

OGGEND-BYBELSTUDIE
DIE DOOD
NOTA'S OOR:
STERWENSBEGELEIDING
BYLAAG TOT STUDIE: "DIE DOOD"

Liewe broer en suster,

Baie dankie vir ons saam dink en luister en studeer oor die saak van die dood. Dankie vir jou begrip en insig en diep deernis vir hierdie werklikheid in die tyd

Ek skryf enkele nota's neer m.b.t. die belangrike saak van:

STERWENSBEGELEIDING ÉN DIE EMOSIONELE BELEWING IN ROUSMART.

Wat is sterwensbegeleiding?

Prof. Frederika de Villiers omskryf dit as:

"Die aanknoping van 'n vertrouens-verhouding waarby tot 'n ontmoeting met die sterwende mens gekom word om hom/haar met waardigheid en 'n empatiese geduldige meegaan te begelei, met hom/haar eerlike gesprekke te voer met die doel om die afloop van die siekte en van die gevoelens van onsekerheid, angs, opstandigheid, eensaamheid en verdriet wat daarmee gepaard gaan draaglik te maak, om hom/haar te ondersteun en te onderrig met die oog op sy/haar lewe sodat hy/sy hulle eie dood met waardigheid kan sterwe, en die vind van geborgenheid en verlossing in Jesus Christus."

DIE STERWENDE

Belewingsfase van die sterwende dierbare:

1. Bewuswording
2. Ontkenning
3. Aggressie

4. Onderhandeling

5. Depressie

6. Aanvaarding

Onthou: Elke mens sterf op sy/haar eie wyse.

DIE WAT AGTERBLY

Wat is rouSMART?

Dit is die spesifieke intens emosionele toestand, gedrag en reaksie as gevolg van die dood van 'n geliefde, waarin die treurende as besondere individu in sy/haar totale menswees deur verskillende fases van smartontwrigting heenworstel na die aanvaarding en aanpassing na die verlies.

Tipiese gevoelsreaksies in rouSMART:

Die skokreaksie

Die verligtingsreaksie

Die weenreaksie

Die somatiese reaksie

Die verlangreaksie

Die depressiereaksie

Die aggressiereaksie

Die skuldgevoelreaksie

Die angsreaksie

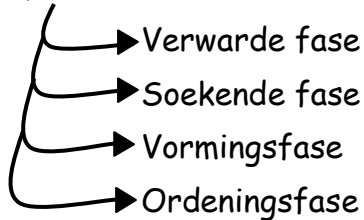
Wat is bitter belangrik om te onthou?

- Dat die deurwerking van die leed (hartseer) in rouSMART prosesmatig geskied.
ÉN
- Hierdie proses verskil van persoon tot persoon.

Oor die algemeen word hierdie proses gekenmerk deur vordering en agteruitgang. Wisseling van emosies is 'n tipiese verskynsel by rouSMART. **DAAROM KAN DIE FASES NIE IN GESLOTE KOMPARTEMENTE VERDEEL WORD NIE.** Die een fase vloei voort in die ander én die ander fase vloei terug in die vorige.

Tipiese gevoelsproses in rouSMART:

Vier fases word onderskei



Hoe lank duur die rouproses?

Soos elke mens op sy/haar eie manier sterf só treur elke mens op sy/haar eie manier en tyd.

Kom ons gee mekaar meer as genoeg tyd om ons rouSMART te deurleef en getroos weer op die marklein van die lewe aan te meld.