Semantic Domains: Hebrew (Old Testament) (electronic ed.)*. Oak Harbor, DC: Logos Research Systems, Inc.
- Tate, M.E. 1998. *Psalms 51-100: Vol. 20*. Dallas, TX: Word, Incorporated.
- Thelen, E. & Smith, L. 2000. *A dynamic systems approach to the development of cognition and action, fourth edition*. Cambridge, MA: MIT press.
- Thielman, F. 2005. *Theology of the New Testament: A canonical and synthetic approach*. Grand Rapids, MC: Zondervan.
- Thietart, R.A. 2001. *Doing management research: A comprehensive guide First Edition*. London: SAGE Publications.
- Thomas, R.L. 1998. *New American Standard Hebrew-Aramaic and Greek dictionaries: updated edition*. Anaheim, CL: Foundation Publications, Inc.
- Torrance, E.P. 1965. Scientific Views of Creativity and Factors Affecting Its Growth. *Creativity and Learning*, 94 (3):663-681.
- Tozer, A.W. 2016. *Prayer*. Chicago, IL: Moody Publishers.
- Travis, J. 2005. *Wounded hearts: Masculinity, law, and literature in American culture*. Chapel Hill, NC: The University of North Carolina Press.
- Trotman, D. 2019. Creativity as a pastoral concern. *Taylor & Francis in Pastoral Care*:1-11. <http://www.tandfonline.com/10.1080/02643944.2019.1569844>.
- Tysnes, O.B. 2009. Neurological examination of cortical function deficits. *Acta Neurologica Scandinavica*, 120 (189):58-62. (DOI:10.1111/j.1600-0404.2009.01203.x)
- Van der Kolk, B. 2015. *The body keeps the score: Mind, brain and body in the transformation of trauma*. New York, NY: Penguin Random House LLC.

Van der Kolk, B.A., McFarlane, A. C., & Weisaeth, L. 1996a. *Traumatic stress: The effects of overwhelming experience on mind, body, and society*. New York, NY: Guilford Press.

Van der Kolk, B. A., Weisaeth, L., & Van der Hart, O. 1996b. *History of trauma in psychiatry*. In van der Kolk, B. A., McFarlane, A. C., & Weisaeth, L. (Eds.), *Traumatic stress: The effects of overwhelming experience on mind, body, and society*. New York, NY: The Guilford Press.

Van der Kolk, B.A. & Fiser, R. 1995. Dissociation and the fragmentary nature of 'traumatic memories: Overview and exploratory study. *Journal of Traumatic Stress*, 8 (4):1-21.

Van der Ven, J.A. 1993. *Practical theology: An empirical approach*. Kampen, NL: Kok Pharos Publishing House.

Van der Watt, J., Barkhuizen, J., Du Toit, H., De Villiers, P., Du Rand, J., Janse van Rensburg, F., Steyn, G., Tolmie, F., Van Zyl, H., en Vergeer, W. 2012. *Interliniêre Bybel: Grieks-Afrikaans: Nuwe Testament*. Vereeniging, GP: Christelike Uitgewersmaatskappy.

Van Wyk, B. 2015. Die verhouding tussen Kolossense en Efesiërs as 'n sinoptiese probleem. *HTS Teologiese Studies*, 71 (3), Art. #3067:1-7.

Van Zyl, J.M. 2012. *'n Bestuursmodel vir oop afstandslêer*. Potchefstroomkampus, Noordwes-Universiteit.

Venter, L. 1995. Intrapersoonlike kommunikasie en meditasie: Implikasies vir beter interpersoonlike kommunikasie. *Communicare*, 21 (2):57-65.

Vermetten, E. & Spiegel, D. 2014. Trauma and Dissociation: Implications for Borderline Personality Disorder. *Curr Psigiatry Rep*, 16 (2):434-444

Vermetten E. & Bremner JD. 2002. Circuits and systems in stress. *Depress Anxiety*, 15 (3):126-147.

Vick, P. 2002. *Psycho-spiritual body psychotherapy*. In T. Staunton (Eds.), *Body Psychotherapy*. New York, NY: Taylor & Francis Inc.

- Vincent, M.R. 1887. *Word studies in the New Testament: Vol. 3*. New York, NY: Charles Scribner's Sons.
- Weeden, L.K. 1988. *The Magnetic fellowship: reaching and keeping people*. Carol Stream, IL: Christianity Today, Inc., Word Books.
- Weiser, A. 1962. *The Psalms: A Commentary. Old Testament Library*. London, UK: SCM Press.
- Welz, C. 2017. A voice crying out from the wound-with or without words: On trauma, speech, and silence. *A Journal of Theology*, 56 (4):412-427.
- Wenham, G.J. 1987. *Genesis 1–1: Vol. 1*. Dallas, TX: Word, Incorporated.
- Wesley, J. 1840. *The works of the reverend John Wesley, A. M., First American complete and standard edition, Volume I*. New York, NY: Collard Printer.
- Willard, D. 2012. *Hearing God, developing a conversational relationship with God*. Downers Grove, IL: Intervarsity Press.
- Willard, D. 2009. *The spirit of the disciplines: Understanding hoe God changes lives*. New York, NY: Harper Collens.
- Williams J.S., Minken S.L., Adams J.T. 1968. *Traumatic asphyxi – reappraised*. *Annals of Surgery*, 167 (3):384-392.
- Willmington, H.L. 1997. *Willmington se Bybelhandboek*. Wheaton, IL: Tyndale House Publishers.
- Wimberger, L. 2015. *Neurosculpting: A whole brain approach to heal trauma, rewriting limiting beliefs and find wholeness*. Louisville, KY: Sounds True Publishers.
- Whitney, D.S. 2014. *Spiritual Disciplines for the Christian Life* (p. iv). The Navigators. Kindle Edition.
- Wright, H.N. 2011. *The complete guide to crisis & trauma counselling: What to do and say when it matters most!* Minnesota, MN: Bethany House Publishers.
- Wuest, K.S. 1997. *Wuest's word studies from the Greek New Testament: for the English reader: Vol. 1*. Grand Rapids, MC: WM. B. Eerdmans Publishing Company.

Yeager, K. & Roberts, A. 2015. *Crisis intervention handbook: Assessment, treatment, and research*. New York, NY: Oxford University Press.

Yehuda, R. 1999. Biological factors associated with susceptibility to posttraumatic stress disorder. *Canadian Journal of Psychiatry*, 44 (1):34-39. (DOI: 10.1177/070674379904400104)

Zodhiates, S. 2000. *The complete word study dictionary: New Testament (electronic Ed.)*. Chattanooga, TN: AMG Publishers.