



Benutting van vergifnis binne 'n pastorale Gestaltherapeutiese intervensie

Author:

Rudy A. Denton^{1,2}

Affiliations:

¹Faculty of Theology, Potchefstroom Campus, North-West University, South Africa

²Reformed Theological College, University of Pretoria, South Africa

Note:

Dr Rudy A. Denton (DDiac) is reverend of the Netherdutch Reformed Church Potchefstroom Student Congregation and extraordinary lecturer in the Faculty of Theology, Potchefstroom Campus, North-West University. The article is an assimilation of the author's unpublished doctoral thesis under the supervision of Dr J.P. Schoeman and Prof. W.C. Coetzer, with the title 'Pastorale Gestaltherapeutiese intervensie om mishandelde laat-adolesente wat skuld en skaamte ervaar, na vergifnis te begelei' (UNISA 2010).

Correspondence to:

Rudy Denton

Email:

rudy@nhk.co.za

Postal address:

PO Box 20015, Noordbrug 2522, South Africa

Dates:

Received: 29 July 2011

Accepted: 15 Aug. 2011

Published: 04 Nov. 2011

How to cite this article:

Denton, R.A., 2011, 'Benutting van vergifnis binne 'n pastorale Gestaltherapeutiese intervensie', *HTS Teologiese Studies/Theological Studies* 67(3), Art. #1158, 11 pages. <http://dx.doi.org/10.4102/hts.v67i3.1158>

© 2011. The Authors.

Licensee: AOSIS

OpenJournals. This work is licensed under the Creative Commons Attribution License.

Utilisation of forgiveness within a pastoral Gestalt therapeutic intervention

This article is based on a pastoral base theory within the Gestalt therapeutic perspective to guide abused persons in their utilisation of forgiveness as a source of a recovery experience. The formation of the paradigm is based on a multidisciplinary approach, which takes place on the interface between pastoral counselling and Gestalt therapy without the unique content and character of pastoral care or the Gestalt therapy being lost. It appears that forgiveness, as a source of repair experience, can guide abused persons to psychological and physical health, positive emotions and healthy social interaction. Forgiveness can be defined as the unconditional acceptance of God's grace through faith, and release (surrender) of an offender to the mercy of God. It does not deny the pain or change the past, but it breaks the cycle of bitterness that abused people associate with the pain of the past. Through the use of forgiveness as a coping mechanism abused people can be guided to handle unfinished business.

Inleiding

Hoewel die konsep van vergifnis in die verlede baie aandag vanuit die teologie en pastoraat ontvang het, bestaan daar 'n leemte om vergifnis vanuit beide 'n pastorale en psigologiese heelwordingproses te benader. Waarskynlik is vroeë verwysings na vergifnis in psigologie vermy as gevolg van die godsdienstige en morele konnotasie van die konsep (Freedman 2008:96; Macaskill 2004:26; Sells & Hargrave 1998:28). Dit is 'n komplekse fenomeen wat sosiale, spirituele, kognitiewe en emosionele dimensies van menslike ervaring betrek en 'n uitdaging vir integrasie bied (Aponte 1998:37; Ysseldyk & Matheson 2008:145). Hoewel vergifnis nie die enigste doel in terapie is nie, kan dit een van die moontlike uitkomstes vir terapeutiese intervensie wees (Malcolm 2008:290; Wade, Johnson & Meyer 2008:97). Dit is nie die antwoord op alle emosionele probleme nie, maar daar vind wel veranderings plaas in die lewens van persone wat besluit het om te vergewe (Enright 2003:6; Macaskill 2004:31). Freedman (2008:96), Macaskill (2004:28), Browning *et al.* (2004:57) en Aponte (1998:37) bevestig dat vergifnis, as 'n teologiese konsep, gebruik kan word om 'n psigologiese proses te verduidelik.

Vanuit 'n interpersoonlike en intrapersoonlike perspektief kan vergifnis gebruik word om mishandelde persone te bemagtig om pynlike ervarings te hanteer (Chagigiorgis & Paivio 2008:123; Freedman 2008:96; Pattison 2000:209). Dit kan 'n belangrike en essensiële komponent wees in beide die berading en psigoterapeutiese heelwordingproses van mishandelde persone wat woede, skuld en skaamte ervaar (Helm, Cook & Berecz 2005:25; Ransley & Spyt 2004:5). Die heelwordingproses kan as 'a shift from fundamental estrangement to "being-at-home" with oneself in the world' beskryf word (Rowe & Halling 1998:237).

In die artikel word vergifnis vanuit 'n *pastorale basisteorie* binne die *Gestaltherapeutiese perspektief* benader om die leemte en wisselwerking tussen pastoraat en psigologie te beskryf. Die vorming van die paradigma is geskoei op 'n multidissiplinêre benadering wat op die tussenvlak tussen pastoraat en Gestaltherapie plaasvind, met die oog op die totale welsyn van mishandelde persone. Hierdeur konstrueer die *pastorale Gestaltherapeutiese perspektief* 'n Christelike geloofsperspektief in samehang met Gestaltherapie, as sosiale wetenskap vanuit 'n fenomenologiese en empiriese perspektief, sonder om die eiesoortige inhoud en karakter van die pastoraat of die Gestaltherapie verlore te laat gaan.

Definiëring van vergifnis

Afgesien van basiese aannames blyk dit dat daar geen universele definisie van konsensus oor die belangrikste dimensies van vergifnis bestaan nie (DeCourville, Belicki & Green 2008:2; McCullough, Pargament & Thoresen 2001:8). Enright (2003) en Enright en Fitzgibbons (2000) voorsien wel 'n uitgebreide definisie van vergifnis:

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

(Enright 2003:29; Enright & Fitzgibbons 2000:24)

Die behoefte aan vergifnis begin wanneer fisiese, morele en psigologiese grense geskend is (Worthington 1998:60). Dit word gewoonlik as 'n stadig ontwikkelende proses gesien waar geakkumuleerde woede en 'n begeerte na vergelding opgebou het, maar geleidelik ontlai deur 'n heelwordingproses en 'n gevoel van empatie teenoor die oortreder (Chagigiorgis & Paivio 2008:123). Emmons (2006:75) beskryf vergifnis soos volg: 'Forgiveness is not an emotion per se, but can be thought of as a spiritual process that has emotion-regulating properties.' Hiervolgens kan vergifnis as 'n terapeutiese proses gedefinieer word wat, ten spyte van pyn en onreg wat gely is, negatiewe gedagtes, gevoelens en intensies van vergelding en wraak ontlai, deur moreel op te tree en die oortreder vry te laat aan die oordeel en genade van God. Webster (in Wicks & Parsons 1993:482) wys ook daarop dat 'forgiveness means to give up resentment against our desire to punish'.

Die ervaring van vergifnis kan soos volg verdeel word (Worthington 2006:33):

- *Goddelike vergifnis* is God se uitdrukking van genade teenoor mense wat berou oor hul skuld en sonde het.
- *Maatskaplike vergifnis* vind plaas wanneer 'n persoon of instansie namens ander om vergifnis vra om sodoende vrygestel te word van sosiale skuld.
- *Interpersoonlike vergifnis* het te doen met die wyse waarop mense mekaar vergewe. Interpersoonlike vergifnis vind op twee wyses plaas:
 - *Keusemakende vergifnis* kan as 'n rasionele keuse beskou word wat die persoon maak om sy gedrag te verander. Dit behels ook die etiese verwagting wat vereis dat die persoon sal vergewe. *Keusemakende vergifnis* is die doelbewuste besluit om nie wraak te neem of die oortreder te vermy nie, maar eerder die herstel van die verhouding.
 - *Emosionele vergifnis* is die vervanging van negatiewe emosies met positiewe ander-georiënteerde emosies. Dit behels 'n proses waar negatiewe onvergewensgesinde emosies, soos wraak, wrok, bitterheid, vyandskap, haat, woede en vrees, met positiewe emosies, soos empatie, simpatie en liefde, vervang word.

Foutiewe opvatting van vergifnis

Hoewel die definisies van vergifnis tussen verskillende navorsers wissel, bestaan daar 'n laterale konsensus onder diegene wat vergifnis in terapie gebruik. 'n Foutiewe opvatting van wat vergifnis wesenlik is, werk blokkerend op die toepassing van vergifnis met die oog op konstruktiewe en positiewe gedrag in (Worthington 2005:62). 'n Verheldering van vergifnis noodsaak die argumente van verskeie navorsers wat belangrike komponente uitwys en aantoon wat vergifnis nie is nie.

Vergifnis is nie rekonsiliasie en versoening nie

In kollektiewe kulture word vergifnis dikwels gesien as sinoniem met rekonsiliasie en versoening, terwyl individualistiese kulture dit as 'n moontlikheid beskou (Belicki, Rourke & McCarthy 2008:179; Macaskill 2004:28). Vergifnis verwag egter nie enige kompensasië van die oortreder of skuldbelydenis nie. Hiervolgens kan vergifnis sonder die oortreder se kennis daarvan of interaksie plaasvind. Volgens Worthington (2003:170) en McMinn (1996:207) kan 'n oortreder vergewe word sonder dat versoening plaasvind of die oortreder enige verantwoordelikheid vir sy daad aanvaar.

Vergifnis kan wel tot die herstel van 'n verhouding lei wanneer die oortreder sy gedrag verander en berou vir die oortreding toon (Freeman 2000:88; Worthington 2006:230). Chagigiorgis en Paivio (2008:128) en Berez (2001:253) maak die onderskeid tussen konjunktiewe en disjunktiewe vergifnis. Konjunktiewe vergifnis sluit versoening tussen die oortreder en die mishandelde persoon in, terwyl disjunktiewe vergifnis nie afhanklik van berou of empatie van die kant van die oortreder is nie (Kotzé 2008:145). Worthington (2006:13) maak 'n duidelike onderskeid tussen versoening en vergifnis:

- *Versoening* is die herstel van geskende vertroue in 'n verhouding. In die geval van mishandeling, vereis versoening en ware bekering en bewyse van verandering van die kant van die oortreder voor verhoudinge kan herstel.
- *Vergifnis* is 'n individuele besluit om negatiewe emosies met positiewe emosies te vervang en dit as 'n geskenk aan te bied.

Per definisie, vind vergifnis binne die individu plaas en versoening tussen mense. Vergifnis word verleë (deur keuse) of ervaar (deur emosie); versoening word verdien deur middel van wedersyds betroubare gedrag van beide kante vanaf die vergewer en die oortreder. Versoening is egter nie altyd moontlik of wenslik nie (Helm, Cook & Berez 2005:26; Kotzé 2008:145). In verhoudinge waar mishandeling en molesting ter sprake is, kan vergifnis plaasvind sonder rekonsiliasie en interaksie met die oortreder, om die mishandelde persone te beskerm (Chagigiorgis & Paivio 2008:123; Freedman 2008:96; Helm *et al.* 2008:xxv; Malcolm, DeCourville & Belicki 2008:xxv; Helm *et al.* 2005:32). Bass en Davis (in DeCourville *et al.* 2008:2) stel dat die verkeerde benadering tot vergifnis mishandelde persone aan verdere mishandeling en vernedering kan blootstel. Teenoor die siening van Bass en Davis kan gestel word dat dit nie vergifnis is wat die mishandelde persoon aan verdere mishandeling kan blootstel nie, maar rekonsiliasie en versoening met die oortreder (Belicki *et al.* 2008:166). Versoening en rekonsiliasie is dus nie 'n noodsaaklike deel of 'n noodwendige produk van vergifnis nie, maar 'n moontlikheid.

Vergifnis is nie kwytskelding en regverdiging nie

Vergifnis is nie die kwytskelding van die oortreder nie (Chagigiorgis & Paivio 2008:125; DeCourville *et al.* 2008:2; Enright & North 1998:12; Freedman 2008:96). Dit sou die regverdiging van die oortreding impliseer en 'n gevoel

van wrok, bitterheid en haat by mishandelde persone aanwakker (Macaskill 2004:29; Mamalakis 2001; Enright & Fitzgibbons 2000). Vergifnis beteken nie die goedkeuring of ondersteuning van gedrag wat pyn veroorsaak nie (Holeman 2008:256; Malcolm *et al.* 2008:xxv; Kendall 2002:13; Aureli & De Waal 2000:360). Disjunktiewe vergifnis is nie noodwendig kwytskelding nie, omdat die oortreder van mishandeling wetlik vervolgt kan word (Belicki *et al.* 2008:166; Berecz 2001:253; Kotzé 2008:145). Disjunktiewe vergifnis kan die slagoffer help om bitterheid agter te laat en met die helingsproses te begin, sonder versoening met die oortreder.

Vergifnis is nie kondonering nie

Vergifnis behels nie verskoning of kondonering van skadelike gedrag nie (Aureli & De Waal 2000:359; Chagigiorgis & Paivio 2008:124; Enright & North 1998:48; Freedman 2008:96; Walrond-Skinner 1998:8). Apologie en verskoning wat die oortreder aanbied het wel 'n positiewe uitwerking op vergifnis, maar dit impliseer nie regverdiging vir die pleeg van die oortreding nie (Enright & Fitzgibbons 2000; Holeman 2008:253; Smedes 1984). Daar kan nie na die omstandighede van die oortreder verwys word in 'n poging om verkeerde gedrag te regverdig en verskoning daarvoor te maak nie (Kendall 2002:12; Kotzé 2008:82). Die oortreder word, ongeag sy omstandighede, aanspreeklik gehou vir die leed en die skade wat hy veroorsaak het (Belicki *et al.* 2008:172).

Vergifnis is nie ontkenning en onderdrukking nie

Vergifnis is nie die ontkenning en onderdrukking van die seer, negatiewe emosies en woede wat mishandelde persone ervaar het nie (Chagigiorgis & Paivio 2008:124; DeCourville *et al.* 2008:2; Day 2004:12; Mamalakis 2001:40; Enright & North 1998:48). Kendall (2002:16) toon dat veral slagoffers van mishandeling en verkragting geneig is om die pynlike herinnering van hul ervarings te onderdruk. Hierdie ontkenning of onderdrukking is egter nie gelykstaande aan vergifnis nie (Belicki *et al.* 2008:173; Kotze 2008:83; Louw 1996:390; McMinn 1996:206). Verdedigingsmeganismes, soos ontkenning en onderdrukking, kan struikelblokke wees wat die gesonde proses van vergifnis rem en blokkeer.

Vergifnis is nie om te vergeet nie

Vergifnis is nie 'n poging om te probeer vergeet nie (Day 2004:12; Enright & North 1998:48; Freedman 2008:96; Kendall 2002:17; Louw 1996:391). Die pynlike effek van destruktiewe gedrag op ander word in elk geval baie moeilik vergeet (DeCourville *et al.* 2008:2). Tutu (1998:5) stel dat:

Forgiveness is not forgetting; it's actually remembering – remembering and not using your right to hit back. It's a second chance for a new beginning. And the remembering part is particularly important. Especially if you don't want to repeat what happened.

(Tutu 1998:5)

Onderliggend aan vergifnis moet geblokkeerde behoeftes, frustrasie en aggressie geïdentifiseer word alvorens 'n persoon vergifnis kan oorweeg (Louw 1999:477). Kotzé (2006:15) stel dat: 'Forgiving and forgetting seem to be linked in people's minds, but loss of memory is not the goal.' Volgens Kotzé

(2008:84), Kendall (2002:18), en Aureli en De Waal (2000:360) is dit juis 'n demonstrasie van genade wanneer die persoon ten volle bewus is van die mishandeling, en nogtans kies om te vergewe. Vergifnis behels 'n emosionele verligting en bevryding van die gebondenheid aan die verlede, maar is nie 'n poging om die realiteit van die verlede te probeer vergeet nie. Dit is 'n keuse om ten spyte van pyn en onreg wat gely is, die reg tot vergelding op te gee en hoop te herstel vir die toekoms.

Vergifnis is nie verdraagsaamheid nie

Vergifnis impliseer nie verdraagsaamheid van skadelike gedrag nie (Mamalakis 2001; Enright & Fitzgibbons 2000). Nog minder beteken dit dat die slagoffer medeverantwoordelikheid vir die mishandeling deur selfblamerig aanvaar (McMinn 1996:207). Hoewel vergifnis 'n vorm van aanvaarding is, is dit moontlik om vrede met die pyn van die mishandeling in die verlede te maak, maar nie met die fisiese oortreding van die oortreder nie (Enright & North 1998:47; Kotzé 2006:16; Louw 1996:391; Walrond-Skinner 1998:8). Verdraagsaamheid behels die aanvaarding dat die mishandeling plaasgevind het, maar nie noodwendig die opgee van negatiewe emosies, denke en gedrag teenoor die oortreder nie.

Positiewe effek van vergewensgesindheid

Mishandelde persone se verwerking van pyn en seer is 'n belangrike komponent in die vergifnisproses (Belicki *et al.* 2008:177; DeCourville *et al.* 2008:3). Dit is 'n doelbewuste keuse en proses wat die persoon wat vergewe en die oortreder wat vergewe moet word betrek (DeCourville *et al.* 2008:8; Louw 1999:479; North 1998:21). Pingleton (1989:31) stel dat 'there is no shortcut to healing and growth and there exist many obstacles along the pathway'. 'n Oortreding, soos mishandeling, beïnvloed mense in hul wese. Harris (2000:284) wys daarop dat 'a victim of sexual abuse will always remember the past. But she becomes a survivor when she maintains her right to her feelings, her life – her self'.

In die navorsing van McCullough, Root, Tabak en Witvliet (2009:7), Richards (2009:155), DeCourville *et al.* (2008:2), Malcolm *et al.* (2008:xxiv), Lawler-Row en Reed (2008:76), Worthington (2006:272), Witvliet (2005:311), Enright en Rique (2004:10), Plante en Sherman (2001:108) en Pattison (2000:213) word aangetoon dat vergifnis positief met psigologiese en fisiese gesondheid, positiewe emosies, gesonde sosiale interaksie en hoë lewensvredigheid geassosieer word. Daar is ook in die navorsing van Lawler-Row en Reed (2008) die volgende gevind:

... Individuals have better levels of health, show more moderate physiological responses when recalling interpersonal conflict, have better relationships with others, and exhibit less stress and higher levels of spirituality.

(Lawler-Row & Reed 2008:87)

Negatiewe effek van onvergewensgesindheid

Onvergewensgesindheid het 'n negatiewe effek op die mens se fisiese, emosionele en spirituele gesondheid (DeCourville *et al.* 2008:4; Lawler-Row & Reed 2008:76; Minirth & Meier 2007:153; Macaskill 2004:29; Richards 2009:157). Enright

(2003:18) stel dat: 'Our hatred affects us emotionally more than it effects the one who hurt us'. Persone wat nie vergewe nie, word dikwels gevangenes van hul eie emosies van woede, haat en bitterheid (Malcolm 2008:283; Chagigiorgis & Paivio 2008:124; Worthington 2003:68). Dit kan gedefinieer word as 'n emosionele reaksie op 'n oortreding wat kan wissel in intensiteit van irritasie tot vyandigheid en negatiewe houdings, oortuigings en evaluerings oor ander. Richards (2009:157) beskryf onvergewensgesindheid soos volg: 'Holding on to a grudge and refusing to forgive is like taking poison and expecting the other person to die.'

Vergifnis as alternatief tot emosionele verwonding

Emosionele verwonding kan kroniese bitterheid, woede en depressie veroorsaak en interpersoonlike verhoudinge voortdurend versteur, terwyl vergifnis 'n belangrike hanteringsmeganisme tot voordeel van die self kan wees (Lamb & Murphy 2002:7; Ysseldyk & Matheson 2008:145). Lawler-Row en Reed (2008:75), Malcolm (2008:288); Browning *et al.* (2004:64), Ransley en Spy (2004:49), Colbert (2003:20), Fitzgibbons (in Enright 2003:15) en Cerney (in Lamb & Murphy 2002:127) stel dat vergifnis 'n alternatief vir ang, depressie, woede en bitterheid kan wees. Volgens die navorsing van Denton en Martin (in Lamb & Murphy 2002:58) word gestel dat vergifnis:

- 'n innerlike proses is wat woede en vrees ontlaa
- die behoefte tot vergelding verminder
- 'n tydsame proses is wat tyd neem om te voltooi
- nie beteken dat mishandelde persone die pyn moet vergeet nie.

Vergifnis is gedeeltelik van die mishandelde persone se kognitiewe en affektiewe karakter binne hul morele emosie afhanklik (Pattison 2000:210; Walrond-Skinner 1998:13). Mishandelde persone wat kwaad vir iemand is wat hulle leed aangedoen het, kan skuldig en skaam teenoor die geweld impulse in hul onderbewussyn voel, terwyl vergifnis hierdie impulse kan verlig (Enright 2003:15; Fitzgibbons 1986:630; Freedman 2008:94). Vergifnis is nie 'n geïsoleerde konsep nie maar moet in totaliteit met ander emosionele konsepte van empatie, skuld, skaamte, narsissisme en woede beskou word (DeCourville *et al.* 2008:3; Exline & Zell 2008:237). Daarom beskryf Davis (2002:278) vergifnis soos volg: 'Forgiving happens inside us. It represents a letting go of the sense of grievance, and perhaps most importantly a letting go of the role of victim.'

Vergifnis kan 'n persoonlikheidsverandering by mishandelde persone teweegbring (Worthington 2006:11). Dit kan die karakter en identiteit van die persone in hul verhouding met ander en die self transformeer (Aureli & De Waal 2000:359; Ysseldyk & Matheson 2008:143). Volgens Worthington (2006:10) is vergifnis 'a complex of internal experiences ... and affect the internal experiences'. Dit behels 'n emosionele, kognitiewe en gedragproses wat deur die verskuiwing van persepsie, gevoel, houding en gedrag teenoor die oortreder ontwikkel (Enright & Fitzgibbons 2000:24; Malcolm 2008:283;

Worthington 2006:25). Hiervolgens blyk dit dat vergifnis nie van empatie en narsissisme geskei kan word nie, omdat dit mishandelde persone se vermoë om te vergewe affekteer (Exline & Baumeister 2001:133–151; Macaskill 2004:32). Dit sluit twee belangrike komponente in:

- Die eerste komponent is die vermindering of uitskakeling van negatiewe of ongemaklike emosies, gedagtes en gedrag. Hierdie persepsies kom voor uit emosionele reaksies (gevoelens van woede, vrees, bitterheid, skuld, skaamte en empatie), motiveringsreaksies (herhaalde denke oor die oortreding en 'n behoefte om die oortreder te vermy), kognitiewe reaksies (gedagtes van wraak en vergelding teenoor die oortreder) en gedragsreaksies (vermy die plekke en situasies wat aan die oortreding herinner; aggressie of vermyding van die oortreder).
- Die tweede komponent van vergifnis is die toename in positiewe emosies, gedagtes en gedrag. Die verhoging in positiewe ervaring kan die vorm van empatie, medelye en perspektiefneming teenoor 'n oortreder inneem.

Bepalende rigtingwysers vir vergifnis

Morele dilemmas en konflikte

Vergifnis kan as morele terapie beskryf word (Lamb & Murphy 2002:10; Rafman 2008:215). Morele dilemmas en konflikte is 'n integrale deel van die sosiale en morele realiteit van mishandelde persone. Enright en Fitzgibbons (2000:23) stel dat vergifnis in moraliteit gesentreerd is en 'on the contrary, when morality is centered in relationships, the self is included'. Vergifnis is 'n komplekse fenomeen en proses in 'n terapeutiese verhouding waar mishandelde persone se morele bewustheid en morele norme in interaksie is wanneer pynlike gebeure wat hulle ervaar, geïnterpreteer word (Rowe *et al.* 1989:239). Wanneer vergifnis plaasvind, stel Enright en Fitzgibbons (2000:256) dat 'forgiveness ceases to be only an act that one performs and becomes part of the moral self'.

Vergifnis plaas 'n komplekse uitdaging op die morele ontwikkeling van mishandelde persone, omdat hulle morele oortredings ernstig veroordeel. In die navorsing van Karremans, Van Lange, Ouwerkerk en Kluwer (in Rafman 2008:220) en Walrond-Skinner (1998:13) word aangetoon dat die verhouding tussen psigologiese gesondheid en vergifnis deur die graad van die oortreding en die verhouding met die oortreder bepaal word. Die ervaring van ongeregtigheid, wat kroniese woede in stand kan hou, dui op die interafhanklikheid van emosie en onvoltooide morele dilemmas. Die psigologiese en morele impak van gebeure kan, ten spyte van verdedigingsmeganismes wat mishandelde persone aanwend, langtermyn negatiewe gevolge vir morele ontwikkeling inhou.

Woede en blaam

Woede is een van die belangrikste emosionele hindernisse in die proses om ander te vergewe. Sukhodolsky, Golub en Cromwell (2001:690) definieer herhalende woedegegedagtes 'as unintentional and recurrent cognitive processes that emerge during and continue after an episode of anger experience'.



Die projeksie van woede en poging om blaam en skuld te verplaas, kan dikwels in vervolgingswaan of 'n paranoïede persoonlikheid ontwikkel (Louw 1999:475). Macaskill (2008:41) wys daarop dat mishandelde persone 'may blame fate as causing them to be unlucky, or blame God, nature, the political system, general human stupidity, and so on'.

Persone wat getraumatiseer is, verloor maklik hul vertroue in mense, in die goedheid van die skepping en selfs in God (Baker 2008:71; Dreyer 2005:22). Die sedelik-normatiewe ontwikkeling van mishandelde persone, sal die verhouding met God positief of negatief beïnvloed. In die ervaring van trauma, kan God maklik as die oorsaak van lyding gesien word (Louw 2006:81; Macaskill 2008:41; Malcolm 2008:278). Volgens Seamands (2004:60) kan 'n traumatiese ervaring ook die ervaring van teleurstelling in God wees. Veral as God se almag as sentraal beskou word, kan mense nie begryp dat die almagtige God nie kon of wou ingryp nie. Dikwels begin die persone twyfel omdat hulle nie God se goedheid en liefde kan versoen met traumatiese gebeure in hul eie lewe of met lyding in die wêreld nie.

Teleurstelling het die gevolg dat mishandelde persone 'n verbreekte vertroue in God ervaar en woede en valse verwagtinge teenoor God koester (Seamands 2004:60). Ransley & Spy (2004:59) wys daarop dat mishandelde persone oorweldig kan word deur skuldgevoel, selfhaat en skaamte, in so 'n mate dat hulle dit moeilik vind om God, hulself en ander te vergewe. Vermydning en negatiewe emosies teenoor God kan wel met positiewe emosies vervang word, wanneer die persone hul woede en teleurstelling deur persoonlike gebeure wat God se liefde en barmhartigheid in hul lewe demonstreer herevalueer (Macaskill 2008:42). Volgens Macaskill (2008:42), Minirth en Meier (2007:155) en Worthington (2003:60) verklaar mishandelde persone dan eerder hul intensie om God nie te vermy nie en Hom nie te verwerp nie.

Selfregverdiging

'n Algemene reaksie op trauma is mishandelde persone se herhaalde denke en bepeinsing oor onreg en ongeregtigheid wat ervaar word (Exline & Zell 2008:236). Dit laat die persone met 'n gevoel van magteloosheid, terwyl dit voortdurende woede en bitterheid wek. Wanneer die persone net op die oortreding van die oortreder fokus kan dit tot 'n behoefte om die self te regverdig lei. Die selfregverdiging van woede en aggressiewe strategieë mag persone help om 'n tydelike ervaring van beheer en selfbeskerming te ervaar, in plaas van magteloosheid en verwonding (Malcolm 2008:288). Erskine (1995:5) beskryf selfregverdiging as 'n selfgegenereerde fantasie wat mishandelde persone teen emosionele pyn beskerm, terwyl dit 'n valse oorwinning oor vernedering en 'n beskadigde selfbeeld voorsien.

Mishandelde persone wat gepreokkupeer met vergelding en selfregverdiging is, sal vergifnis moeilik vind (Louw 1996:391; Macaskill 2004:28). 'n Narsissistiese persoonlikheid kan met selfregverdiging, onvergewensgesindheid en aggressiewe

weerstand teen vergifnis verbind word (Holeman 2008:253). Onderliggend aan die eksterne uitdrukking van 'n narsissistiese persoonlikheid is 'n behoefte wat deur bitterheid en woede gevul word. Macaskill (2004:30) en Sells en Hargrave (1998:21) stel dat mishandelde persone wat beweeg in die rigting van vergifnis van die oortreder, die selfregverdiging van woede, bitterheid en wraakgedagtes moet oopgee.

Empatie

Empatie is in die algemeen ten nouste aan die positiewe uitwerking van vergifnis met betrekking tot traumatiese gebeurtenisse verbind (Belicki *et al.* 2008:166–167; Holeman 2008:263). Dit is 'n belangrike veranderlike en voorspeller in die vergifnisproses wat affektiewe en kognitiewe komponente betrek. Tangney, Stuewig en Mashek (2007:363) beskryf empatie as 'n emosionele proses met substansiële implikasies vir die morele affektiewe sisteem. 'n Onderskeid moet egter getref word tussen verskillende konsepte wat as empatie beskryf word. Volgens Davis (in Belicki *et al.* 2008:167) en Feshbach (in Tangney *et al.* 2007:362) kan 'n onderskeid tussen 'n kognitiewe proses van perspektiefneming en verskillende emosionele prosesse getref word:

- *Perspektiefneming* verwys na die kognitiewe verstaan van 'n ander persoon se mening en emosies. Dit het die potensiaal om emosies van medelye en empatiese besorgdheid te akkommodeer.
- Emosies van medelye het die moontlikheid om empatiese besorgdheid of persoonlike angstigheid te verhoog. Empatie verwys na verskeie *affektiewe en emosionele prosesse*, wat soos volg onderskei word:
 - 'n Persoon kan die emosie wat 'n ander persoon voel ervaar.
 - 'n Persoon kan besorgdheid en medelye teenoor die nood van mense ervaar. Dit verwys na empatiese besorgdheid, simpatie of ander-georiënteerde besorgdheid.
 - 'n Persoon kan verhoogde selfgeoriënteerde nood en angst, in respons tot ander, voel. Batson (in Belicki *et al.* 2008:167) verwys na hierdie ervaring as persoonlike angstigheid.

Empatiese besorgdheid en *persoonlike angstigheid* besit verskillende motiewe wat verskillende gedrag kan veroorsaak (Silfver-Kuhlampi 2008:6). 'n Persoon wat empatiese besorgdheid ervaar, tree altruïsties op deur ander se pyn te verlig (Holeman 2008:261; Tangney *et al.* 2007:362; Walrond-Skinner 1998:9). In kontras hiermee sal 'n persoon wat persoonlike angstigheid ervaar probeer om 'n situasie te ontvlug deur onttrekking en selfs aggressief reageer (Worthington 1998:60). In die navorsing van Eisenberg *et al.* (in Belicki *et al.* 2008:168) is bevind dat die hartklop van persone met empatiese besorgdheid verlaag, terwyl persoonlike angstigheid kardiovaskulêre stres verhoog. Daar is ook aangetoon dat empatiese besorgdheid met sosiale aanpasbaarheid en bekwaamheid verbind kan word, terwyl persoonlike angstigheid met lae sosiale vaardighede geassosieer word (Tangney *et al.* 2007:363; Tangney & Dearing 2004:87).

In die navorsing van emosionele uitdrukking van empatie is 'n verhouding gevind in die verhoging van vergifnis en die verlaging van vergelding (Belicki *et al.* 2008:169). Empatiese besorgdheid regverdig of verskoon egter nie die optrede van die oortreder nie. Belicki *et al.* (2008:180) stel dat 'individuals experiencing empathic concern may be more likely to act in kindly ways toward those who have hurt them'. Dit blyk dat perspektiefneming en empatiese besorgdheid hoër vlakke van vergifnis aantoon wanneer perspektiefneming empatiese besorgdheid fasiliteer (Tangney *et al.* 2007:362; Tangney & Dearing 2004:87).

Pastoraal-teologiese benadering tot vergifnis

Vergifnis is vanuit 'n teologiese perspektief 'n wisselwerkende beginsel en konsep wat onlosmaaklik 'n verband lê tussen mishandelde persone se verhouding met God, hulself en hul medemens. 'n Rigiede manier van omgaan met Skrifgedeeltes oor vergifnis kan egter ondraaglike laste op getraumatiseerde persone lê. 'n Moralistiese en eiegeregtige interpretasie van die Bybel kan impliseer dat mishandelde persone aan bepaalde voorwaardes moet voldoen om toegang tot God se koninkryk te verkry (Dreyer 2005:31). Die versoeningsbeginsel onderstreep egter twee ander perspektiewe, naamlik dat vergifnis onvoorwaardelik is, asook dat alle skuld deur Jesus Christus finaal uitgewis is (Pattison 2000:209). Dit lei tot die herstel van die verhouding tussen God en mens (Seamands 2003:70; Pattison 2000:211).

Grondbeginsel in pastoraat

Dit is in die Bybel waar die begrip van interpersoonlike vergifnis sy beslag kry (Aureli & De Waal 2000:359–361; Marty 1998:11; Walrond-Skinner 1998:5). Die grondbeginsel in pastoraat is die volledigheid (afgehandelde aspek) van die vrypraak en die onvoorwaardelikheid van vergifnis. Skuldpastoraat en vergifnishulp is hierin belangrike fasette, omdat die hulpsoekende mens nie die koninkryk van God binnegaan as gevolg van 'n sondebeseft nie, maar as gevolg van 'n genadebeseft (Louw 1999:476; Pattison 2000:211). Wanneer mishandelde persone net fokus op hul gevoel van mislukking, ontnem hulle hulself die vryheid wat God se vergifnis vir die mens bring (Jones & Ledwith 2005:115). Seamands (2004:29) stel dat Christene juis om twee redes met vergifnis worstel:

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

Vergifnis binne die konteks van geloof herinner mishandelde persone aan hul eie behoefte aan Goddelike vergifnis en om 'n gelowige lewe in verhouding met God en ander te lei. Om deel te verkry aan die versoening en vergifnis moet mishandelde persone bewus wees om nie net om vergifnis te vra nie, maar dat hulle ook ander mense hul oortredings sal vergewe. Die opstanding van Christus uit die dood lei telkens weer tot 'n opstanding in 'n nuwe lewe van liefde, in

verantwoordelikheid teenoor ander. Vergifnis en versoening behels dan nie iets wat net in die geloof ontvang word nie, maar dit raak ook die Christelike leefstyl, naamlik om Jesus se voorbeeld te volg en ook dié te vergewe wat teen jou gesondig het (Holeman 2008:259). Daarom stel McCullough en Worthington (1999:1142) tereg dat: 'When people forgive (or feel forgiven) the experience evokes religious and spiritual thoughts, images and effects.'

Konstruktiewe opvatting oor die wese van Christelike vergifnis

Vergifnis is 'n sentrale konsep in die Christelike geloof en Westerse kultuur wat streef na tevredenheid en 'n vreedsame bestaan (DeShea 2008:23). Die essensie van 'n vergewensgesinde reaksie is die beëindiging van wrok en die implementering van 'n weldaad teenoor 'n oortreder (Aponte 1998:40). Dit kompliseer vergifnis en kan 'n uitdaging stel aan verskeie algemene idees en gebruike in die vergifnisproses. 'n Konstruktiewe opvatting oor die wese van Christelike vergifnis kan egter soos volg beskryf word (Kendall 2002:19–35; Louw 1999:478):

- Vergifnis is om bewus te wees wat iemand jou aangedoen het, en ten spyte daarvan steeds die persoon te vergewe. Vergifnis is 'n algehele, totale uitwissing, 'n objektiewe feit wat finaal en afgehandel is.
- Vergifnis is bevryding. Die konsep van oorwinning is dominant in die besef van bevryding.
- Vergifnis is 'n krag tot vernuwing en veranderde gedrag. Vanweë die nuwe dimensie van versoening in Jesus Christus kan die gelowige in liefde anders optree. Dit vra van mishandelde persone om barmhartig en genadig teenoor die oortreder te wees soos God barmhartig en genadig is.
- Vergifnis is onvoorwaardelik. Die redes vir vergelding is uitgewis en behels die afwesigheid van bitterheid. Deur vergifnis word die reg op wraak prysgegee. Die oortreder word nie meer vasgepen op sy negatiewe en sondige gedrag nie, maar oorgeplaas binne die domein van God se genade. Vergifnis in sy onvoorwaardelike gestalte is 'n belegging van genade in 'n ander mens.

Vergifnis ontken nie die pyn of verander die verlede nie, maar dit breek die sirkel van bitterheid wat mishandelde persone aan die seer van die verlede vasbind (Pritchard 2005:24). Bybelse beginsels en filosofiese teorieë het Enright *et al.* (in Aureli & De Waal 2000:359) gelei om vergifnis te definieer as 'n konstruk 'in which the offended party's sense of negative emotions, such as outrage and hostility, decreases, and positive emotions, such as compassion or love, emerge'. Dit beïnvloed mishandelde persone se hele wese en morele optrede (McCullough 2008:115). Daarom stel Stoop en Masteller (1996:179) dat die verwerking van traumatiese ervarings 'n keuse tussen 'n pad van bitterheid of van vergifnis is. Volgens Lamb en Murphy (2002:54) het vergifnis 'n positiewe invloed op persoonlike welstand. Dit stel mishandelde persone in staat om vry te kom van haat, bitterheid, skuld, skaamte, hartseer en ander emosies (Colbert 2003:163). Dit is 'n bewuste keuse om die oortreder vry te laat gaan en so self vry te kom van die verlede. Pargament (1997)

beskryf die vryheid van vergifnis soos volg:

Forgiveness offers the possibility of peace of mind, that is, the hope that painful memories can be healed, that the individual will no longer be held emotionally hostage to acts of the past.

(Pargament 1997:262)

Pastoraal-teologiese uitdaging van vergifnis

Geloof bied die terapeutiese moment van bevryding wat meer as ontlading of verligting is (Louw 1999:522). DiBlasio en Proctor (in Lamb & Murphy 2002:58) wys tereg daarop dat geloof 'n positiewe uitwerking op mishandelde persone se hantering van vergifnis het. Volgens Pattison (2000:209), Marty (in Plante & Sherman 2001:124) en Potter-Efron (2005:174) is vergifnis die belangrikste komponent van die Christelike geloof. Vergifnis kan beskryf word as die onvoorwaardelike aanvaarding van God se genade deur geloof, en die vrylating (oorgee) van 'n oortreder aan die genade van God (Louw 1996:391). Volgens Ransley en Spy (2004:15) is die rasionele doel van vergifnis 'to imitate God, to fulfill one's religious duty, to seek God's forgiveness, to follow the path of righteousness, to repair relationships'.

Vergifnis is die een unieke eienskap wat navolgers van Christus van ander onderskei (Jones & Ledwith 2005:14; Kotzé 2008:80). God vergewe die mens en die mens word aangemoedig om hierdie beeld van God ook uit te leef (Browning *et al.* 2004:58). Jesus Christus veronderstel vergifnis as 'n lewenswyse en geen voorwaardes word gestel nie (Fortune & Marshall 2004:32; Worthington *et al.* 2006:32). Vanuit 'n pastoraal-teologiese benadering kan die uitdaging van vergifnis soos volg beskryf word (Worthington 2003:69):

- Geduldige vermyding van negatiewe emosies en gedagtes. Mishandelde persone kan die reaksie op die onreg wat gepleeg is beperk deur 'n vergewende persoonlikheid en die bewustheid van negatiewe emosies en gedagtes.
- Besluit om te vergewe. Mishandelde persone kan besluit om bewustelik die oortreder te vergewe sonder wraak of om die oortreder te vermy. Dit sluit ook in om positiewe emosies en gedagtes teenoor die oortreder te koester.
- Voorkom onvergewensgesindheid en die aanspraak op geregtigheid en vergelding. Mishandelde persone kan die onreg aanvaar en laat die vergelding aan God oor. Dit behels dat hulle eerder op die positiewe uitkoms van die onreg en die betekenis daarvan in hul lewe fokus.
- Fokus op die positiewe en goeie kwaliteite van die oortreder. Mishandelde persone kan minder fokus op die self en die skade wat gely is.
- Voel liefde, empatie, simpatie en medelye teenoor die oortreder. Die mishandelde persone kan vergewe omdat hulle reeds in Christus vergewe is.
- Deurvoer van vergifnis. Mishandelde persone kan op grond van hul veranderende emosies en gedagtes vergewe, deur positief teenoor die oortreder op te tree in 'n vergewende gesindheid.

Gestalterapeutiese benadering tot vergifnis

Wanneer mishandelde persone woede, skuld en skaamte ervaar, tree onvoltooidhede op die voorgrond wat deur psigologiese spanning vergesel word en die behoefte om te poog om onvoltooidhede te voltooi. Die bewustheid van onvoltooidhede belemmer Gestaltvorming en lei daartoe dat homeostase en organismiese selfregulering nie kan plaasvind nie (Clarkson 2002:7). Deur die benutting van vergifnis, as 'n hanteringsmeganisme, kan mishandelde persone egter begelei word om onvoltooidhede te hanteer (Chagigiorgis & Paivio 2008:121; Crocker 2007:120; Harris 2007a:108, 2007b:127). Clemmens (2007:123) beskryf die benutting van vergifnis in 'n terapeutiese proses as 'n 'letting go of unfinished business through forgiveness'.

Ontwikkeling van onvoltooidhede

Die teenwoordigheid van onvoltooidhede manifesteer in mishandelde persone se ervaring van negatiewe emosies teenoor die self en die oortreder. Dit ontwikkel vanuit herhaalde frustrasie en traumatiese situasies binne die organismiese veld. Woede, skuld en skaamte kan die behoefte aan wraak en vergelding aktiveer om vir die vernedering en pyn wat ervaar is op te maak (Harris 2007a:110). Volgens Malcolm en Greenberg (2001:185) kan onvoltooidhede, vanuit die Gestalterapeutiese benadering tot vergifnis, gedefinieer word as 'a currently felt, lingering, unresolved, negative feeling one person holds toward another'. Die bewustheid van onvoltooidhede tussen die self en die oortreder kan mishandelde persone tot selfregulering begelei wat hulle in staat stel om aan die onvoltooidhede te werk (Brownell 2010:92; Latner 1987:101).

Wanneer mishandelde persone nie meer die kontakgrense tussen hulself en hul omgewing kan reguleer nie, tree kontakversteuring in, wat die natuurlike en gesonde proses van organismiese selfregulering onderbreek (Blom 2006:31). Deur die integrasie van onvoltooidhede kan mishandelde persone se balans om die impak van gebeure (emosie, gedrag en ervarings) te organiseer en te reguleer, herstel word (O'Connor & Braverman 2009:287). Kontakgrensversteurings kan gebruik word om energie te blokkeer, om die selfbeeld te beskerm of om gevoelens oor die self te vervals (Oaklander 2007:142). Daarom sal mishandelde persone uitdrukking aan negatiewe emosies gee deur die oortreder vir die steurnisse wat ervaar word, as gevolg van die oortreder se optrede, te blameer (Chagigiorgis & Paivio 2008:127). Deur retrofleksie, introjeksie en projeksie van onvoltooidhede kan mishandelde persone intense woede, skuld en skaamte ervaar en hulself van die omgewing isoleer (Oaklander 2007:142). Volgens Crocker (2007:121) kan mishandelde persone egter begelei word tot herstel van die 'distorting processes'.

Selfregulering

Die doel van Gestalterapie is om die negatiewe emosies van mishandelde persone in kontak met hul ervaring daarvan te



bring (Chagigiorgis & Paivio 2008:127). Onvoltooidhede lei tot die bewustheid om nuwe insig te ontwikkel aangaande die oortreder en die self. In die hantering van onvoltooidhede tree die opwekking en differensiasie van emosies op die voorgrond. Mishandelde persone kan die oortreder as iemand wat hulle verwerp, verneder, kritiseer, ensovoorts ervaar. Hierdie bewustheid kan episodiese herinneringe wek wat die konteks in die ontwikkeling van onvoltooidhede vorm. Die emosionele pyn kan mishandelde persone beweeg van 'n reaktiewe en defensiewe posisie, wat na buite gerig word, na 'n bewustheid wat gerig is op die kontakmaking en uitdrukking van selfbewuste woede, skuld en skaamte emosies (Oaklander 2007:144). Die bewustheid van pynlike herinneringe kan ook tot uiting kom in 'n rouproses waar mishandelde persone interpersoonlike verlies ervaar (Chagigiorgis & Paivio 2008:127).

Gestaltherapie help om mishandelde persone se diepste gevoel, vrees en frustrasie te ontsluit (Chagigiorgis & Paivio 2008:127; Oaklander 2007:29). Dit is vir die persone 'n leerervaring om ten volle, in die *hier-en-nou*, bewus te word van hul onvoltooidhede en selfonderbrekings (Yontef & Simkin 1989:27). Daarom kan hulle begelei word om uitdrukking aan die behoefte na herstel te gee. Harris (2007b) stel dat:

... holding on to one's hurt or resentment, because it has meaning or because it helps create or maintain one's identity, needs to be addressed as part of forgiveness work and, more important before one can move toward forgiveness.

(Harris 2007b:127)

Negatiewe emosies word gekonfronteer en die persone se bewustheid van hul omstandighede, behoeftes en begeertes in die *hier-en-nou* kan emosionele spanning skep om aan die onvoltooidhede te werk. Volgens Harris (2007b:128) kan daar tydens terapie aan mishandelde persone voorgestel word of hulle bereid is om vergifnis te oorweeg as 'n opsie 'for exploration and possible healing'.

Herformulering en nuwe denke

Vanuit die bewuswording en uitdrukking van emosies en onbeantwoorde behoeftes kan 'n skematiese herformulering by mishandelde persone plaasvind, wat tot nuwe denke aangaande die oortreder en die self lei (Chagigiorgis & Paivio 2008:128). Volgens Malcolm en Greenberg (2001:188) word mishandelde persone begelei 'to let go of earlier feelings of need deprivation'. Die persone kan na die kognitiewe verstaan van die oortreder se persoonlike geskiedenis of kindertyd streef en die mishandeling binne die konteks van die oortreder se omstandighede plaas (Freedman 2008:97). Chagigiorgis en Paivio (2008:128), Clemmens (2007:123) en Harris (2007b:127) wys daarop dat mishandelde persone se kognitiewe verstaan van die oortreder se persoonlike geskiedenis deur die volgende twee uitkomstige gerig kan word:

- Die oortreder word nie verskoon van sy verantwoordelikheid vir die mishandeling nie en verdien mishandelde persone se negatiewe gedagtes, gevoelens en intensies van vergelding. Harris (2007b:127) beskryf dit as: 'Resentment and the need to hold on.'

- Die tweede uitkomstige van die herformulering en nuwe denke aangaande die oortreder, is nie om die oortreder van sy verantwoordelikheid vir die oortreding te verskoon nie, maar om hom beter te verstaan. Harris (2007b:127) beskryf die herformulering as: 'Forgiveness and letting go.'

Mishandelde persone kan hulself daartoe verbind om die oortreder te vergewe vir die pyn van die mishandeling. Deur die benutting van polariteite kan die emosionele identifikasie met die oortreder se omstandighede gepaard gaan met die bereidheid om empatie en medelye met die oortreder te ervaar (Belicki *et al.* 2008:166–167). In die verbintenis tot vergifnis gee mishandelde persone egter die gedagtes, gevoelens en intensies van vergelding teen die oortreder op (Enright & Rique 2004:9; Enright, Gassin & Gassin 1992:104–106).

Vergifnis as 'n Gestaltherapeutiese hanteringsmeganisme

Deur intervensie kan mishandelde persone bemagtig word om 'n sterk selfbeeld te ontwikkel wat aan hulle 'n gevoel van welstand gee en 'n positiewe self skep waarvolgens hulle onvoltooidhede kan verwerk (Chagigiorgis & Paivio 2008:128; Oaklander 2007:61). Harris (2007b) beskryf die terapeutiese proses in die benutting van vergifnis, as 'n hanteringsmeganisme, soos volg:

If we accept that forgiveness is the letting go of one's hurt, resentment, or anger toward the offender, we realize that the client has to deal first with these emotions – both how they were developed and how they are maintained ... Then, forgiveness work may be possible.

(Harris 2007b:128)

Hiervolgens kan vergifnis 'n sentrale fokuspunt in die bewustheid en terapeutiese verandering van onvoltooidhede wees (Chagigiorgis & Paivio 2008:128; Malcolm & Greenberg 2001:190). Enright en Coyle (in Maltby, Macaskill & Gillett 2007:556) konseptualiseer vergifnis as 'a positive process that allows the individual to grow and move on in their life, leaving behind worries and ruminations about the transgression they experienced'.

Vergifnis as voltooiing van onvoltooidhede

Integrasie as 'n doelwit in Gestaltherapie verwag dat mishandelde persone, as 'n holistiese entiteit, gehelp sal word om kennis, emosie, liggaam en sintuie te integreer om onvoltooidhede op hul voorgrond op te klaar (Oaklander 2007:51, 1988:128). Integrasie kan beskou word as die voltooiing van onvoltooidhede om homeostase te bereik (O'Connor & Braverman 2009:287; Blom 2006:25). Dit lei tot mishandelde persone se ontdekking dat hulle keuses vir hul emosionele uitdrukking kan maak, behoeftes kan bevredig en met nuwe gedrag kan eksperimenteer (Chagigiorgis & Paivio 2008:127; Corey 2005:208).

Om integrasie van hul totale wese te ervaar, kan mishandelde persone na ekwilibrium beweeg sodra hul wanbalans in die ervaring van woede, skuld en skaamte herstel is en vergifnis as 'n opsie, om hulself en ander te vergewe, oorweeg word.

(Clarkson & Mackewn 1994:48–49; Malcolm & Greenberg 2001:190). Volgens Malcolm en Greenberg (2001:189) voorsien die voltooiing van onvoldooidhede 'n gevoel van optimisme oor die toekoms. Harris (2007b:128) beskryf die positiewe impak van vergifnis soos volg: 'to improve one's health and satisfaction with life, raise optimism, and increase the ability to connect with others.'

Vergifnis as 'n wisselwerkende beginsel

Om te vergewe het 'n groot uitwerking op die terapeutiese ingesteldheid van mishandelde persone (Lawler-Row & Reed 2008:75). Die impak van verwonding en 'n gebroke verhouding in die verlede beïnvloed mishandelde persone se intrapersoonlike en interpersoonlike verhoudinge in die hede en die toekoms (Rafman 2008:223; Ysseldyk & Matheson 2008:143). Worthington (2006) en Enright (1996) stel dat beraders en terapeute wat vergifnis in hul berading en terapie inkorporeer, bewus moet wees van die komplekse interaksie van 'n vergifnisproses.

Die uitdaging van terapie is nie slegs daarop gefokus om persone behulpsaam te wees met vergifnis per se nie, maar om die emosionele pyn van 'n oortreding te hanteer en verantwoordelikheid vir die lewe te aanvaar deur die begeleiding na vergifnis (Macaskill 2004:31; Malcolm 2008:276; Patton 1985:186; Worthington *et al.* 2000:4). Vergifnis behels die ontdekking om 'n weg te vind om die menslikheid in ander en in die self te vind ten spyte van traumatiese gebeure (North 1998:34; Patton 1985:184). Hiervolgens kan die ervaring om te vergewe beskryf word as 'a letting go', 'a change of heart' en 'n nuwe begin (DeCourville *et al.* 2008:5; Macaskill 2004:31).

Herstel van verhoudingskonflik

'n Beweging tot vergifnis kan herstel bring in verhouding met die self en ander, asook die herontdekking van hoop vir die toekoms (Lawler-Row & Reed 2008:83; Rafman 2008:223; Worthington 2006:9). Vergifnis is 'n belangrike komponent in die herstel van verhoudingskonflik en beïnvloed persoonlike en sosiokulturele aspekte (Belicki *et al.* 2008:180; DeCourville *et al.* 2008:1). Volgens Rowe en Halling (1998:237) kan die behoefte om ander te vergewe beskryf word as 'a deeper sense of connection to oneself, to others and in some cases, to something beyond oneself'.

Vervreemding en versoening met die self

Hoewel die eksterne verdediging van woede en blaam interne grense en differensiasie skep, word dit destruktief wanneer dit ontwikkel in vergelding fantasieë en aksies teenoor die oortreder en die self. Vyandigheid benadeel interpersoonlike verhoudinge wanneer dit na buite gerig word, maar kan ook nadelig wees wanneer woede, skuld en skaamte na binne gerig word en depressie, isolasie, vervreemding en verdedigingsmeganismes na vore laat tree (Knauer 2002:77; Worthington 2006:258). In plaas daarvan om woede te projekteer en ander te blameer, voel mishandelde

persone dikwels skuldig en internaliseer hulle die blaam deur selfkritiek wat in terapie tot selfvergifnis begelei kan word. Enright (1996) definieer selfvergifnis as:

... a willingness to forego resentment and hatred toward oneself in the face of one's shortcomings and transgressions while fostering feelings of compassion, generosity and love toward oneself.

(Enright 1996:116)

Pynlike traumatiese en stresvolle gebeurtenisse in die lewe skep 'n behoefte aan selfvergifnis as gevolg van selfstraf-faktore soos 'n negatiewe ingesteldheid teenoor die self, selfblaaam, skuld en skaamte (Halling 1994a:112; Holeman 2008:260; Rowe & Halling 1998:237; Sells & Hargrave 1998:30). Hierdie ervaring kan so intens word dat 'it pervades one's existence and the embodied belief is that nothing will ever change, the future seems dark and foreboding' (Rowe & Halling 1998:239).

Vanuit 'n terapeutiese benadering is selfvergifnis moeiliker as interpersoonlike vergifnis, omdat dit die mees abstrakte vorm van vergifnis is (Enright 1996; Halling 1994a:112; Walrond-Skinner 1998:13; Worthington 2006). Dit behels 'n moment van vervreemding en versoening met die self en die wêreld wat verwant aan interpersoonlike vergifnis is (Rowe *et al.* 1989:243). Pingleton (1989:34) wys daarop dat 'the failure to forgive others is ultimately, the failure to forgive oneself'. Enright (1996:117–118) sluit ook daarby aan dat selfvergifnis 'n sleutel tot positiewe verandering tydens interpersoonlike vergifnis kan wees, omdat 'this acceptance is the crux of forgiveness and perhaps of healing'.

Verandering in selfwaarde

Die ervaring van selfvergifnis behels 'n verandering in identiteit, selfaanvaarding en die erkenning en integrasie van dele van die self wat ontken en verwerp word. Dit behels 'n transformerende ervaring wat mishandelde persone van hul kontak met die wêreld bewus maak deur die aanvaarding van hul eie broosheid, afhanklikheid, swakheid en onbekwaamheid (Pingleton 1989:32; Potter-Efron 2005:195; Rowe & Halling 1998:237). Halling (1994b:85) wys daarop dat 'self-forgiveness requires that one overcomes one's shame and forgives oneself for one's vulnerabilities and limitations'.

Die verlies wat mishandelde persone ervaar behels 'n verwonding van die self wat ervaar word as 'n miskenning van die self (Browning *et al.* 2004:57). Die bereidwilligheid om hul eie kritiese selfveroordeling, broosheid en swakhede te erken, kan meehelp om mishandelde persone na interpersoonlike vergifnis te beweeg. Daar kan by Steindl-Rast (in Halling 1994a:112) aangesluit word dat selfvergifnis tot die vergewing van ander meehelp, 'when we live from the heart, we forgive from the heart, from the centre where offender and offended are one, where healing has its roots'. Hierdie fokus op vergifnis kan in die ontwikkeling van selfrespek, morele liefde en 'n positiewe wêreldvisie uitloop. Enright (1996) formuleer die ervaring van selfvergifnis, wat positief met psigologiese en fisiese gesondheid geassosieer word, soos volg:

As a person cultivates and practices the issues implied in the forgiveness triad, the person is actually gaining moral strength, which should be a buffer against continued anxiety, psychological depression and hopelessness.

(Enright 1996:21)

Vergifnis behels dus 'n keuse en 'n interne proses wat emosionele en kognitiewe keuses betrek om negatiewe gevoelens teenoor ander en die self te ontlaai (Baker 2008:64). Die navorsing van Bauer *et al.* (1992:160) wys daarop dat die pad van vergifnis 'n oorgang vanaf 'n verlede waarin mishandelde persone vasgevang is, na 'n toekoms van hoop is.

Samevatting

Vergifnis is 'n teologiese term wat gebruik kan word om 'n psigologiese proses te verduidelik. Dit is 'n komplekse fenomeen wat sosiale, spirituele, kognitiewe en emosionele dimensies van menslike ervaring betrek en 'n uitdaging vir integrasie voorsien. Die vorming van 'n *pastorale Gestaltterapeutiese perspektief* dui op 'n multidissiplinêre benadering wat op die tussenvlak tussen pastoraat en Gestaltterapie plaasgevind het. Vanuit hierdie basisteorie en paradigmatische perspektief is 'n gekoördineerde samewerking tussen pastoraat en Gestaltterapie daargestel, sonder om die eiesoortige inhoud en karakter van die pastoraat of die Gestaltterapie verlore te laat gaan.

In die artikel is 'n *pastorale Gestaltterapeutiese perspektief* tot vergifnis vanuit die veld van mishandelde persone bespreek. Mishandelde persone moet hul eie gevoelens verstaan en erken voordat daar oorgegaan kan word na 'n konkrete proses om te vergewe. Die bewustheid van onvoldoendhede, soos woede, skuld en skaamte, belemmer Gestaltvorming en lei daartoe dat terapeutiese verandering, homeostase en organismiese selfregulering nie kan plaasvind nie. Die teenwoordigheid van onvoldoendhede manifesteer in mishandelde persone se ervaring van negatiewe emosies teenoor die self en die oortreder. Dit kan die behoefte na wraak en vergelding aktiveer om vir die vernedering en pyn wat ervaar is, op te maak. Deur die bewuswording van hul eie vergifnisproses kan mishandelde persone begelei word om verantwoordelikheid vir hul nuwe gedrag te aanvaar deur die integrasie van vergifnis as 'n belangrike komponent van 'n Christelike lewenswyse. As 'n bron van die herstelervaring, kan vergifnis mishandelde persone tot psigologiese en fisiese gesondheid, positiewe emosies, gesonde sosiale interaksie en hoë lewensvrede begelei. In hierdie verbintenis tot vergifnis kan mishandelde persone hul negatiewe gedagtes, gevoelens en intensies van vergelding en wraak teenoor die oortreder laat vaar.

Erkenning

Mededingende belange

Die outeur verklaar dat hy geen finansiële of persoonlike verbintenis het met enige party wat hom nadelig kon beïnvloed in die skryf van hierdie artikel.

Literatuurverwysings

- Aponte, H.J., 1998, 'Love, the spiritual wellspring of forgiveness: An example of spirituality in therapy', *Journal of Family Therapy* 20, 37–58, viewed 22 February 2010, from <http://dx.doi.org/10.1111/1467-6427.00067>
- Aureli, F. & De Waal, F.B.M. (eds.), 2000, *Natural conflict resolution*, University of California, Los Angeles, CA.
- Baker, M.E., 2008, 'Self-forgiveness: An empowering and therapeutic tool for working with women in recovery', in W. Malcolm, N. DeCourville & K. Belicki (eds.), *Woman's reflections on the complexities of forgiveness*, pp. 61–74, Routledge, New York, NY.
- Bauer, L., Duffy J., Fountain E., Halling S., Holzer M., Jones E., Leifer M. & Rowe J.O., 1992, 'Exploring self-forgiveness', *Journal of Religion and Health* 31(2), 149–160, viewed 07 January 2010, from <http://dx.doi.org/10.1007/BF00986793>
- Belicki, K., Rourke, J. & McCarthy, M., 2008, 'Potential dangers of empathy and related conundrums', in W. Malcolm, N. DeCourville & K. Belicki (eds.), *Woman's reflections on the complexities of forgiveness*, pp. 165–185, Routledge, New York, NY.
- Berecz, J.M., 2001, 'All the glitter is not gold: Bad forgiveness is counseling and preaching', *Pastoral Psychology* 49, 253–275, viewed 02 December 2009, from <http://dx.doi.org/10.1023/A:1004869004377>
- Blom, R., 2006, *The handbook of Gestalt Play Therapy: Practical guidelines for child therapists*, Jessica Kingsley, London.
- Brownell, P., 2010, *Gestalt therapy: A guide to contemporary practice*, Springer, New York, NY.
- Browning, R.L., Reed, R.A., Browning, D.S. & Fowler, J.W., 2004, 'Forgiveness, Reconciliation, and Moral Courage: Motives and Designs for Ministry in a Troubled World', in *Studies in Practical Theology*, pp. 48–74, Eerdmans, Cambridge.
- Chagigiorgis, H. & Paivio, S., 2008, 'Forgiveness as an outcome in Emotion-Focused Trauma therapy', in W. Malcolm, N. DeCourville & K. Belicki (eds.), *Woman's reflections on the complexities of forgiveness*, pp. 121–141, Routledge, New York, NY.
- Clarkson, P., 2002, *Gestalt counselling in action*, 3rd edn., Sage, London.
- Clarkson, P. & Mackewn, J., 1994, *Frits Perls*, Sage, London.
- Clemmens, M.C., 2007, 'Commentary II: Working with Forgiveness in Gestalt Therapy', *Gestalt Review* 11(2), 123–126.
- Colbert, D., 2003, *Deadly emotions*, Thomas Nelson, Nashville, TN.
- Corey, G., 2005, *Theory and practice of counseling and psychotherapy*, 7th edn., Thomson, Brooks/Cole, Belmont, CA.
- Crocker, S.F., 2007, 'Commentary I: Working with Forgiveness in Gestalt Therapy', *Gestalt Review* 11(2), 120–122.
- Davis, L., 2002, *I thought we'd never speak again: The road from estrangement to reconciliation*, HarperCollins, New York, NY.
- Day, D., 2004, *Forgive, release and be free*, Sovereign World, Kent.
- DeCourville, N., Belicki, K. & Green, M.M., 2008, 'Subjective experiences of forgiveness in a community sample: Implications for understanding forgiveness', in W. Malcolm, N. DeCourville & K. Belicki (eds.), *Woman's reflections on the complexities of forgiveness*, pp. 1–20, Routledge, New York, NY.
- DeShea, L., 2008, 'Measuring Forgiveness', in W. Malcolm, N. DeCourville & K. Belicki (eds.), *Woman's reflections on the complexities of forgiveness*, pp. 21–39, Routledge, New York, NY.
- Dreyer, Y., 2005, 'Vergewe en vergeet: 'n Pastorale perspektief', *Verbum et Ecclesia* 26(1), 16–34.
- Emmons, R.A., 2006, 'Spituality: Recent progress', in M. Csikszentmihalyi & I.S. Csikszentmihalyi (eds.), *A life worth living: Contributions to positive psychology*, pp. 62–81, Oxford University, New York, NY.
- Enright, R.D., 1996, 'Counselling within the forgiveness triad: On forgiving, receiving forgiveness and self-forgiveness', *Counselling and Values* 40(2), 107–127.
- Enright, R.D., 2003, *Forgiveness is a choice: A step-by-step process for resolving anger and restoring hope*, United Book, Baltimore, MD.
- Enright, R.D., Gassin, E.A. & Gassin, C.W., 1992, 'Forgiveness: A Developmental View', *Journal of Moral Education* 21(2), 104–106, viewed 23 January 2010, from <http://dx.doi.org/10.1080/03057249202102020>
- Enright, R.D. & North, J., 1998, *Exploring Forgiveness*, University of Wisconsin, Madison, WI.
- Enright, R.D. & Fitzgibbons, R.P., 2000, *Helping clients forgive: An empirical guide for resolving anger and restoring hope*, Psychological Association, Washington, DC, viewed 23 January 2010, from <http://dx.doi.org/10.1037/10381-000>
- Enright, R.D. & Rique, J., 2004, *The Enright forgiveness inventory: Manual, test booklet and scoring key*, International Forgiveness Institute, Madison, WI.
- Erskine, R.G., 1995, 'A Gestalt Therapy approach to shame and self-righteousness: Theory and methods', *British Gestalt Journal* 5(2), 108–117.
- Exline, J.J., & Baumeister, R.F., 2001, 'Expressing forgiveness and repentance', in M.E. McCullough, K.I. Pargament & C.E. Thoresen (eds.), *Forgiveness: Theory, research and practice*, pp. 133–155, Guilford, New York, NY.
- Exline, J.J. & Zell, A.L., 2008, 'Does a humble attitude promote forgiveness? Challenges, caveat sand sex differences', in W. Malcolm, N. DeCourville & K. Belicki (eds.), *Woman's reflections on the complexities of forgiveness*, pp. 235–251, Routledge, New York, NY.
- Fitzgibbons, R.P., 1986, 'The cognitive and emotional uses of forgiveness in the treatment of anger', *Psychotherapy* 23, 629–633, viewed 26 January 2010, from <http://dx.doi.org/10.1037/h0085667>
- Fortune, M.M. & Marshall, J.L. (eds.), 2004, *Forgiveness and abuse: Jewish and Christian reflections*, Routledge, London.



- Freeman, S., 2000, 'Creating an expanded view: How therapists can help their clients forgive', *Journal of Family Psychotherapy* 11(1), 87–92.
- Freedman, S., 2008, 'Forgiveness education with at-risk adolescents: A case study analysis', in W. Malcolm, N. DeCourville & K. Belicki (eds.), *Woman's reflections on the complexities of forgiveness*, pp. 93–119, Routledge, New York, NY.
- Halling, S., 1994a, 'Embracing human fallibility: On forgiving oneself and forgiving others', *Journal of Religion and Health* 33(2), 107–112, viewed 20 February 2010 from <http://dx.doi.org/10.1007/BF02354530>
- Halling, S., 1994b, 'Shame and forgiveness', *Humanistic Psychology* 22(1), 74–88, viewed 20 February 2010, from <http://dx.doi.org/10.1080/08873267.1994.9976938>
- Harris, E.S., 2000, 'God, Buber, and the Practice of Gestalt Therapy', *Gestalt Journal* 23(1), viewed 20 June 2009, from http://harrisgestalttraining.com/edharris_article.pdf.
- Harris, E.S., 2007a, 'Working with Forgiveness in Gestalt Therapy', *Gestalt Review* 11(2), 108–119.
- Harris, E.S., 2007b, 'Response to Commentaries: Working with Forgiveness in Gestalt Therapy', *Gestalt Review* 11(2), 127–129.
- Helm, H.W., Cook, J.R. & Berecz, J.M., 2005, 'The implications of conjunctive and disjunctive forgiveness for sexual abuse', *Pastoral Psychology* 54(1), 23–34, viewed 19 December 2009, from <http://dx.doi.org/10.1007/s11089-005-6180-z>
- Holeman, T.V., 2008, 'Repentance in intimate relationships', in W. Malcolm, N. DeCourville & K. Belicki (eds.), *Woman's reflections on the complexities of forgiveness*, pp. 253–274, Routledge, New York, NY.
- Jones, C.T. & Ledwith, D.R., 2005, *Finding freedom in forgiveness*, Harvest House, Eugene, OR.
- Kendall, R.T., 2002, *Total forgiveness*, Charisma House, Florida, CA.
- Knauer, S.L., 2002, *Recovering from Sexual Abuse, Addictions and Compulsive Behaviors: "Numb" Survivors*, Routledge, London.
- Kotzé, H.N., 2006, 'An exploratory study of the psychology of forgiveness: An interpersonal perspective', unpublished M dissertation, Department of Practical Theology, University of South Africa.
- Kotze, H.P., 2008, 'Die belangrikheid van die stappe van rou en vergifnis in die herstelproses van die emosioneel verwonde persoon – 'n Pastorale studie', ongepubliseerde D-proefskrif, Departement Praktiese Teologie, Noordwes-Universiteit.
- Lamb, S. & Murphy, J.G., 2002, *Before forgiving: Cautionary views of forgiveness in psychotherapy*, Oxford University, New York, NY.
- Latner, J., 1987, *The Gestalt Therapy Book*, 3rd edn., The Gestalt Journal, Highland, NY.
- Lawler-Row, K.A. & Reed, K.A., 2008, 'Forgiveness and health in women', in W. Malcolm, N. DeCourville & K. Belicki (eds.), *Woman's reflections on the complexities of forgiveness*, pp. 75–91, Routledge, New York, NY.
- Louw, D.J., 1996, 'Guilt and change – the healing power of forgiveness', *Scriptura* 59, 383–395.
- Louw, D.J., 1999, *Pastoraat as vertolking en ontmoeting: Teologiese ontwerp vir 'n basisteorie, antropologie, metode en terapie*, Lux Verbi, Wellington.
- Louw, D.J., 2006, *Hoekom? Hoekom nie?*, Lux Verbi, Paarl.
- Macaskill, A., 2004, 'The treatment of forgiveness in counselling and therapy', *Counselling Psychology Review* 20, 26–33.
- Macaskill, A., 2008, 'Just-world beliefs and forgiveness in men and women', in W. Malcolm, N. DeCourville & K. Belicki (eds.), *Woman's reflections on the complexities of forgiveness*, pp. 39–59, Routledge, New York, NY.
- Malcolm, W., 2008, 'The timeliness of forgiveness interventions', in W. Malcolm, N. DeCourville & K. Belicki (eds.), *Woman's reflections on the complexities of forgiveness*, pp. 275–292, Routledge, New York, NY.
- Malcolm, W. & Greenberg, L.S., 2001, 'Forgiveness as a process of change in individual psychotherapy', in M.E. McCullough, K.I. Pargament & C.E. Thoresen (eds.), *Forgiveness: Theory, research and practice*, pp. 179–202, Guilford, New York, NY.
- Malcolm, W., DeCourville, N. & Belicki, K. (eds.), 2008, *Woman's reflections on the complexities of forgiveness*, Routledge, New York, NY.
- Maltby, J., Macaskill, A. & Gillett, R., 2007, 'The cognitive nature of forgiveness: Using cognitive strategies of primary appraisal and coping to describe the process of forgiving', *Journal of Clinical Psychology* 63(6), 555–566, viewed 03 February 2010, from <http://dx.doi.org/10.1002/jclp.20367>, PMID:17457850
- Mamalakis, P.M., 2001, 'Painting a bigger picture: Forgiveness therapy with pre-marital infidelity: A case study', *Journal of Family Psychotherapy* 12(1), 39–54, viewed 19 December 2009, from http://dx.doi.org/10.1300/J085v12n01_04
- Marty, M.M., 1998, 'The ethos of Christian forgiveness', in E. Worthington (ed.), *Dimensions of forgiveness: Psychological research & theological perspectives*, pp. 9–28, Templeton Foundation, Pennsylvania, PA.
- McCullough, M.E. & Worthington, E.L.J., 1999, 'Religion and the forgiving personality', *Journal of Personality* 67, 1141–1164, viewed 11 January 2010, from <http://dx.doi.org/10.1111/1467-6494.00085>, PMID:10637990
- McCullough, M.E., Pargament, K.I. & Thoresen, C.E. (eds.), 2001, *Forgiveness: Theory, research and practice*, Guilford, New York, NY.
- McCullough, M., 2008, *Beyond revenge: The evolution of the forgiveness instinct*, Wiley, New York, NY.
- McCullough, M.E., Root, L.M., Tabak, B. & Witvliet, C., 2009, 'Forgiveness', in S.J. Lopez (ed.), *Handbook of positive psychology*, 2nd edn., pp. 427–435, Oxford, New York, NY.
- McMinn, M.R., 1996, *Psychology, theology and spirituality in Christian counseling*, Tynedale House, Carol Stream, IL.
- Minirth, F.B. & Meier, P.D., 2007, *Happiness is a choice*, Baker, Grand Rapids, MI.
- North, J., 1998, 'The "ideal" of forgiveness: A philosopher's exploration', in R.D. Enright & J. North (eds.), *Exploring forgiveness*, pp. 15–34, University of Wisconsin, Madison, WI.
- Oaklander, V., 2007, *Hidden treasure: A map to the child's inner self*, Karnac, London.
- O'Connor, K.J. & Braverman, L.D. (eds.), 2009, *Play therapy and practice: Comparing theories and techniques*, Wiley & Sons, Hoboken, NJ.
- Pargament, K.I., 1997, *The psychology of religion and coping: Theory, research, practice*, Guilford, New York, NY.
- Patton, J., 1985, *Is human forgiveness possible?*, Abingdon, Nashville, TN.
- Pattison, S., 2000, *Shame: Theory, therapy, theology*, Cambridge University, Cambridge.
- Pingleton, J.P., 1989, 'The role and function of forgiveness in the psychotherapeutic process', *Journal of Psychology and Theology* 17(1), 27–35.
- Plante, T.G. & Sherman, A.C., 2001, *Faith and health: Psychological perspectives*, Guilford, New York, NY.
- Potter-Efron, R.T., 2005, *Handbook Of anger management: Individual, couple, family, and group approaches*, Haworth, New York, NY.
- Pritchard, R., 2005, *The healing power of forgiveness*, Harvest House, Eugene, OR.
- Rafman, S., 2008, 'Restoration of a moral universe: Children's perspectives on forgiveness and justice', in W. Malcolm, N. DeCourville & K. Belicki (eds.), *Woman's reflections on the complexities of forgiveness*, pp. 215–234, Routledge, New York, NY.
- Ransley, C. & Spy, T. (eds.), 2004, *Forgiveness and the healing process: A central therapeutic concern*, Brunner-Routledge, New York, NY.
- Richards, M. (ed.) 2009, *Caresharing: A reciprocal approach to caregiving and care receiving in the complexities of aging, illness or disability*, Skylight Paths, Woodstock.
- Rowe, J.O., Halling, S., Davies, E., Leifer, M., Powers, D. & Von Bronkhorst, J., 1989, 'The psychology of forgiving another: A dialogal research approach', in R.S. Valle & S. Halling (eds.), *Existential-phenomenological perspectives in psychology*, pp. 233–244, Plenum, New York.
- Rowe, J.O. & Halling, S., 1998, 'Psychology of forgiveness: Implications for psychotherapy', in R. Valle (ed.), *Phenomenological inquiry in psychology: Existential and transpersonal dimensions*, pp. 227–246, Plenum, New York, NY.
- Seamands, D.A., 2004, *Genesing van emosionele pyn – nuwe hoop vir mense wat see gekry het*, CUM, Vereeniging.
- Seamands, S., 2003, *Wounds that heal – bringing our hearts to the cross*, Inter Varsity, Seamands, IL.
- Sells, J.N. & Hargrave, T.D., 1998, 'Forgiveness: A review of the theoretical and empirical literature', *Journal of Family Therapy* 20, 21–36, viewed 07 December 2009, from <http://dx.doi.org/10.1111/1467-6427.00066>
- Silfver-Kuhlampi, M., 2008, *The sources of moral motivation – studies on empathy, guilt, shame and values*, University of Helsinki, Department of Social Psychology, Helsinki.
- Smedes, L.B., 1984, *Forgive and forget*, Harper and Row, New York, NY.
- Stoop, D. & Masteller, J., 1996, *Forgiving our parents forgiving ourselves*, Servant Publications, Ann Arbor, MI.
- Sukhodolsky, D.G., Golub, A. & Cromwell, E.N., 2001, 'Development and validation of the anger rumination scale', *Personality and Individual Differences* 31, 689–700, viewed 12 October 2009, from [http://dx.doi.org/10.1016/S0191-8869\(00\)00171-9](http://dx.doi.org/10.1016/S0191-8869(00)00171-9)
- Tangney, J.P. & Dearing, R.L., 2004, *Shame and Guilt*, Guilford, New York, NY.
- Tangney, J.P., Stuewig, J. & Mashek, D.F., 2007, 'Moral emotions and Moral behavior', *Annual Review of Psychology* 58, 345–372, viewed 24 February 2010, from <http://dx.doi.org/10.1146/annurev.psych.56.091103.070145>, PMID:16953797, PMID:3083636
- Tutu, D., 1998, *Without forgiveness there is no future*, Rider, London.
- Wade, N.G., Johnson, C.V. & Meyer, J.E., 2008, 'Understanding concerns about interventions to promote forgiveness: A review of the literature', *Psychotherapy: Theory, research, practice, training* 45(1), 88–102, viewed 23 March 2010, from <http://dx.doi.org/10.1037/0033-3204.45.1.88>
- Walrond-Skinner, S., 1998, 'The function and role of forgiveness in working with couples and families: Clearing the ground', *Journal of Family Therapy* 20, 3–19, viewed 13 November 2009, from <http://dx.doi.org/10.1111/1467-6427.00065>
- Wicks, R.J. & Parsons, R.D. (eds.), 1993, *Clinical handbook of pastoral counseling*, Paulist, New York, NY.
- Witvliet, C.V.O., 2005, 'The psychophysiology of unforgiveness, forgiveness, and justice', in E.L. Worthington (eds.), *Handbook of forgiveness*, pp. 305–319, Brunner-Routledge, New York, NY.
- Worthington, E.L., 1998, 'An empathy-humility-commitment model of forgiveness applied within family dyads', *Journal of Family Therapy* 20, 59–76, viewed 05 September 2009, from <http://dx.doi.org/10.1111/1467-6427.00068>
- Worthington, E.L., 2003, *Forgiving and reconciling*, Inter Varsity, Downers Grove, IL.
- Worthington, E.L. (eds.), 2005, *Handbook of forgiveness*, Brunner-Routledge, New York, NY.
- Worthington, E.L., 2006, *Forgiveness and reconciliation: Theory and application*, Brunner-Routledge, New York, NY.
- Worthington, E.L., Kurusu, T.A., Collins, W., Berry, J.W., Ripley, J.S. & Baier, S.N., 2000, 'Forgiving usually takes time: A lesson learned by studying interventions to promote forgiveness', *Journal of Psychology and Theology* 28(1), 3–20.
- Worthington, E.L., Sharp, C.B., Lerner, A.J. & Sharp, J.R., 2006, 'Interpersonal forgiveness as an example of loving one's enemies', *Journal of Psychology and Theology* 34(1), 32–42.
- Yontef, G.M. & Simken, J., 1989, 'Gestalt therapy: An introduction', *Behavior Online*, viewed 14 February 2009, from <http://www.behaviour.net/gestalt.html>.
- Ysseldy, R. & Matheson, K., 2008, 'Forgiveness and coping', in W. Malcolm, N. DeCourville & K. Belicki (eds.), *Woman's reflections on the complexities of forgiveness*, pp. 143–163, Routledge, New York, NY.