

## HOOFSTUK 5

### BESPREKING EN INTERPRETASIE VAN DIE RESULTATE

---

#### 5.1 AGTERGROND

Met die gekose teoretiese perspektiewe en vrae wat die navorsing gerig het, en met die oog op die uiteindelijke doel van die studie, word die bespreking en interpretasie van die resultate vanuit die beleweniswêreld van die vroeë-adolessente dogter gedoen met die volgende temas (Die identifisering van die temas is reeds in **HOOFSTUK 4** verduidelik:

- Massa as self
- Die self op die planke
- Die stryd met die self
- Verlore kinderjare

Die klem val nie op die bewys of weerlê van vorige navorsers se werk nie, maar met inagneming van die agtergrond van die gekose perspektiewe wat as vertrekpunt vir die studie dien, val die klem eerder op die verstaan/begryp van die rol van massa-toename in die belewenis en handhawing van die self tydens 'n belangrike oorgangsfase in die lewe van die vroeë-adolessente dogter. Bespreking en interpretasie van resultate word egter steeds teen die agtergrond van die gekose perspektiewe gedoen, terwyl addisionele teorieë gebruik word ten einde die dogter se belewenisse te verstaan. In **HOOFSTUK 6** word daar aangetoon hoe hierdie temas voldoen aan die doel wat vir die studie gestel is, terwyl die bydrae tot bestaande teorieë ook daar bespreek word.

Bepreking en interpretasie word ondersteun vanuit die rykste verbatim data, en waar nodig word daar ook verwys na spesifieke figure in die bylae. Waar daar word in hierdie hoofstuk na “die vroeë-adolessente dogter” verwys word, het dit slegs betrekking op die deelnemers in die steekproef, en daar kan nie veralgemeen word na 'n breër populasie nie. Tensy spesifiek anders vermeld, dui “die vroeë-adolessente dogter” op dié dogter, ongeag haar massa. Waar dit vanuit die resultate gedui het dat die dogter se spesifieke massa wel 'n rol gespeel het, word dit pertinent so aangedui.

#### 5.2. MASSA AS SELF

Die simboliese interaksionisme sien die self as objek waarmee die individu in interaksie kan gaan en wat dus, soos alle ander sosiale objekte, binne 'n bepaalde situasie betekenis kan kry en as 'n simbool beleef kan word (Stone, 1962:88-89; Charon, 1998:67). Mead (1934:136) wys daarop dat die self nie aan die liggaam (fisieke self)

gelyk gestel moet word nie, en maak die verskil soos volg duidelik: “We can distinguish very definitely between the self and the body. The body can be there and can operate in a very intelligent fashion without there being a self involved in the experience. The self has the characteristic that it is an object to itself and that characteristic distinguishes it from other objects and from the body.” Wanneer die liggaam egter uitstaan en vir die individu 'n objek raak wat vir haar betekenis kry en wat sy gedurig bewustelik ervaar, word die liggaam deel van die self. Net so, wanneer een deel van die liggaam om watter rede ook al uitstaan en bewustelik beleef word, staan die liggaam en ook die self uit en word as sodanig beleef. “There are, of course, experiences which are somewhat vague and difficult of location, but the bodily experiences are for us organized about a self. The foot and hand belong to the self” (Mead, 1934:136). James (1890:292) verwys dan ook na die liggaam as die fisieke self. Met betrekking tot die vroeë-adolesente dogter sou so 'n siening beteken dat, wanneer haar liggaam weens vele veranderinge nou uitstaan en bewustelik as objek beleef word, dit deel word van haar self (Mead, 1934:136). Massa of massa-toename gedurende vroeë-adolesensie kan dus nie van die liggaam as fisieke self geskei word nie, en daarom ook nie van haar belewenis van die self nie.

Vanuit die resultate van hierdie studie was dit duidelik dat vroeë-adolesensie 'n oorgangsfase in die dogter se lewe is wat definitiewe gevolge inhou vir hoe sy haar fisieke self en uiteindelik ook haar totale self beleef. Verandering en massa-toename speel 'n belangrike rol in hierdie belewenis. Vanuit die siening van die simboliese interaksionisme moet dit egter duidelik gestel word dat dit nie bloot gaan om die oorgangspunt en gepaardgaande veranderinge, soos vanuit 'n lewensverloop-perspektief onderstreep deur Glen en Elder (1994) en Moen *et al.*, (1995) nie, maar wel om die vroeë-adolesente dogter se belewenis daarvan. Charon (1998:47) wys daarop dat mense nie op tekens reageer nie, maar dat die mens in wese 'n sterk simboliese bewustheid het, en op woorde of objekte as simbole reageer soos wat dit in interaksie met ander in 'n situasie betekenis kry. Vanuit so 'n siening reageer die vroeë-adolesente dogter nie bloot op die veranderinge gedurende hierdie oorgangstydperk nie. Dit is ook nie die liggaamlike veranderinge *per se* wat haar belewenis van haar self beïnvloed of 'n effek daarop het nie, maar wel haar belewenis van die veranderinge – in hierdie geval dan spesifiek massa en die verandering in massa (Hareven & Adams, 1982:1; Devine *et al.*, 2000; Shanahan, 2000). Daar moet in gedagte gehou word dat die dogter in hierdie studie in die vroeë-adolesente fase van ontwikkeling is – 'n fase waar die belewenis van die fisieke self nog 'n belangrike rol speel in die belewenis van die self en uiteindelik die self-konsep van die dogter (Montmeyer & Eisen, 1977:316-318; Bee & Boyd, 2002:314).

Dit was duidelik dat daar vir die vroeë-adolesente dogter 'n wisselwerking is tussen massa, groter word en vet (sien **Bylaag O: Figure 1 en 2**). Verandering in die liggaam word dikwels, veral by die normale-massa dogter, as verandering in massa beleef, en enige toename in massa dan dat sy letterlik fisiek groter word – 'n verandering wat dikwels as “vet “ervaar word (Kaiser, 1990:124; Mwamwenda,1996:76). Dit was ook duidelik dat die vroeë-adolesente dogter hierdie veranderinge as oorweldigend beleef en dat sy beleef dat alles skielik, tegelyk begin verander en groter, langer, swaarder of breër word (sien **Bylaag O: Figuur 3**).

***Ek sou langer klein wou bly en eers later ontwikkel... (D3)***

***My borste word groter, ek word lank, kry oral grootmens-goeters soos hare en ek menstrueer... (D3)***

***My bo-lyf word nou groot, ek kry hare onder my arms en aknee op my gesig... (D7)***

***Ek word breër oor my borste, my klere word vinnig klein en ek word vinnig langer en my ouers het nie soveel geld om kort-kort ander klere te kan koop nie... (D14)***

***Ek weet nie hoekom ek dink ek is vet nie, maar ek dra groter klere as my maats... (D6)***

Dit was verder duidelik dat dit vir die vroeë-adolescente dogter nie net gaan om die verandering in primêre en sekondêre geslagskenmerke nie, maar om verandering en 'n gepaardgaande ontevredenheid wat sy skielik ten opsigte van al die dele van die fisieke self beleef. Die ontevredenheid beleef sy ongeag of die verandering 'n werklikheid is al dan nie, en of sy in werklikheid oormassa was, al dan nie. Sy beskryf dan ook haar liggaamsdele in terme soos “drillerig” en “flabberig” wat gewoonlik aan vet gekoppel word.

***My bobene flabber en ek hou niks daarvan nie... (D1)***

***Ek hou nie van my vingers nie, dit is te dik, maar my maag is lekker plat... (D2)***

***Ek voel nie gemaklik met my bo-lyf en arms nie en sal graag my maag en bobene mooier wou maak, mooier is vir my maerder... (D10)***

***Ek hou die minste van my onderlyf en veral my bene, ek wil maerder arms hê... (D11)***

***Ek het sulke vierkantige voete, eintlik vierkantige tone, my voete is te breed en vet... (D12)***

***Ek hou nogal van my arms, soms is dit ook vir my 'n bietjie vet... (D12)***

***Ek sou 'n twee-keer groter nommer broek kies en 'n hemp wat my arms toemaak... (D4)***

***My bene lyk te groot as ek afkyk... (D14)***

***My maag is vet en rond maar my pa het ook so gelyk... (D16)***

Die vroeë-adolescente dogter is dus nou in staat om die liggaam as geheel, maar ook as afsonderlike dele raak te sien (sien **Bylaag O: Figure 4 tot 9**), en as objek uit te lig, daaroor te dink, dit te evalueer, met ander se liggame te vergelyk, ander se opinie daaromtrent in ag te neem en tevrede of ontevrede daaroor te voel. Ongelukkig is die vroeë-adolescente dogter nou in 'n ontwikkelingsfase waar haar gedagtes toenemend idealisties raak (Halonon & Santrock, 1996:338; Owens, 2002:550; Sandstrom *et al.*, 2006:29), wat dikwels meebring dat sy haarself en ander aan idealistiese standaarde meet – in die geval van haar liggaam, aan die skraal en dikwels onrealistiese vroulike liggaam wat die media as ideaal voorhou.

***Ek voel skaam en ongelukkig, ek wil nie my liggaamsdele vir ander wys nie... (D1)***

***Ek sou nie omgee om soos sy aan te trek nie want sy is perfek, maar ek is nie so perfek soos sy nie... (D2)***

***Dit is vir my belangrik dat elke dogter mooi bene moet hê, daarom trek ek graag langbroeke aan want ek wil altyd my bene wegsteek want ek is skaam vir my bene... (D11)***

***Ek hou die minste van my onderlyf, my bene veral... (D11)***

***My middel en maag is mooi plat daarom kan my klere maar styf sit, maar oor my bobene moet dit bietjie losser sit om dit nie so te beklemtoon nie... (D14),***

***My bene voel altyd so vet... (D12)***

***Ek dra 'n langbroek dan lyk my bobene nie so groot nie en vreemde mans kan nie so kyk en vat nie ... (D14)***

Uit bostaande is dit duidelik dat die vroeë-adolesente dogter nou haar liggaam en dele daarvan as 'n objek uitlig wat sy voortdurend evalueer en meestal as te groot of vet ervaar (sien **Bylaag O: Figure 4 tot 9**). Daarom is sy nie nou met haar liggaam tevrede nie. Secord en Jourard (1953) verwys daarna as liggaamskatekse/-besetting wat gedefinieer kan word as “die proses waardeur die libido of psigiese energie gefikseer word op, of belê word in, 'n objek soos 'n persoon, 'n sosiale groep, 'n voorwerp of die eie ego” (Plug, Meyer, Louw & Gouws, 1987:41). Met betrekking tot die vroeë-adolesent sou liggaamsbesetting dan dui op 'n totale ingesteldheid op die liggaam wat, volgens Kaiser (1990:108), verwant kan wees aan liggaamsbeeld, maar ook 'n definitiewe graad van tevredeheid of ontevredeheid impliseer. Kaiser (1990:108) en Sandstrom *et al.* (2006:29) wys dan ook op die geneigdheid by mense tot sogenaamde perseptuele groeperings van liggaamsdele waaroor daar dan tevredeheid of ontevredeheid is. Davis (1985), Damhorst, Littrell en Littrell (1987) en Chattaraman en Rudd (2006) het gevind dat hoërskool-adolesente geneig is tot perseptuele groepering van liggaamsdele en dat daar by dogters, soos in hierdie geval, groter ontevredeheid met die middel-, heup- en bobeenareas is.

Veral die normale-massa vroeë-adolesente dogter ervaar nou nie net haar liggaam as objek vir wat dit is of kan doen nie, maar baie spesifiek as objek waarna gekyk kan word en wat visueel en waarskynlik nou ook as seksuele objek waardeur kan word – nie net deur haarself nie maar ook deur ander wat die sosiale omgewing met haar deel. Die vroulike liggaam word ook in die massamedia voorgehou as 'n begeerlike objek (Croesz, Levine & Murnen, 2002). Uit die resultate van hierdie studie lyk dit dan ook asof dit veral die normale-massa vroeë-adolesente dogter is wat haar liggaam tot 'n groter mate as objek beleef wat deur ander beoordeel kan word op grond van hoe dit lyk – 'n ervaring wat haar voortdurend meer bewus maak van haar liggaam waaroor sy nou ook dikwels skaam voel (sien **Bylaag O: Figuur 10**).

***Ander moet nie sê ek is te maer of te vet nie, net reg... (D3)***

***My arms en my bo-arms voel vir my so vet, ek weet nie hoekom nie maar iemand het eenkeer vir my gesê dat ek sulke vet bo-arms het... (D12)***

***Om die waarheid te sê hou ek niks van my voete nie ek is baie selfbewus daaroor, veral Annelize sê altyd vir my ek het sulke lelike voete en alles. Dit is nie net omdat dit groot is nie maar ek hou nie van hoe hulle lyk nie. Ek het sulke vierkantige voete, eintlik vierkantige tone; my voete is te breed en vet... (D12)***

***As my ma vir my sê ek lyk vet dan hou ek glad nie daarvan nie... (D13)***

***Toe ek nuut by die skool gekom het, het die kinders my gespot en gesê ek is vet... (D14)***

Dit is duidelik dat gevolge in die vorm van ontevredenheid met en skaamte oor die liggaam nou self-objektifisering vir die vroeë-adolesente dogter tot gevolg kan hê (Noll & Fredrickson, 1998; Slater & Tiggemann, 2002; Fea & Brannon, 2006; Grabe, Hyde & Lindberg, 2007). Objektiveringsteorie (objectification theory) (Fredrickson & Roberts, 1997) gaan van die standpunt uit dat die mens oor die vermoë beskik om die self as 'n objek te sien. Binne die Westerse kultuur lei dit veral tot self-objektifisering onder dogters en vroue. Die waarde van die self as objek word dan op die voorkoms gebaseer en nie op dit waarvoor die liggaam staan of dit wat die liggaam kan doen nie (Fredrickson & Roberts, 1997; Noll & Fredrickson, 1998). Self-objektifisering kan dus gedefinieer word as die waardering van die eie liggaam vanuit 'n derde-persoonsperspektief waar daar dan veral gefokus word op sigbare liggaamskenmerke (hoe ek lyk in plaas van wat ek kan doen of hoe ek voel). In 'n Westerse kultuur waar die vroulike liggaam veral deur die massamedia (modelle) dikwels uitgebeeld word as 'n objek wat voortdurend geëvalueer en waardeer kan word (sien **Bylaag O: Figuur 11**), lei self-objektifisering by vroue en dogters dan na die gewoontevormende en voortdurende monitering van die liggaam. McKinley en Hyde (1996), Tiggemann en Lynch (2001) en Aubrey (2006) verwys daarna as "body surveillance". Dit is 'n staat van as't ware die bewaking van die liggaam en kan veral by vroue en dogters tot gevoelens van skaamte oor die liggaam en selfs depressie lei (Quinn, Kallen & Cathey, 2006; Grabe *et al*, 2007). McKinley en Hyde (1996), Fredrickson en Roberts (1997) en Lindberg, Hyde en McKinley (2006) wys verder daarop dat 'n intense en voortdurende monitering van die liggaam as gevolg van self-objektifisering tot 'n staat van self-bewustheid kan lei wat gekenmerk word deur 'n passiewe bekommernis en oorpeinsing, wat weer kan lei tot depressie. Dit is veral dogters wat moontlik nog die Westerse massamedia-beskouing van die vroulike liggaam as objek wat waardeer kan word, aanhang, in stede van 'n meer feministiese siening van die fisieke self, wat hierdeur geraak word (Myers & Crowther, 2007).

***Ek is skaam en ongemaklik met my liggaam wat groot word... (D1)***

***Ek koop nie kalerige toppies nie; dit laat my baie ongemaklik voel. Ek kan nie die dun-bandjie-toppies dra nie – dit is hoekom ek die baadjie oor my pajamas aangetrek het. Ek voel skaam en ongemaklik, ek wil nie my liggaamsdele vir ander wys nie. Ek is tot skaam met my swemklere; by partytjies sal ek my swemklere aantrek met klere bo-oor... (D1)***

***Vandat ek grootword moet ek die heelyd omgee hoe ek lyk want ander kyk vir my... (D7)***

***Ek voel onrustig oor wat ander mense van my sal sê in 'n stywe broek... (D4)***

***'n Mens is bekommerd oor wat ander van jou sal sê as jy so lyk... (D12).***

Dit blyk dat die vroeë-adolesente dogter nie net fisieke verandering – en dan spesifiek die groter word van die liggaam as geheel asook die onderskeie dele daarvan – negatief ervaar nie, maar dat dit ook gevolge inhou vir hoe sy nou haar klere as tweede vel ervaar. Kaiser (1990:3) wys daarop dat kleding 'n tweede vel is en as deel van die fisieke self beleef word. Entwistle (2002:133) stel dit dat kleding deel vorm van die epidermis en op die skeidingsgrens tussen die individu en ander lê. Stone (1962:86-91) verkies die term *voorkoms*, wat die grootte en vorm van die liggaam insluit, maar ook die kleding soos wat die individu in interaksie met ander in die sosiale

omgewing verkeer. Belewenis van die liggaam raak dus ook die individu se belewenis van haar kleding. Chattaraman en Rudd (2006) het bevind dat vroue met 'n groter liggaamsgrootte, of wat hulleself as groter ervaar, voorkeur gee aan klere wat die liggaam meer bedek en minder beklemtoon. Dit is veral stywe klere wat die liggaam se verandering en groter word beklemtoon en kort klere wat die liggaam ontbloot, wat die vroeë-adolesente dogter nou ongemaklik, onrustig, vet en skaam laat voel (sien **Bylaag O: Figure 12 tot 15**).

Vanuit 'n kledingagtergrond wys Kaiser (1990:108) verder daarop dat dit dikwels gaan om sogenaamde perseptuele groepering van liggaamsdele wat aan mekaar verwant is en dan 'n belangrike rol speel in die individu se algehele satisfaksie met die liggaam en gevoelens teenoor die self. Damhorst, Litrell en Litrell (1987) het onder hoërskool dogters bevind dat daar veral ontevredenheid is met die middelste gedeelte van die liggaam, en spesifiek met die middel, heupe en bo-bene. Davis (1985) het dieselfde onder vroulike universiteitstudente bevind, terwyl Rook (1985) bevind het dat daar 'n verband bestaan tussen vroulike respondente se liggaamstevredenheid en hul kleding- en voorkomsgedrag.

Kaiser (1990:129-130) wys verder daarop dat vroeë-adolesente dikwels ontevrede is met hul fisieke voorkoms en kleding. Hul plaas ook dikwels groot klem daarop omrede hulle nog geneig is om op konkrete kwaliteite van die self en ander te konsentreer. Lerner, Orlos en Knapp (1976) het ook bevind dat negatiewe gevoelens met betrekking tot die fisieke voorkoms en kleding by adolessente ook verband hou met 'n negatiewe belewenis van die self. Daarmee saam het Zakin, Blyth en Simmons (1984) bevind dat dit veral die aantreklike dogter is wat tydens vroeë-adolesente ontwikkeling meer ongelukkig is oor fisieke veranderinge en die toename in massa en dat dit ook 'n rol speel met betrekking tot haar tevredenheid met haar klere.

***Ek voel tot skaam in my swemklere; by partytjies sal ek my swemklere aantrek met klere bo-oor... (D1)***

***Ek hou nie van oop en kort klere nie, ek voel onrustig, ongemaklik en bedompig, ek voel op my senuwees met kort hempies en rompies... (D5)***

***As die klere styf sit laat dit my voel soos klere wat iemand aan het wat te klein is, soos asof ek groot is, baie groot soos vet, dit laat my aan dit dink as ek "ski-pants" aantrek... (D8)***

***Ek hou nie daarvan om my liggaam uit te wys nie, ek sal my arms wys maar wil nie my middel wys nie. Ek voel ook nie reg oor my bene nie; daarom dra ek nie graag kortbroeke nie maar drie-kwart broeke... (D10)***

***Ek dra 'n langbroek want dan lyk my bobene nie so groot nie en vreemde mans kan nie so kyk en vat nie ... (D14)***

***Ek dra nie 'n bikini nie want die vorm van my lyf is nie reg nie; ek het te veel vetrolletjies in my middel. Ek dra 'n eenstuk-swembroek dan voel ek beter. Ek dra ook 'n kortbroek bo-oor om my bobene toe te maak ... (D15).***

Rudman en Hagiwara (1992), Sommers-Flanagan, Sommers-Flanagan en Davis (1993) en Kolbe en Albanese (1996) verwys na seksuele objektifisering, waar die liggaamsdele as't ware van die liggaam en seksuele

funksionering van die persoon geskei word en waar die fokus dan op die individuele liggaamsdele is, soos 'n oop maag of kaal bene, in stede van op die res van die persoon – 'n praktyk wat dikwels deur die media voorgehou word. Vir die vroeë-adolesente dogter gaan dit dus nou, ongeag haar eie massa, nie net om verandering van primêre en sekondêre geslagskenmerke en die langer of groter word van sekere liggaamsdele nie, maar om 'n voortdurende bewustheid en monitering van alle dele van die fisieke self wat sy as groter, dikker en vetter beleef en waaroor sy meestal ontevrede, ongemaklik en skaam voel. Sy ervaar dat haar liggaam skielik totaal anders raak en veral groter en vetter as waaraan sy gewoon was en ook anders as wat sy haar self as objek in interaksie met ander beleef en voorgestel het. Charmaz en Rosenfeld (2006:35) wys daarop dat, wanneer die individu haar liggaam ervaar as anders as dié van die ander, of in hierdie geval, anders as wat dit was, dit tot gevolg het dat die individu só bewus word van die liggaam, dat dit terug reflekteer as 'n totale intense bewustheid van die self, en spesifiek dan die “looking-glass self” (Cooley, 1902), dit wil sê, soos wat die self tussen ander ervaar word.

Vir die simboliese interaksionisme behoort die belangrikheid van die fisieke self (die liggaam), as deel van die self, dus nooit onderskat te word nie. March (2000) wys daarop dat, omrede die liggaam 'n materiële basis het, die mens daarteenoor as deel van die Self kan optree, soos wat mens teenoor enige ander sosiale objek sou optree. Dit kan dus as simbool betekenis kry, terwyl die individu dit ook kan beoordeel, 'n opinie daaroor kan vorm en 'n bepaalde gevoel daaroor kan hê. Sanders (2006:283) benadruk Mead se siening dat, soos die self, die liggaam ook gesien moet word as 'n proses (iets wat voortdurend na iets anders verander), eerder as 'n bloot statiese objek. As proses is dit dan ook die draer en in wese deel van die self en dus ook van die individu se identiteite. Turner (1984:338-39) sien die liggaam as die voertuig vir die dra van dié deel van die Self wat die individu nie kan sien of aanraak nie, soos die individu se gedagtes, gevoelens, persepsies en houdings – almal deel van die innerlike self. As deel van die Self, staan die fisieke self dus nie los van die innerlike self nie; as die een uitgelig word, het dit ook implikasies vir die ander een (Mead, 1934:140).

Uit die resultate was dit duidelik dat die vroeë-adolesente dogter se belewenis van die veranderinge in haar fisieke self, en spesifiek dat die liggaam en dele daarvan in massa toeneem en groter word, ook gevolge inhou vir hoe sy nou haar innerlike self beleef. Die vroeë-adolesente dogter voel dat dit nie net haar liggaam is wat verander nie, maar ook haar innerlike self.

***Ek voel goed oor myself net somtyds voel ek nie goed nie; as ek baie “sweets” en goed geëet het, voel ek nie lekker nie. Ek voel ook sommige dae nie lekker nie; ek voel dan hartseer... (D1)***

***Wanneer ek soos 'n 9 voel (liggaamstevredenheidskaal) het ek 'n slegte dag, veral my bene is vet. As ek soos 'n 9 voel is dit gewoonlik 'n baie, baie koue dag waarop ek baie eet en lê, dit is nie vir my lekker nie as ek so baie lê nie; dan voel ek vuil en sleg. Soos op 'n Saterdag as ons sommer net by die huis bly, dan kam ek nie eers my hare nie en voel dan soos 'n 9... (D2)***



***As 'n familielid of iemand naby aan my vir my sê dat my bene nie mooi is nie, sal ek dit ook van toepassing maak op my binnekant of enige ander liggaamsdeel... (D2)***

***Dit is nie net my lyf wat verander nie, maar my persoonlikheid verander ook... (D4)***

***Kritiek oor my voorkoms maak my hartseer en dan voel ek nie goed genoeg nie... (D9)***

***As ek die dag nie lus voel vir stywe klere nie wil ek los klere dra want as ek af voel die dag en nie goed oor myself voel nie, moet my klere nie styf aan my lyf sit nie – dan wys dit te veel... (D12)***

***Toe ek klein was het ek nie so maklik skuldig gevoel nie... (D13)***

James (1961) benadruk dit dat emosionele belewenisse 'n sentrale eienskap is van "selfhood" (om aktief bewus te wees van die self en met die self te kommunikeer). Alhoewel die liggaam en die self nie dieselfde is nie, affekteer die een die ander, en veranderinge in die liggaam dus ook die self – waaronder die emosionele en kognitiewe belewenisse. Die verandering in massa en die verandering en veral groter-word van die liggaam, het ook 'n uitwerking op die vroeë-adolesente dogter se emosionele belewenis. Sy ervaar die liggaam en veranderinge as objek wat geëvalueer kan word en wat bepaalde emosies tot gevolg kan hê. Uit die resultate van hierdie studie was dit duidelik dat die toename in massa, die groter-wordende liggaam en die ervaring van vet-wees of vetter word, veral twee emosies by die vroeë-adolesente dogter teweeg bring, naamlik skaamte en hartseer (sien **Bylaag O: Figuur 10 en 20**).

Die feit dat haar liggaam nou verander en groter word, wek veral by die normale-massa dogter gevoelens van skaamte en ongemaklikheid. (Daar moet in gedagte gehou word dat fisieke veranderinge soos die toename in massa en ronding, waarskynlik gouer en meer sigbaar is by die normale-massa dogter, as wat die geval is by die oormassa dogter, wat reeds groter en ronder as die kulturele ideaal is. Dit is dus moontlik dat die normale-massa dogter nou baie meer bewus is van die fisieke veranderinge en toename in massa, wat dan by haar gevoelens van ongemak en skaamte tot gevolg het.) Bermúdez, Marcel en Eilan (1995:3) wys daarop dat self-bewustheid in werklikheid die aanbied van die self as 'n objek is, terwyl Larson *et al.* (2002) en Leary en Buttermore (2003) daarop wys dat so 'n self-bewustheid ook die emosies en die kognitiewe denke betrek. Rankin, Lane, Gibbons en Gerrard (2004) bevestig in hul navorsing dat jonger dogters geneig is tot groter openbare self-bewustheid. Die vroeë-adolesente dogter is veral bewus van die indruk wat sy op ander maak (Govern & Marsch, 2001; Jordaan & Jordaan, 2000:619) (sien **Bylaag O: Figuur 16**). Self-bewustheid is egter slegs moontlik omdat daar 'n liggaamlike of fisieke self teenwoordig is – in die geval van die vroeë-adolesente dogter waarskynlik 'n liggaam wat voortdurend gemoniteer word, tot die mate dat sy voortdurend intens bewus daarvan is as objek in interaksie met ander, dit as simbool kan gebruik wat vir haar betekenis het en dat dit bepaalde emosies by haar kan opwek. Die belewenis van die liggaam, of in hierdie geval massa-toename as deel van die fisieke self, raak dus ook die kognitiewe en emosionele belewenisse van die vroeë-adolesente dogter, en dus ook die belewenis van die totale self ("Man is body, soul and mind" (Mead, 1934).



Vanuit 'n kledingagtergrond wys Kaiser (1990:170) daarop dat die fisieke voorkoms (liggaam en kleding) by vroue en dogters meer emosies opwek as by mans en seuns. Kaiser en Freeman (1989) het vanuit hul navorsing bevind dat vroue en dogters geneig is om gevoelens en verhoudings met ander te benadruk in hul interaksie met ander mense. Gevoelens van ongemak en skaamte het tot gevolg dat hulle nie ontspanne en gemaklik in die teenwoordigheid van ander voel nie.

***Ek is partykeer skaam en ongemaklik met my liggaam wat grootword, maar weet dat Liewe Jesus vir my 'n wonderlike liggaam gee wat ek moet oppas... (D1)***

***Hulle moenie sê ek het dik bene en vet boude nie, dan sou ek hartseer gewees het en gevoel het ek moet hard werk daaraan om dit te verander. Dit sou my bietjie gepla het en ek sou nogal daarvoor wou dink... (D3)***

***Kritiek oor my voorkoms maak my hartseer en dan voel ek nie goed genoeg nie... (D9)***

***Ek voel nie gemaklik met my bo-lyf en arms nie en sal graag my maag en bobene mooier wou maak... (D10)***

Daar is verskeie sieninge met betrekking tot skaamte as emosie. Lewis (1971,1992) en Weiner (1986:151-153) wys daarop dat die emosie van skaamte intree wanneer die individu, in hierdie geval die vroeë-adolesente dogter, haarself evalueer relatief tot 'n geïnternaliseerde of kulturele ideaal of standaard waaraan sy nie kan voldoen nie. Skaamte ("shame") is dan die resultaat van 'n globale attribusie van mislukking, waar die mislukking dan toegeskryf word aan die persoon self. Crozier (1998:273) wys verder daarop dat skaamte 'n sosiale emosie is en gekenmerk word deur 'n self-bewustheid. Skaamte betrek die self waar die self die objek van skaamte is, maar ook die agent wat die self (objek) evalueer. Dit is dus 'n belewenis van die self deur die self – as't ware 'n "sickness within the self" (Crozier, 1998:273). Lazarus en Lazarus (1994:41-63) noem skaamte 'n eksistensiële emosie aangesien dit vir die individu gaan om betekenis en idees omtrent wie sy is en wat haar plek in die samelewing is – 'n bedreiging van die self, of 'n interne stem wat aankondig: "Ek voldoen nie aan persoonlike en kulturele standaarde nie". In die geval van die groter-wordende, normale-massa vroeë-adolesente dogter, is dit die Westerse ideaal van skraal-wees en daarmee saam die vrees vir eksterne sanksies, soos om gespot te word (sien **Bylaag O: Figure 17 tot 19 en 21**). Wanneer self-objektifisering lei tot skaamte, beteken dit dan 'n skaamte, nie net oor die liggaam nie, maar met die liggaam as deel van die self, skaamte oor die self. Dit gaan dan dikwels nie net om skaamte oor hoe ek lyk nie, maar oor skaamte oor wie en wat ek is – 'n belewenis dat die self ontbloot word, nie aanvaarbaar is nie, of selfs gemerk is (Goffman, 1963:6, 7; Sabini & Silver, 1997). Tagney (1991:599) wys daarop dat so 'n globale belewenis van die self wat tot skaamte lei, 'n pynlike en selfs vernietigende belewenis is, waar nie net gedrag negatief geëvalueer word nie, maar die totale self. Skaamte is 'n emosie wat tot die vernietiging van 'n individu kan lei (Lazarus & Lazarus, 1994:162). Dit laat die individu met 'n gevoel van waardeloosheid en magteloosheid, en dikwels die behoefte om te ontvlug uit die interaksie-situasie.

Teen 'n kleding- en voorkomsagtergrond wys Markham, Thompson en Bowling (2008) daarop dat adolessente en jong vroulike volwassenes wat die kulturele ideaal van 'n skraal vroulike liggaam geïnternaliseer het en voel dat hulle nie aan die ideaal voldoen nie, asook die wat geneig is om hul voorkoms met die van ander te vergelyk groter geneigdheid toon om skaam te voel oor hul liggame. Negatiewe gevoelens met betrekking tot die liggaam en voorkoms verlaag weer die gevoel van selfwaarde wat die geneigdheid toon om skaam te voel oor die liggaam en voorkoms, en daarom 'n behoefte by die individu wek om iets drasties daaromtrent te doen. Slater en Tiggemann (2002) wys daarop dat skaamte oor die liggaam dikwels by die by die vroeë-adolessente dogter angs met betrekking tot haar voorkoms, tydens interaksie tot gevolg het. Dit mag lei tot die ontstaan van eetstoornisse asook 'n intense besorgdheid oor kleding en persoonlike voorkoms.

***Ek word maklik hartseer want ek is 'n emosionele kind; as iemand vir my lelike goed sê, word ek baie hartseer... (D1)***

***As dit 'n baie goeie maat of familielid is wat vir my sê dat iets aan my uiterlike nie mooi of reg is nie, sal ek dit binne toe vat en sleg voel. Dan voel ek selfbewus en voel ek wil net wegkruip... (D2)***

***Kritiek oor my voorkoms maak my hartseer en dan voel ek nie goed genoeg nie... (D9)***

***Ek dink hulle voel seergemaak en wil net huil en weghardloop; dit is soos ek voel as ek seergemaak word ... (D16)***

Uit die resultate van hierdie studie was dit duidelik dat die vroeë-adolessente dogter dit beleef dat, om self groot of vet te wees, of vir iemand anders om vet te wees, 'n hartseersaak is (sien **Bylaag O: Figuur 26**). Hoewel die normale-massa vroeë-adolessente dogter ongemaklik en skaam voel oor haar groter-wordende liggaam, dele waarvan sy dikwels as vet evalueer en ervaar, voel sy nie noodwendig hartseer daaroor nie. Omrede sy haar in die skoene van ander kan sit, voel sy wel dat dit hartseer moet wees om vet te wees en dat vet mense hartseer voel oor hoe hulle lyk (Lazarus & Lazarus, 1994:84).

***Sjoe, dit is erg om so te lyk, sy is baie baie vet; ek dink sy voel baie hartseer... (D2)***

***Hulle moenie sê ek het dik bene en vet boude nie. Ek sou hartseer gewees het en gevoel het ek moet hard werk om dit te verander... (D3)***

***Sy voel nie goed nie, want ek dink dit is hartseer om so (vet) te lyk... (D11)***

***Sy voel sleg want sy is baie vet... (D15)***

***Ek dink sy voel nie gelukkig nie maar hartseer omdat sy so vet is, niemand sal so wil lyk nie en ek wil ook nie so vet wees nie... (D16)***

In teenstelling met die normale-massa dogter, wat tog ook oor dele van die liggaam ontevrede is, dit as vet en groot ervaar en ongemaklik en skaam daaroor voel, maar nie hartseer nie, ervaar die oormassa dogter die emosie van hartseer oor vet, al erken sy nie eens dat sy oormassa of vet is nie. Wanneer die oormassa dogter egter oor haarself gesels, reageer sy soos volg:



***Sy (sy self op die skets) bak omtrent elke dag maar word dan nie so kwaad en hartseer nie want sy het nog nooit kritiek gekry oor wat sy maak nie... (D6)***

***'n Nege laat my dink aan iemand wat hartseer is... (D6)***

***Ek dink iemand wat soos 'n 9 lyk, kan voel hulle is te vet. Hulle kan hartseer voel want ander skinder agter hulle rug... (D10)***

***Tannie, as ek so lyk sal ek baie depressief voel; dit is vir my vreeslik as ek vet-vet is... (D12)***

***Vet mense voel hartseer en sleg... (D15)***

***Kinders sê jy lyk nie so mooi in daardie klere nie, of jy is vet. Tannie, dit is hartseer want kinders kyk nie na jou vriendelikheid nie; dit (vet) is al waaraan hulle dink... (D15)***

***Soms voel ek hartseer as mense agter my rug praat. Kritiek maak my seer as ek kyk hoe mense vir hulle goed sê wat nie so is nie... (D16)***

***Ek wil nie soos 'n 9 wees nie want dit is nie lekker om vet te wees nie... (D16)***

Lazarus (1991:247) en Lazarus en Lazarus (1994:75-77) sien hartseer as 'n negatiewe emosie wat verbind word aan 'n onherroeplike verlies, en 'n gevolglike pad van losmaking en aanvaarding van wat kon wees, eerder as die stryd om verandering of herwinning. Lazarus (1991:249) sien hartseer dus as 'n emosie waar die individu die verlies aanvaar en waarskynlik ook hulpeloos daarvoor voel. Gramling en McCain (1997) wys daarop dat hartseer gekoppel kan word aan verwagtinge wat nie gerealiseer het nie, of 'n droom wat nie bewaarheid is nie, terwyl Vansteelandt en Van Mechelen (2006) vanuit vorige navorsers se werke tot die gevolgtrekking kom dat hartseer die resultaat van onvoorkombare verlies is (niemand se skuld nie) – in teenstelling met aggressie of woede as gevolg van die plasing van skuld op die skouers van ander (attribusie). In teenstelling met skaamte, wat 'n sosiale emosie is en wat die teenwoordigheid van ander impliseer, is hartseer 'n baie persoonlike emosie wat gaan om die verlies van iets wat reeds plaasgevind het (Lazarus & Lazarus, 1994:84), en die individu voel dat die situasie anders kon gewees het. Gramling en McCain (1997) meen dat by vroue en dogters, hierdie verlies wat ervaar word en die gepaardgaande hartseer dikwels gaan om 'n breuk in persoonlike verhoudings, soos die verlies van 'n vriendin, of (in die geval van die oormassa dogter) spot deur ander en uitstoot uit die groep.

Die oormassa vroeë-adolesente dogter ervaar moontlik lankal dat sy nie aan die ideaal voldoen nie, en daarmee saam die hartseer dat 'n (Westerse) droom nie verwesenlik is nie en dat dit iets is ('n verlies) wat sy net moet aanvaar en leer om mee saam te leef. Dit gaan daarvoor dat sy werklik iets verloor het wat sy nie kan terugkry nie, daarom moet sy by die oormassa aanpas en besef dat sy moontlik nie aan die Westerse ideaal van 'n skraal liggaamsbou gaan voldoen nie (Lazarus & Lazarus, 1994:78). Vanuit 'n kledingagtergrond beskou het Millman (1980:194-198) gevind dat ten einde die oormassa of obesiteit te kan hanteer en in 'n poging om die self te kan handhaaf, oormassa of obese vroue dikwels aan die liggaam en aan hulself as van die nek af opwaarts dink. In sommige gevalle dui oormassa vroue ook aan dat hulle nie van kleding aankope hou nie aangesien dit hulle met

die realiteit van hul oormassa konfronteer. Dit het dus nie te doen met adolessente egosentrisme en die persoonlike fabel, tipies net aan adolessensie nie (soos geformuleer deur Elkind, 1967), maar om 'n werklikheid.

***Ek het myself probeer teken soos wat ek myself in die spieël sien, maar dan sê ek vir myself ek wil myself nie anders teken nie, want dit is hoe Liewe Jesus my gemaak het en ek moet tevrede wees daarmee. As kinders mens spot, voel ek nie lekker nie want Jesus het jou so gemaak...(D6)***

***Kritiek maak my seer as ek kyk hoe mense ly as mense vir hulle goed sê wat nie so is nie ... ek wil graag verander maar dit is dalk die Here se manier om my so te hê... (D16)***

Vir die oormassa vroeë-adolessente dogter gaan dit dus om 'n werklikheid van vet-wees, en nie soos vir die normale-massa vroeë-adolessente dogter om die ervaring dat sekere liggaamsdele "groot en vet" word nie (en daarmee saam die ongemaklikheid en skaamheid), of 'n antisipasie van om totaal oormassa of vet te word, met die gepaardgaande hartseer, nie. Vir die oormassa vroeë-adolessente dogter gaan dit waarskynlik nou nie om die verandering wat ook die toename in massa impliseer nie, maar meer om 'n hartseer wat sy ervaar omdat sy weet dat slankheid vir haar 'n onvoorkombare verlies is.

***...dit is soos Liewe Jesus my gemaak het en ek moet tevrede wees daarmee. As kinders mens spot, voel ek nie lekker nie want Jesus het jou so gemaak... (D6)***

***Ek is tevrede met myself soos ek is; ek wil niks verander nie. Kritiek van my maats sal my nie eers raak nie want ek lyk nie na wat ander kinders sê nie want die Here het my gemaak en ek is perfek net soos ek is... (D9)***

***Ek dink sy (vet vrou) voel baie selfbewus want sy weet almal kan sien sy is oorgewig... maar as die Here mens so gemaak het moet jy tevrede wees... (D10)***

***Ons familie is nie eintlik klein en maer nie en ons het nie eintlik 'n vreeslike liefde vir sulke klein maer mensies nie... (D12)***

Blumer (1966:535) wys vanuit die simboliese interaksionisme daarop dat een van die belangrike funksies van die self die feit is dat dit as objek van simboliese self-interaksie kan dien. Die individu is dus in staat om die self, in hierdie geval die fisieke self, of dan verandering in massa of grootte as deel van die fisieke self, as simbool te gebruik en betekenis daaraan te gee ten einde 'n persepsie van die self binne 'n bepaalde interaksiesituasie te kan kry. Uit die resultate was dit duidelik dat die vroeë-adolessente dogter haar fisieke self, ingesluit die verandering in haar massa en voorkoms in geheel, as 'n simbool van bepaalde aspekte van haar innerlike self ervaar (sien **Bylaag O: Figuur 22**).

***As iemand vir my kritiek gee oor my bene sal ek dit van toepassing maak op my binnekant ook... (D2)  
... want haar klere en voorkoms wys dat sy hard werk... (D3)***

***My klere moet wys hoe ek oor myself voel en wat ek van die lewe dink... (D10)***

***Ek kyk na mense se gesigte, want mooi mense het mooi persoonlikhede... (D11)***

***Mense kyk vir jou of jy mal is as jy so (vet) lyk... (D12)***

Self-objektifisering wat lei tot passiewe bekommernis en oorpeinsing, kan volgens Grabe *et al.* (2007) tot gevolg hê dat die individu so self-gefokus raak (ook 'n natuurlike kenmerk van die vroeë-adolesente fase) en voortdurend bewus is van liggaamlike tekortkominge, dat simboliese betekenis, soos dat die verandering of toename in massa op bepaalde innerlike kenmerke dui, aan liggaamlike eienskappe geheg word.

Volgens Turner (1984:39) kan die liggaam, as deel van die natuur en deel van kultuur, dus beskou word as die verbinding tussen die innerlike persoon en die samelewing se belangrikste waardes. Dit beteken dat die individu in staat is om die fisieke sowel as die innerlike self te kan sien as objek met betekenis, 'n objek wat beoordeel kan word en wat 'n etiket kan hê, maar altyd teenoor die siening van ander met wie die individu in interaksie is (Mead, 1934:149). Die individu se persepsie van die liggaam en voorkoms, soos wat dit deur ander waargeneem word, het dus ook 'n impak op haar sosiale belewenisse.

Vir die vroeë-adolesente dogter gaan dit dus nie net om verandering nie, maar ook om wat die verandering teweeg bring of tot gevolg het in interaksie met ander. Fisieke verandering bring nou ook 'n verandering in rolle teweeg – 'n verandering wat nie noodwendig maklik is om te aanvaar nie (Charon, 1979:97). Onder **punt 5.3** en **5.5** word daar spesifiek aandag hieromtrent gegee.

***Ek moet nou soos 'n grootmens begin optree... (D1)***

***Ek sou langer klein wou bly en eers later ontwikkel... (D3)***

***Ek kan nou nie so lekker swem en sommer met my "panty" en kaal-bolyf in die swembad spring nie... (D3)***

***As ek hierdeur moet gaan om groot te word en 'n vrou te word, wil ek nie groot word nie (menstruasie) ... (D9)***

Waar die jong kind in 'n oorgang van een fase na 'n ander ondersteun word deur die gesin en betekenisvolle ander, is die adolessent tot 'n groter mate op haarself aangewese vir die oorbeweeg van die kind-fase na 'n nuwe fase met 'n veel groter gemeenskapskonteks en waar die gemeenskap bepaalde verwagtinge het met betrekking tot die rolle wat die individu nou moet vervul. ***Ek moet nou soos 'n grootmens begin optree...; As ek hierdeur moet gaan om 'n vrou te word...*** Dit gaan dus nou nie meer net om "my" nie, maar om "hulle" en wat "hulle" van my verwag – 'n verandering wat die vroeë-adolesente dogter te midde van al die ander op die planke sit.

### 5.3 DIE SELF OP DIE PLANKE

Die simboliese interaksionisme en 'n lewensverloop-perspektief benadruk die beginsel van interafhanklike lewens of sogenaamde “linked lives” wat daarop dui dat die individu nie in isolasie lewe nie, maar altyd in interaksie met ander verkeer (Charon, 1998:133; Elder & Elder, 1994; Devine *et al.*, 2000; Sandstrom *et al.*, 2006:9). Vanuit 'n simboliese interaksionistiese perspektief moet dit egter benadruk word dat dit nie 'n geval is van ander wat 'n effek op die individu se belewenis van die self en gedrag het nie, maar om die betekenis wat die individu aan ander en hul gedrag heg. Mead (1934:160-171) benadruk die belangrikheid van ander in die individu se belewenis en ontwikkeling van 'n self, en stel die konsep van rolaanneming as die vermoë van die mens om as't ware uit die self te beweeg en die wêreld, situasies en ook die self, vanuit 'n ander se skoene en oë te beleef. Rolaanneming stel dus die individu, in hierdie geval die vroeë-adolesente dogter, in staat om die perspektief van ander (hetsy betekenisvolle, veralgemeende of verwysingsgroep-ander) aan te neem in haar belewenis van haar self en as reaksie op die situasie waarin sy haar nou bevind. Om die rol van ander aan te neem is dus 'n belangrike kognitiewe aktiwiteit wat die basis van alle interaksie is.

Goffman (1963:13-28) stel dit in sy boek “The Presentation of Self in Everyday Life” dat dit vir die individu in rolaanneming tydens interaksie daarom gaan om aanvaar of geakkrediteer te word, al dan nie. Dit gaan vir Goffman om die “staging” van die self – om as't ware op die planke te wees waar die self “gespeel” en “aangebied” word vir die “toeskouer” wat vir die individu belangrik is, op 'n wyse wat vir die toeskouer aanvaarbaar sou wees. So kan die self geakkrediteer word as deel van “hulle wat my aanvaar”. Dit gaan dus in werklikheid om 'n sogenaamde roluitvoering (“role-performance”) vir die “hulle”, die “gehoor” wat vir die individu, in hierdie geval die vroeë-adolesente dogter, belangrik is. Die vraag vir hierdie studie is dus: Wie is die vroeë-adolesente dogter se ander of “gehoor” wat 'n belangrike rol speel in haar belewenis van massa-toename as deel van haar self? En ook: hoe rig sy haar self en gedrag ten einde haar self in interaksie met hierdie ander te kan handhaaf?

Dit blyk uit die resultate van die navorsing dat die vroeë-adolesente dogter in hierdie studie nou nie net baie bewus is van haar veranderende liggaam en veral die feit dat sy in massa toeneem nie, maar dit ook ervaar asof ander gedurig na haar kyk, haar beoordeel en oor haar praat (Dacey & Travers, 1994:336-337; Owens, 2002:549) (sien **Bylaag O: Figure 16 en 23**).

***Noudat ek groot word kyk mense na my en dink lelke goed, maar ek moet maar net my liggaam oppas ... (D1)***

***Ek is baie keer bekommerd oor wat ander mense van my dink as ek so aantrek; ander mense moet van my klere hou... (D6)***

***Vandat ek groot word moet ek die heelyd omgee hoe ek lyk want ander kyk na my... (D7)***

Die vroeë-adolesente dogter is dus nou “op die planke”, waar ander, die gehoor, haar gedurig dophou, dermate dat sy voortdurend bewus is daarvan dat sy haarself nou so moet aanbied dat sy ’n bepaalde indruk by hulle kan skep. Om die saak te vererger, ervaar sy dit nie net dat sy fisies dopgehou word nie, maar dat ander van nature krities is, van haar praat en bepaalde dinge omtrent haar dink en aflei uit dit wat hulle kan sien (sien **Bylaag O: Figuur 16**). Gegee die feit dat die vroeë-adolesente dogter haar liggaam en ook haar toename in massa as simbool van bepaalde aspekte van haar self gebruik (***As iemand vir my kritiek op my bene gee, sal ek dit van toepassing op my binnekant ook maak (D2); Kritiek oor my voorkoms maak my hartseer en dan voel ek nie goed genoeg nie (D9)***), is dit duidelik dat sy ook glo ander dink soos wat sy dink en dat hulle ook moontlik haar fisieke self, waarby ingesluit haar kleding, as simbool van bepaalde ander aspekte van haarself gebruik. Wanneer dit kom by unieke ervarings, vind die vroeë-adolesente dogter dit moeilik om te onderskei tussen dit wat ander regtig van haar dink en dit wat sy self van haar dink (Elkind & Bowen, 1979). Charon (1998:104-108) wys daarop dat ander en die aanneem van die rol van ander belangrik is vir die ontwikkeling van die self, die belewenis van die self in alle situasies, die aanleer van perspektiewe/sienswyses, die funksionering in sosiale situasies, die beheer oor en manipulerings van die self in interaksie met ander, asook vir die deel van simbole en simboliese kommunikasie. Die vroeë-adolesente dogter gebruik nie net haar fisieke self as simbool van ander bepaalde aspekte van haarself, soos wat sy dink ander dit ook doen, daarvoor dink en daarvoor praat nie, maar neem ook ander se sieninge en denkwyses oor haarself, of soos wat sy glo hulle haar sien en oor haar dink, aan in haar belewenis van haar self (Cooley, 1970:184). Sy is bekommerd oor negatiewe sosiale evaluering van die self (Owens, 2002:549).

***As ander kinders rondom my is, dan praat hulle hard oor hoe vet hulle is, maar eintlik wil hulle net hê ek moet hoor omdat ek vet is en hulle is eintlik maer... (D6)***

***Ek weet nie hoekom ek dink my arms is vet nie, maar almal sê altyd so... (D12)***

Dit is nie altyd duidelik wie hierdie “ander” of “almal” is waaroor sy haar so bekommer nie, waarskynlik eerstens almal anders – die denkbeeldige gehoor! In aansluiting by ’n simboliese interaksionistiese siening, wys navorsers soos Lapsley en Murphy (1985), Lapsley (1993) en Vertanian (2000) daarop dat Elkind (1967) se denkbeeldige gehoor nie bloot ’n kognitiewe patroon of denkwyses tydens adolessensie (en veral vroeë-adolessensie) is nie, maar in werklikheid sosiaal-kognitief van aard is, en dus nie losgemaak kan word van die adolessent se sosiale lewe en interaksie met ander nie.

***Ander moet nie sê ek is te maer of vet nie, net reg... (D3)***

***Ek voel onrustig oor wat mense van my sal sê in ’n stywe broek... (D4)***

***As jy so lyk (vet), voel jy nie goed nie, jy is bang vir wat mense sal sê... (D10)***

***Almal kyk vir jou of jy mal is omdat jy so vet is (D10), Ander mense praat van jou as ’n mens op enige manier lyk... (D13)***



Bell en Bromnick (2003) is op grond van hul navorsing van mening dat die sogenaamde denkbeeldige gehoor in werklikheid 'n sosiale realiteit is, en nie maar net 'n tipiese, kognitiewe denkpatroon tydens die adolessente oorgangsfase vanaf die kinderjare na volwasse jare nie (Arnett, 1997). In teenstelling met Elkind (1967) wat wys op die denkbeeldige gehoor as die gevolg/uitvloeisel van adolessente ego-sentrisme, wys Bell en Bromnick (2003) daarop dat hierdie sogenaamde denkbeeldige gehoor in werklikheid vir die adolessent 'n sosiale werklikheid is. So 'n siening sluit aan by die simboliese interaksionisme, en spesifiek ook by die werk van Blumer (1962:181) wat dit stel dat die self sosiaal is en in interaksie met ander ontwikkel. Ander se opinie is dus ook belangrik in die ontwikkeling en handhawing van die self. Vir die vroeë-adolessente dogter in hierdie studie, wie se liggaam verander en waar massa-toename as vet beleef word, is ander se opinie en evaluering dus belangrik (sien **Bylaag O: Figure 16 en 23**) – waarskynlik omdat sy nou ook intens daarvan bewus is dat sy anders begin lyk as voorheen en graag sal wil lyk en optree soos wat dit van haar verwag word ten einde in 'n nuwe, meer volwasse vroulike rol positief deur ander geëvalueer te word en deel van ander te kan wees. Daarom dat dit ook vir die vroeë-adolessente dogter belangrik is dat haar voorkoms aan ander sal wys wie en wat sy is, en dat sy haar voorkoms so aanpas dat al die ander met wie sy in interaksie is, dit positief sal evalueer (Sandstrom *et al.*, 2006:105). Wanneer sy in die teenwoordigheid van ander is, sal daar altyd 'n rede wees om die self op 'n wyse oor te dra en voor te stel dat dit 'n indruk sal maak wat in haar belang is (Goffman, 1959:3). Kaiser (1990:192-201) wys op die belangrikheid van voorkomsbestuur in die aanneem van bepaalde rolle en veral wanneer die individu 'n nuwe - of vreemde rol moet aanneem. In die geval van die vroeë-adolessente dogter beseft sy nou dat sy weens die fisieke veranderinge nie meer in die rol van kind inpas nie, maar nou die rolgedrag (ook wat voorkoms aanbetref) van 'n meer volwasse vroulike rol moet aanneem. Kaiser (1990:192-201) wys verder daarop dat kleding die individu kan ondersteun in die aanneem van ook ander nuwe rolgedragswyses. Die vroeë-adolessente dogter is nie net bewus van 'n nuwe rol wat sy nou moet probeer aanneem nie, maar ook bewus daarvan dat ander nou ook wat haar kleredrag betref, nuwe gedrag en 'n ander voorkoms van haar verwag. Sy trek dus nou nie net meer vir haarself aan nie, maar in werklikheid vir "hulle"- dit is die ander met wie sy haar sosiale werklikheid deel.

***Ek moet nou soos 'n grootmens begin optree... (D1)***

***Ek hou nie van klere waarop lelike woorde staan nie, daar moet nie 'Bad girl' of sulke lelike goed op staan nie, want ek is nie 'n slegte meisie nie... (D1)***

***Ek kan nou nie so lekker swem en sommer met my "panty" en kaal-bolyf in die swembad spring nie... (D3)***

***Ek hou nie van oop klere nie, dit maak my onrustig oor wat ander sal sê en dink... (D4)***

***'n Langbroek is meer netjies. 'n Mens kan dit ook kerk toe aantrek want as 'n mens na die Huis van die Here gaan, moet 'n mens netjies lyk... (D5)***

***Ek voel 'in' by my maats oor die klere wat ek aanhet op die foto... (D9)***

***My klere moet wys hoe ek oor myself voel en wat ek van die lewe dink... (D10)***

Soos die “ander mense” wat haar dophou en evalueer, is dit wat “hulle” “dink” of “sê” nie maar net ’n illusie nie, maar ’n sosiale werklikheid wat deur almal met wie sy in interaksie is, gedeel word. Dit moet weereens benadruk word dat fisieke verandering deur die vroeë-adolesente dogter beleef word as dat alles aan haar liggaam nou verander, en dat die verandering as groter en vetter beleef word, in sulke terme beskryf word en by die vroeë-adolesente dogter ’n ontevredenheid met en dikwels skaamte oor meeste dele van die liggaam tot gevolg het (sien **Bylaag O: Figure 4 tot 9**). Om vet te wees word egter steeds in die Westerse wêreld algemeen as onaanvaarbaar beskou (Fiore & Kiple, 1997:345; Owens, 2002:498; Nishina *et al.*, 2006; Viviani, 2006), terwyl daar ook bepaalde stigmas aan oormassa kleef (Jones, Farina, Hastorf, Marku, Miller & Scott, 1984:123; Puhl & Brownell, 2003b; LeBel, 2008), en menige stereotipes met betrekking tot vet en oormassa algemeen onder die Westerse samelewing gedeel word. As deel van die sosiale omgewing met wie sy in interaksie is, is die vroeë-adolesente dogter bewus van hierdie stigmas en stereotipes, wat sy ook in haar belewenis van haar self kan internaliseer (sien **Bylaag O: Figure 24 en 25**). Die “ander” of “hulle”, en dit wat “hulle” gaan “dink” oor haar groot/vet liggaam of dele daarvan is dus waarskynlik vir die dogter ’n sosiale werklikheid – met die enigste verskil dat sy in werklikheid nie vet of oormassa is nie, maar haar veranderende liggaam so ervaar en waarskynlik so stigmatiseer.

***As jy so vet is kan jy ook nie uit die bed opstaan nie... (D3)***

***As jy so vet is sê hulle jy moet iemand huur om jou voete te was... (D6)***

***Vet mense probeer dit ’n geheim hou deur los klere te dra... (D6)***

***Ander mense sou sê sy trek reg aan om nie die vet te wys nie... (D7)***

***Jy is so vet jy kan nie eers “skateboard” ry nie... (D11)***

***As jy so vet is sê hulle jy moet nie eers bestaan nie, jy is so groot jy vat die hele plek, jy is ’n dikgat, jy is so vet dat jy iemand moet huur om jou voete te was – jy kan hulle nie self sien nie... (D16)***

Uit die resultate van hierdie studie was dit duidelik dat, bo-en-behalwe hierdie breë/vae “ander” wat die vroeë-adolesente dogter voel haar dophou, evalueer en op ’n bepaalde wyse oor haar dink, sy nou in werklikheid dopgehou, geëvalueer, gekritiseer en gespot word deur “ander” wat waarskynlik vroeër nie ’n beduidende rol in haar lewe gespeel het nie, naamlik seuns, en wat waarskynlik ook nou al die breë samelewing se perspektief met betrekking tot vet en maer deel (Hargreaves & Tiggemann, 2003).

***As jy so lyk sê die seuns jy is vet en lelik... (D6)***

***Seuns spot die meisies ook wat groot word... (D9)***

***Seuns noem vet meisies dik olifante en vir my maatjie ook ‘King Kong’... (D16)***

***Seuns spot meisies baie oor hulle voorkoms, hulle sê sulke goed soos ‘jy’s ’n dikgat’... (D16)***

Om die liggaam as vet, of groot, of anders te ervaar (al is sy nie in werklikheid vet of groot nie), maak die vroeë-adolesente dogter ongemaklik, skaam en hartseer – ’n skaamte of hartseer wat waarskynlik vererger word deur

die gevoel en werklikheid dat jy heeltyd dopgehou, geëvalueer en gespot word, omdat jy anders lyk as wat aanvaarbaar is. Die vroeë-adolesente dogter se bekommernis oor wat ander van haar sal sê en dink, gaan dus nie net om adolessente egosentrisme wat manifesteer in 'n denkbeeldige gehoor nie, maar soos Bell en Bromnick (2003) bevind het, om 'n werklike bekommernis oor wat ander kan dink aangesien dit werklike gevolge het vir die dogter se persoonlike belewenisse (soos hoe sy oor haarself voel), asook vir haar sosiale lewe (ander aanvaar my, ek is gewild, pas in, ensovoorts). Vanuit 'n simboliese interaksionistiese perspektief, gaan dit dus om die belewenis, die ontwikkeling en die handhawing van die self binne die sosiale werklikheid. Die druk om aan die standaard van die samelewing te voldoen, of om oor gepraat en gespot te word omdat jy nie aan die standaard voldoen nie, is vir die vroeë-adolesente dogter 'n werklikheid en nie 'n denkbeeldige illusie nie – dit word in haar belewenis en beoordeling van haar self geïnternaliseer. Negatiewe evaluering van ander plaas haar meer op die planke en maak haar meer bewus van, en skaam oor, haar self, want die enigste manier waarop sy die self kan beleef, evalueer en interpreteer, is in interaksie met ander en dan deur middel van sosiale terugvoering (Cooley, 1902; 1970) en sosiale vergelyking (Festinger, 1954). Dit is 'n wêreld waarin sy voortdurend bekommerd is oor die indruk wat sy maak (sien **Bylaag O: Figure 16 en 23**) en ander se verwagtings en beoordelings, asook of sy deur ander aanvaar gaan word, of dalk met 'n gespot verwerp gaan word as nie deel van die norm nie, en dus gestigmatiseer gaan word as anders – 'n toestand waaroor mens skaam en ongemaklik of hartseer kan voel (sien **Bylaag O: Figure 17 tot 21**).

***Ander mense moet van my klere hou; ek is baie keer bekommerd oor wat ander van my sal dink as ek so aantrek... (D6)***

***Vandat ek groot word moet ek die hele tyd omgee hoe ek lyk want ander kyk vir my... (D7)***

***Ek weet nie maar amper alle mense is al in hulle lewe gespot, ek weet net nie wanneer nie... (D11)***

***Ander mense praat van jou as jy op enige manier lyk... (D13)***

***Seuns noem vet meisies dik olifante en vir my maatjie "King Kong"... (D16)***

***Seuns spot meisies oor hulle voorkoms... (D16)***

Dit blyk dat die vroeë-adolesente dogter ook bewus is dat die seuns van haar portuurgroep meisies oor hul voorkoms spot (sien **Bylaag O: Figuur 19**). Omdat seuns ook blootgestel word aan die norme wat die kultuur stel vir 'n ideale liggaamsbou, sien en beoordeel hulle die vroeë-adolesente dogter se voorkoms teen die onrealistiese voorkomsverwagtinge (Rabak-Wagener, Eickhoff-Shemek & Kelly-Vance, 1998; Hargreaves en Tiggemann, 2003). Hargreaves en Tiggemann (2003) voer ook aan dat dit veral broers en seuns van die portuurgroep is wat daarby betrokke raak om meisies oor hulle voorkoms te spot. Die gedrag word veral geopenbaar wanneer hulle blootgestel was aan voorbeelde van massamedia-ideale (Hargreaves en Tiggemann, 2003).

Lazarus en Lazarus (1994:41) en Crozier (1998) wys op die belangrike rol van (denkbeeldige of werklike) ander in die emosie van skaamte. Hier volgens lyk dit asof skaamte die aanneem van die perspektief van ander met

betrekking tot die self is. Dit gaan daaroor dat die individu bewus is van ander se interpretasie met betrekking tot aspekte van die self. Dit gaan dus nie net om die individu se eie evaluering van die self nie (soos wat Weiner, (1986:151-153) en Lewis (1992) dit vanuit 'n kognitiewe attribusie-model definieer), maar om, soos Goffman (1959:4-6), Mattis (2002), Castelfranchi en Poggi (1990), Lazarus en Lazarus (1994:63) en Crozier (1998) dit sien, om die “loss of standing, loss of face” (Crozier, 1998:274) in die oë van ander.

Vir die normale-massa vroeë-adolesente dogter se skaamte oor haar veranderende fisieke self (ingesluit die toename in massa) gaan dit dus eerstens om haar eie evaluasie van haar fisieke self wat haar skaam maak (soos hierbo bespreek). Sy evalueer haar veranderende liggaam as dat dit groter en vetter word en anders lyk as die norm wat gestel word. Om die saak vir die vroeë-adolesente dogter te vererger, beweeg haar veranderende fisieke self, soos wat sy dit as groot en vet beleef, nou nie net verder van die norm af nie, maar ook nader na die Westers-gestigmatiseerde vet-voorkoms. Dit het tot gevolg dat sy nou haar liggaam of dele daarvan as negatief beleef en ontevrede daaroor voel. Die vroeë-adolesente dogter evalueer haar liggaam of dele daarvan nie net self as dat dit nie aan die norm voldoen nie, maar beleef tweedens ook dat ander (hetsy denkbeeldig of werklik) haar groter-wordende fisieke self negatief evalueer (***Almal kyk vir jou of jy mal is omdat jy so vet is (D10); As jy so lyk sê die seuns jy is vet en lelik (D6)***). Dit laat by haar nie net 'n gevoel van skaamte nie, maar 'n bekommernis oor wat ander oor haar totale self sal dink. Die skaamte gaan derdens nou nie net meer om die liggaam of dele daarvan nie, maar om wat Crozier (1998:278) noem, ook die evaluasie van die “core-self” (***As iemand vir my kritiek gee oor my bene, sal ek dit van toepassing maak op my binnekant ook (D2)***).

Vanuit so 'n siening kan die normale-massa vroeë-adolesente dogter se ontevredenheid, ongemaklikheid en skaamte, en die oormassa dogter se hartseer nie maar net afgemaak word as nog 'n emosie, tipies van vroeë-adolesensie nie, maar eerder soos Jones *et al.* (1984:122-123) dit stel, as die gevolg van “self-marking”. Dit is waar die self as gevolg van die dogter se belewenis, gestigmatiseer word as anders as ander s'n – tot die mate dat sy kan beleef dat sy nie meer haar self in interaksie met ander kan handhaaf nie. Stone (1962:94&101) wys op die belangrike rol wat voorkoms (ingesluit liggaamsgrootte) speel ten einde die individu deel van ander of die groep te maak, of te onderskei. Indien 'n persoon dus oor 'n fisieke kenmerk (in hierdie geval liggaamsgrootte en massa) beskik (of ervaar sy beskik daaroor) wat haar negatief van ander en hulle sienswyses onderskei, word die persoon gedegradeer (LeBel, 2008). Rush (1998) beklemtoon dit dat so 'n merk 'n stigma raak wanneer iemand die merk waarneem en as belangrik ag in interaksiesituasies met die persoon. Vir die oormassa vroeë-adolesente dogter wat deur ander raakgesien, bespreek en gespot word, is so 'n gestigmatiseerde gevoel 'n werklikheid wat emosies van skaamte en hartseer tot gevolg het en wat die handhawing van haar self tussen ander baie moeilik maak.

***Die kinders het al vir my gesê ek is vet... ek wil net huil en weghardloop as ek so seergemaak word. Hulle sê sulke dinge soos “julle is wannabees”. Dit is vir my belangrik dat ek mooi en goed sal lyk veral vir die seuns want hulle spot ons baie oor ons voorkoms en sê “julle is hond-lelik” of “julle is koeie”. Mense sê***



***“jy is so vet jy moet nie eens bestaan nie, jy is so groot jy vat die hele plek” en “as jy gaan skoene koop moet jou man ’n foto neem van die skoene aan jou voete want jy is te vet om dit raak te sien”... (D16).***

#### **5.4 DIE STRYD MET DIE SELF**

Uit die voorafgaande is dit duidelik dat vroeë-adolessensie (en die gapaardgaande belewenis van massa-toename) ’n oorgangsfase in die lewe van die dogter is wanneer sy haar self dikwels negatief beleef. Eerstens die verandering en toename in massa as deel van die fisieke self, en tweedens ook die negatiewe emosies van skaamte en hartseer as deel van die innerlike self. Dit maak dan ook die handhawing van die self tussen ander vir die dogter baie moeilik.

Vanuit die basiese aannames van die simboliese interaksionisme is die self as objek egter oop vir manipulasie en beskik die individu oor die vermoë om die self te beheer en in ’n bepaalde rigting te stuur (Charon, 1998:80), maar altyd binne die voorskrifte van die samelewing waarbinne die individu leef (Mead, 1934:227-252; Elder, Johnson & Crosnoe, 2003). Goffman (1963:135-139) en Jones *et al.* (1984:196-197) wys op die belangrikheid van selfbeheer oor gedrag en emosies in ’n poging om die self te kan handhaaf en vir ander die verlangde beeld daar te stel. Vanuit die perspektief van die simboliese interaksionisme wys Sandstrom *et al.* (2006:135-137) daarop dat interaksie en die definisie van ’n situasie nie net bepaalde gedrag by die individu uitlok nie, maar ook bepaalde emosies. Soos in die geval van gedrag, stel die samelewing ook vir die individu sogenaamde “feeling rules” (Sandstrom *et al.*, 2006:136), en koördineer, hanteer en bestuur die individu dus ook die emosies. Ten einde die self te kan handhaaf en weer ’n belewenis van self-waarde te kry, is dit dus belangrik vir die vroeë-adolesente dogter om bepaalde strategieë van handhawing te ontwikkel en in werking te stel. Dit moet haar in staat stel om deur hierdie oorgangsfase te beweeg na ’n nuwe fase van groter kalmte en balans (Shanahan, 2000; Miller & Kaiser, 2001; Dewilde, 2003; Wethington, 2005).

Dit was in hierdie studie duidelik dat die vroeë-adolesente dogter wel van bepaalde strategieë gebruik maak om die self te kan handhaaf. Ten einde haar keuse en gebruik van bepaalde handhawingstrategieë te verstaan is dit egter nodig om die wisselwerking tussen die evaluering en belewenis van ’n situasie of gebeurtenis, die gegaardgaande emosies en die keuse van strategieë om die situasie te hanteer, te verstaan.

Lazarus (1966) en Weiner (1986) aanvaar ’n kognitiewe benadering tot emosie en wys daarop dat daar ’n verband is tussen hoe die individu die situasie evalueer en die gevolglike emosies wat dit opwek. Vanuit sy attribusie-teorie wys Weiner (1986:119) verder daarop dat die individu se interpretasie van wat of wie die positiewe of negatiewe uitkoms veroorsaak het, deels die affektiewe reaksies op die uitkoms gaan beïnvloed. In aansluiting by Arnold (1960:452) en Lazarus (1966), erken Weiner (1986:121) dat die individu op die aanvanklike beoordeling van die uitkoms van ’n bepaalde situasie ’n bepaalde aanvanklike emosie (“primary emotion”) ervaar. Indien die uitkoms as negatief of anders as wat verwag is, beoordeel word, gaan die individu vir redes en oorsake

vir die uitkoms soek (attribusie), wat weer 'n sogenaamde attribusie-afhanklike emosie by die individu tot gevolg gaan hê. Weiner (1986:121) wys daarop dat die individu se beoordeling van die dimensies van die oorsaak (eksterne of interne oorsaaklikheid, stabiliteit en beheerbaarheid) 'n invloed gaan hê op die gevolglike emosies wat sy gaan ervaar.

In hierdie studie was dit duidelik dat die veranderende, groter-wordende liggaam en gepaardgaande toename in massa by die normale-massa vroeë-adolesente dogter hoofsaaklik emosies van ongemaklikheid en veral skaamte opwek, asook 'n ontevredenheid oor die veranderende liggaam. Weiner (1986:151-152) wys daarop dat skaamte gaan om 'n negatiewe self-evaluasie wat vir die individu 'n werklikheid is, wat direk verband hou met die self en wat die teenwoordigheid van ander impliseer. Die oorsaak word dikwels as buite haar beheer beskou en die individu ervaar dikwels 'n vrees/angs vir eksterne sanksies. Die normale-massa vroeë-adolesente dogter evalueer haar liggaam as deel van die self, negatief maar as onomwendbaar deel van die grootword-proses. Sy ervaar nie net die emosie van skaamte nie, maar daarmee saam ook 'n angs en vrees vir eksterne sanksies, soos dat mense sal praat of spot.

***My swakste liggaamsdeel is my bo-arms wat so flap ... en my bobene wat so flabber. Ek is partykeer skaam en ongemaklik met my liggaam. Die swaarste van grootword is dat mense my aankyk en lelke goed van my dink, maar ek moet maar net my liggaam oppas... (D1)***

***Wanneer ek soos 'n 9 voel het ek 'n slegte dag, veral my bene is vet. Geel is vir my 'n wegsteek-kleur, so soort van dit is net vir jou eie oë... ek wil my middellyf toemaak want dit word nou voller. Ek voel ek wil toe wees en nie my liggaam so wys nie, ek is nie gemaklik nie. Ek sou graag 'n 2 wees want die 3 se middellyf is te groot. Ek wil glad nie soos 'n 9 lyk nie want dan spot mense jou... (D11)***

***Toe ek verlede jaar in die skool gekom het, het maats my gespot en gesê ek is vet. Die moeilikste is dat ek oor my borste groter word... ek dink nogal my bobene is bietjie vet.... 'n kort-broek help ook dat vreemde mans nie so kan kyk en vat nie... ek kry skaam voor vreemde mans en seuns... mense praat meer oor vet mense as oor ander... (D14)***

Lazarus en Lazarus (1994:41) wys daarop dat skaamte dikwels gepaard gaan met 'n gevoel van verleentheid en vernedering ("embarrassment and humiliation") omdat dit vir die individu gaan om die belewenis dat sy nie aan die kulturele ideaal, wat ook deur ander gedeel word, voldoen nie – vir die normale-massa vroeë-adolesente dogter die feit dat sy dele van haar liggaam nou as groot en/of vet ervaar, voel dat ander daarna kyk en dat daar negatiewe sanksies (spot) toegepas word op mense wat groot en vet is. Dit gaan dus by skaamte, soos Lazarus en Lazarus (1994:64) dit stel, om 'n bangheid vir 'n bedreiging, naamlik kritiek en verwerping deur ander wat vir die individu 'n werklikheid en belangrik is, en daarmee saam die vrees of antisipasie vir 'n daaropvolgende emosie van hartseer weens die skeiding van die self van ander (hulle spot/praat).



***Ek wil nie soos 'n 6 tot 'n 9 lyk nie. Om soos 'n 6 tot 'n 9 te lyk is net te groot. Mense sê vreeslike goed soos "jy is vet". Dan voel mens hartseer, baie hartseer. Ek sou nie gemaklik gevoel het as ek so vet was nie, ek wil nie so lyk nie. Mense sal nie mooi dinge sê nie... (D1)***

***Hulle moenie vir my sê ek ek het dik bene en vet boude nie. Ek sou baie hartseer gewees het as hulle vir my so sê en gevoel het ek moet hard werk daaraan om dit te verander. Sy is baie ongelukkig want sy is vet en hulle sal sê sy is te lui om te oefen en nie lus vir sport nie... (D3)***

Die vraag is, hoe hanteer die dogter nou hierdie negatiewe belewenis van haar fisieke self en die gepaardgaande emosies as deel van die innerlike self? Weiner (1986:152) wys daarop die skaamte gewoonlik tot gevolg het dat die individu voel dat sy iets daaromtrent moet doen, soos om die self te verander, weg te kruip of weg te steek, of om haar van die situasie te onttrek of dit te vermy. Lazarus en Lazarus (1994:66) wys daarop dat dit baie moeilik is om skaamte te hanteer deur middel van vermyding ("avoidance") (om nie daaraan te dink nie), aangesien skaamte die self betrek en die individu (ook vanuit die perspektief van die simboliese interaksionisme) voortdurend met die self in interaksie is en bewus is van die self. Ten einde die emosie van skaamte te kan hanteer wend die individu haar dan eerder tot 'n ander probleem-gesentreerde of emosie-gesentreerde handhawingstrategie, soos om die uitkoms wat die skaamte tot gevolg het vir ander weg te steek, die emosie te vervang met ander emosies of om die oorsaak of redes vir die emosie te eksternaliseer.

Uit hierdie studie lyk dit asof die normale-massa vroeë-adolescente dogter veral van probleem-gesentreerde handhawingstrategieë gebruik maak ten einde haar belewenis van die veranderende en groter-wordende fisieke self en die gepaardgaande emosie van skaamte te hanteer. Sy maak dan ook spesifiek van wegsteek (sien **Bylaag O: Figure 27 tot 31**) en self-manipulasie (sien **Bylaag O: Figure 32 tot 34**) as strategieë gebruik. Lazarus en Lazarus (1994:153) wys daarop dat die keuse van handhawingstrategieë soos self-manipulasie en wegsteek die gevolg is van hoe die evaluering of attribusieproses plaasgevind het. Waar dit gaan om die self (soos die fisieke liggaam) wat deur ander moontlik negatief beoordeel kan word, die sanksies wat van buite toegepas kan word en die gepaardgaande emosie van skaamte, is die beste uitweg dikwels om self tot handeling oor te gaan, en die situasie vir ander te verander of weg te steek – sogenaamde "anticipatory coping" (Lazarus en Lazarus, 1994:153).

***Ek hou van die kamoefleer-voorkoms. Ek wou hê op die prentjie moes so 'n tikkie magie uitsteek, maar ek dra dit nie so nie. By my moet niks uitsteek nie, ek kry skaam. By die see kan mens so kort en kaal aantrek maar ek hou nie daarvan om so te loop nie. Ek loop by die see in my kostuum met 'n kortbroek bo-oor. Mense kyk my aan en dink lelike goed... (D1)***

***Ek dra nie sulke kort rokkies nie want my bene is te lank. Hulle moet nie sê ek het dik bene en boude nie. Ek het al baie gewig verloor en my bene voel soos 'n vier. Ek sou eerder soos 'n drie wou lyk. Ek dink ek kan nog so 'n bietjie maerder wees. Ek wil nie soos 'n nege lyk nie, dit is te vet en mense sê gewoonlik lelike goed soos jy is "vet" ... (D3)***



Die normale-massa vroeë-adolescente dogter maak dus hoofsaaklik van klere gebruik om die veranderende en groter-wordende fisieke self, wat sy dikwels as vet beleef en waaroor sy skaam voel, vir haarself en vir ander weg te steek.

Die normale-massa vroeë-adolescente dogter glo tweedens dat self-manipulasie 'n goeie uitweg is ten einde haar fisieke self meer positief te ervaar.

***Ek weet lekkers maak vet. As 'n mens oefen en minder eet, lyk jy beter. As ek 'n bietjie maerder is voel ek goed. Daarom probeer ek my bes om minder "sweeties" te eet. Hulle moet nie sê ek het dike bene en vet boude nie. Ek sou hartseer gewees het en gevoel het ek moet hard werk daaraan om dit te verander... (D3)***

***Ek dink dit is hartseer om so te lyk. Ek dink sy doen self niks daaraan nie en almal kan sien hoe sy lyk. Ek dink sy moet maerder word... (D11)***

***Ek dink as mens so vet lyk, voel jy sleg en sal self iets daaraan probeer doen soos om daardie onderklere te dra wat mens so indruk... (D14)***

Lazarus en Lazarus (1994:156-158) wys daarop dat emosie-gesentreerde handhawingstrategieë privaat en intern van aard is en dikwels gekies word as daar niks aan die saak gedoen kan word nie. Lazarus en Lazarus (1994:66) wys verder dat, in die geval van skaamte, die persoon die situasie dikwels hanteer deur te redeneer dat sy self niks gedoen het om oor skaam te voel nie, en dan kwaad te word. Dit gaan dus om die her-evaluering van die situasie en spesifiek die verandering van die lokus vanaf intern (dis my skuld) na ekstern (dis iets of iemand anders se skuld). In teenstelling met skaamte, wat 'n persoon hulpeloos laat voel, is woede 'n baie sterker emosie wat die persoon meer in beheer laat voel. Dit is dus 'n aktiewe verdedigingsmeganisme van die self en impliseer dat die self groter mag het.

***My bolyf en arms is die deel wat ek toe wil hê. My middel ondertoe tot by my knieë is ook net vir my eie oë. Ek het al baie gewig verloor... ek dink ek kan nog so 'n bietjie maerder wees. Ek dink as mens so vet lyk, voel jy baie skaam. Hulle moet nie sê ek is te maer of te vet nie... kritiek maak my kwaad... (D3)***

***Ek word groot, Tannie verstaan mos. Daarom wil ek my middellyf toemaak want dit word nou bietjie voller omdat ek groot word. Ek voel ek wil toe wees en nie my liggaam so wys nie, ek is nie gemaklik nie. Kritiek maak my kwaad en ek voel nie gelukkig as ander vir my onnodig kritiek gee nie... (D11)***

Uit die resultate blyk dit dat die oormassa vroeë-adolescente dogter se belewenis van haar fisieke self oorwegend 'n emosie van hartseer tot gevolg het. Levine (1996) en Jones (2006) wys daarop dat hartseer as emosie ervaar word wanneer 'n persoon die gebeure tydens die attribusieproses toeskryf as die gevolg van iets

of iemand buite haarself, terwyl Weiner (1986:126) daarop wys dat hartseer 'n uitkoms-afhanklike emosie is waar die uitkoms dikwels gesien word as die gevolg van niemand (niemand se skuld), stabiel en onbeheerbaar.

***Ek sou daarvan gehou het om soos die prenjie wat ek geplak het, te lyk. Ek sou gelukkig gevoel het en oor niks hartseer gewees het nie. Ek het myself probeer teken soos ek myself in die spieël sien, maar dan sê ek vir myself ek wil my nie anders teken nie want dit is hoe Liewe Jesus my gemaak het en ek moet tevrede wees daarmee. As kinders mens spot voel ek nie lekker nie want Jesus het jou so gemaak... (D6) Kritiek maak my hartseer. Dit voel vir my ek is nie goed genoeg nie, dit voel of die kinders nie van my hou nie. Die Here het my gemaak en ek is perfek... (D9)***

***Ek is hartseer as maats vir my kritiek gee oor my voorkoms, dit maak my baie seer. Sy voel goed oor haarself en solank sy goed voel "worry" sy nie oor wat ander van haar dink nie. Ek weet nie of mens 'n keuse het om so vet te wees nie, maar as die Here mens so gemaak het, moet mens tevrede wees... (D10) Ons familie is glad nie klein en kort nie. My Ouma was klein en kort, maar nie maer nie. Ons familie is nie eintlik klein en maer nie en ons het nie eintlik 'n liefde vir sulke klein maer mense nie... (D12)***

***Kinders sê vir my "jy is vet". As kinders vir ander so sê voel hulle seergemaak en wil net weghardloop. Dit is hoe ek voel as ek seergemaak voel. Dan dink ek, ek sal seker 'n plan moet maak, maar dit is hoe die Here my gemaak het en ek kan niks daaraan verander nie. Ek wil graag verander, maar dit is dalk die Here se manier om my so te hê... (D16)***

Die oormassa vroeë-adolesente dogter sien dus die lokus/rede vir haar toestand as buite haarself en, soos Weiner (1986:126) dit stel, lê dit eintlik voor niemand se deur nie. As God haar so gemaak het of as jy die vet oorgeëf het as 'n familie-trek, kan daar niks aan gedoen word nie (onbeheerbaar) en dis permanent (stabiel). Sy kan dit slegs aanvaar as, soos Lazarus en Lazarus (1994:75-77) dit stel, as 'n "irrevocable loss, in effect, the dramatic plot of sadness". Die gevolg is dan dat die persoon die idee om te verander of die saak te herstel, totaal opgee en slegs die hartseer oor die verlies moet leer hanteer. Om die saak te vererger, is hartseer 'n emosie wat baie moeilik is om openlik te erken en kan die hartseer of selfs rou/treur oor die verlies nie openlik gedoen word nie (Lazarus en Lazarus, 1994:84). Die vraag is, hoe hanteer die oormassa vroeë-adolesente dogter nou hierdie belewenisse van haar self? Daar moet op gelet word dat bogenoemde attribusieproses in werklikheid reeds 'n handhawingstrategie is wat ingespan is om die self kwyt te skeld van enige skuld. Indien die oormassa nie haar skuld is nie, maar die wil van 'n Hoër Hand, en daarby permanent en buite haar beheer, kan sy immers niks daaraan doen nie, moet sy dit net aanvaar en met die hartseer saamleef, maar hoef sy gelukkig nie skuldig of skaam daaroor te wees nie! Lazarus en Lazarus (1994:150) wys dan ook daarop dat daar by die emosie van hartseer gewoonlik by die persoon min of geen tekens is van aksie of 'n poging om die situasie te verander nie. Vanuit die resultate van hierdie studie was dit dan ook duidelik dat die oormassa vroeë-adolesente dogter nie erken dat sy skaam voel oor die oormassa nie en in werklikheid self bitter min doen om die probleem aan te pak en die situasie vir haarself te verander. Sy is wel bewus daarvan dat klere gebruik kan word om die voorkoms te

verbeter, maar oormassa en obesiteit kan ongelukkig nie met klere weggesteek word nie. Sy noem dan ook meestal dat haar klere gemaklik moet wees en aan ander moet wys hoe sy oor haarself voel – alhoewel dit moontlik 'n strategie mag wees ten einde nie haar oormassa en obesiteit te erken nie. Om te dieet of te oefen om maerder te word is vir ander 'n oplossing, maar nie vir haarself nie, want God het haar so gemaak en dit is finaal! Wanneer sy gevra word om te reageer op foto's van oormassa en normale-massa persone, reageer sy meestal net met betrekking tot die gesig en klere en selde, indien ooit met betrekking tot die lyf – wat moontlik weer dui op 'n strategie van vermyding.

***Ek dink sy voel 'n bietjie vet, maar die romp is gemaklik. Ek dink ander sal sê sy is bietjie kwaai, maar sy probeer nie wys dat sy vet is nie. Sy dra los klere maar sy steek seker nie die vet weg nie. Partykeer lyk mense so omdat hulle so gebore is. Partykeer kry mens 'n siekte, dan kan jy ook so lyk. Partykeer is dit omdat mense te veel TV kyk en eet. ... dit is hoe Liewe Jesus my gemaak het en ek moet tevrede wees ... (D6)***

***Ek dink sy voel mooi, oulik en vriendelik want haar gesig lyk so. Ek dink ek sou so kon wees, maar haar heupe en eintlik haar hele lyf sou ek skraler wou hê. Ek dink die een is bietjie groot, maar sy voel nog mooi. Sy wys vir ander dat, al lyk haar lyf groot het sy nog iets bereik om mooi en netjies te wees... (D9)***

***Ek hou meer van denim kortbroeke, dit is vir my net gemakliker. My klere moet wys hoe ek oor myself voel en wat ek van die lewe dink. As ek nuwe mense ontmoet, kyk ek na hulle gesigte om hulle persoonlikhede te sien... Hierdie een voel selfbewus want sy weet almal kan sien sy is oorgewig, Sy wil dit wegsteek, maar kan nie rêrig nie. As die Here mens so gemaak het, moet jy tevrede wees... (D10)***

***Ek hou van gemaklike klere, ek hou nie van broeke wat so laag sit nie, dit is vir my ongemaklik. Ek dink sy voel of sy op 'n dieet wil gaan, of sy wil meer gaan oefen, of altwee, maar sy het seker nie tyd daarvoor nie... (D13)***

***Mense wat so vet lyk soos ons dominee voel nie lekker nie en hulle kry ook swaar, maar hulle is in die gewoonte om baie te eet. Mense het 'n keuse om so te lyk. As hulle van baie-eet so lyk moet hulle minder eet. As ander vir my sê ek lyk vet, dink ek dat ek seker 'n plan moet maak, maar dat dit is soos die Here my gemaak het en ek kan niks daaraan verander nie... (D16)***

Die vraag is dus: Indien die oormassa vroeë-adolessente dogter nie haar situasie hanteer deur middel van pobleem-gerigte handhawingstrategieë gebruik te maak nie, hoe hanteer sy dit dan? Uit die resultate van hierdie studie blyk dit dat die oormassa vroeë-adolessente dogter, bo-en-behalwe die attribusie-proses (sien **Bylaag O: Figure 35 tot 37**) wat haar as't ware dwing om maar net die situasie te aanvaar, haar oormassa-situasie en die gepaardgaande emosie van hartseer hanteer deur middel van vermyding, deur die her-beoordeling van die situasie ("reappraisal") en deur ontkenning (sien **Bylaag O: Figure 38 en 39**).



Lazarus en Lazarus (1994:159) wys daarop dat vermyding (“avoidance”) ’n emosie-gesentreerde handhawingstrategie is waar die individu probeer om nie aan die probleem te dink nie deur byvoorbeeld sy/haar aandag of gedagtes toe te spits op iets anders. Uit die resultate was dit duidelik dat die oormassa vroeë-adolessente dogter veral die emosie van hartseer hanteer deur haar aandag toe te spits op ander dinge wat aan haar meer plesier verskaf.

***As ek mooi dinge sien word ek baie gelukkig. As ek mooi dinge sien en ek is naby die huis gaan ek na my kamer en neem my Bybel en lees ’n stukkjie en probeer dit wat ek gesien het, afteken. Sy (ek) bak omtrent elke dag maar sy word nie so kwaad en hartseer nie want sy het nog nooit kritiek gekry oor wat sy maak nie... (D6)***

***Ek is mal oor musiek... dit sit my in ’n goeie bui. Dan dink ek nie veel nie, dit is waarom dit my so gelukkig maak... dan konsentreer ek so op die musiek se mooi klanke en dan dink ek nie aan die dinge wat my ongelukkig maak nie... (D12)***

Lazarus en Lazarus (1994:159) wys daarop dat vermyding in werklikheid ’n swak en tydelike handhawingstrategie is. Alhoewel dit kan bydra tot die tydelike verbetering van iemand se gemoedstoestand, vat dit ongelukkig nie die probleem weg nie. Her-beoordeling van die situasie is volgens Lazarus en Lazarus (1994:159-160) ’n veel sterker en meer effektiewe emosie-gesentreerde handhawingstrategie as vermyding. Dit behels die verandering van die persoonlike betekenis van wat gebeur het, ten einde dit minder bedreigend vir die individu te maak. Op die lange duur mag dit vir die individu selfs die mees effektiewe strategie wees. Uit die resultate van hierdie studie blyk dit dat die oormassa vroeë-adolessente dogter veral van hierdie handhawingstrategie gebruik maak. Sy glo ander oormassa mense voel waarskynlik hartseer en skaam oor die oormassa en gepaardgaande kritiek, maar wanneer dit by haar eie oormassa en gepaardgaande kritiek kom, draai sy die betekenis van die situasie om deur daarop te wys dat dit eintlik nie die liggaam is wat saak maak nie, maar die innerlike, en dat sy haar daarom nie aan kritiek steur nie.

***Sy voel sleg want dis nie lekker om so vet te wees nie. Ek wil graag ’n drie wees en nie ’n nege nie want dis nie lekker om so vet te wees nie. Ek hou van vriendelike mense. Dit is vir my belangrik om vriendelik te wees. Ek dink ek is fluks en vet. Ek probeer altyd meer doen as wat ek hoef te doen... (D6)***

***Ek dink die een is bietjie groot, maar ek dink sy voel nog mooi, want al het sy so ’n groot lyf het sy vir die mense gewys sy het iets bereik. Kritiek van my maats sal my nie eens raak nie want die Here het my so gemaak en ek is perfek so. Wat ander van haar sal sê, hang af van hulle gesindheid. As dit goed is, sal hulle na haar persoonlikheid kyk en nie na haar lyf nie... (D9)***

***Ek dink sy voel baie skaam. As mens so vet is, word jy gespot en kry jy skaam. Sulke opmerkings maak my nie meer seer nie. Ek gee regtig nie meer om nie. Dit is hoe jy binne lyk wat saak maak. Hoe jy buite lyk bepaal nie baie dinge nie... (D12)***

***Ek dink die vrou voel sleg want sy is baie vet. Ander sal sê hulle dink sy moet gewig verloor. Ek dink maats voel seergemaak as ander sulke dinge vir hulle sê. Ek weet nie hoe ek sou voel nie. Ek sal maar net aangaan en maak of niks gebeur nie... Dit is hartseer want kinders kyk nie na jou vriendelikheid nie. Ek dink ek is vriendelik en kom goed oor die weg met ander mense en dit maak my 'n goeie mens... (D15)***

In die geval van ontkenning as handhawingstrategie weier die individu om die probleem of emosie as bedreiging te erken. Lazarus en Lazarus (1994:166-167) wys daarop dat die ontkenning van die realiteit gevaarlik kan wees, aangesien dit kan lei tot lewensbesluite wat vir die individu negatief kan wees. Uit die resultate van hierdie studie was dit duidelik dat die oormassa vroeë-adolesente dogter in baie gevalle weier om die realiteit van haar oormassa en die gejaardgaande emosies te aanvaar, en dit dan net ontken.

Wanneer sy gevra word om sketse van haarself of van haarself en haar maats te maak, teken sy dikwels net die koppe, of stel sy haarself met simbole voor (sien **Bylae F en L**). Wanneer sy daarvoor uitgevra word, maak sy verskoning dat sy nie die lywe kon teken nie of nie geweet het hoe om dit te teken nie, terwyl sy in werklikheid op ander sketse die lywe inteken. Wanneer die lywe wel geteken word, is dit nie oormassa lywe soos wat sy in werklikheid lyk nie, maar dikwels eintlik in verhouding baie klein en maer lywe met besondere groot koppe, of selfs fantasie-lywe (sien **Bylae F, K en L**). Selfs wanneer sy gevra word om haarself op die liggaamstevredenheidskaal aan te dui, ontken sy dat sy in werklikheid oormassa is (sien **Bylaag I** vir die liggaamstevredenheidskaal). Sy ontken ook dat haar klere ongemaklik is omdat sy oormassa is, en is ook meestal op haar eie gesig of dié van ander gefokus, in stede van op die liggaam.

***Ek het nie die lywe geteken nie omrede ek 'n bietjie lui was... (D6)***

***Ek weet nie hoekom ek voel ek is vet nie, maar ek dra groter klere as my maats... (D6)***

***Ek het my kop geel geteken omdat ek gemaklik voel met my kop. Hy pla my nie. My kop is die gemaklikste stuk van my lyf... (D10)***

***Ek het net my kop geteken want ek weet nie hoe om die lyf te teken nie, want my lyf is nie vir my mooi nie, maar ek is nie regtig ongelukkig daarvoor nie; My heel beste liggaamsdeel is eintlik my hele liggaam.***

***Ek dink ek is dalk 'n bietjie oorgewig, maar nie baie nie... (D12)***

***Ek weet nie waarom my skoolbroeke my skawe tussen my bene nie, maar my ma het 'n plan gemaak en vir my en my sussie van ander materiaal broeke gemaak... (D15)***

Daar moet op gelet word dat ontkenning in werklikheid vir die individu 'n negatiewe handhawingstrategie is wat niks doen om die probleem op te los en die emosie te verander nie. Die feit dat die oormassa vroeë-adolesente dogter nie met haar oormassa-toestand gekonfronteer wil word nie en dit, die gejaardgaande emosies en die belangrikheid van ander se opinie ontken, help haar nie om massa te verloor en van die hartseer as gevolg van ander se kritiek (wat sy ontken belangrik is), ontslae te raak nie. Dit help haar slegs om die situasie tydelik en vir die oomblik te hanteer. Vanuit 'n lewensverloop-perspektief wys Shanahan (2000) daarop dat die keuses wat die

individu maak ten einde die self tydens 'n bepaalde oorgangsfase te kan handhaaf, ook weer implikasies het vir 'n volgende of latere fases. Vanuit 'n ontwikkelingsperspektief wys Havighurst (in Rice, 1995:333) daarop dat die aanvaarding van die fisieke veranderinge (waaronder die toename in massa) en die effektiewe benutting van die liggaam, een van die belangrikste ontwikkelingstake tydens adolessensie is. Indien die dogter dus nie die veranderinge (waaronder die toename in massa) positief kan aanvaar nie, behoort sy strategieë te ontwikkel of te gebruik wat haar kan ondersteun in die aanvaarding van 'n veranderende, en uiteindelik nuwe voorkoms, wat ook vir ander wat vir haar belangrik is, aanvaarbaar is. Vanuit die simboliese interaksionisme wys Charon (1998:80-81) daarop dat ander, soos vir die ontwikkeling van die self, ook vir die handhawing, beheer en bestuur van die self belangrik is. Die individu bestuur/beheer die self met inagneming van die opinies van ander wat vir haar belangrik is. Die veralgemeende ander, "hulle/ander mense" waarna sy vroeër verwys het, wat oor mens skinder of agter jou rug praat, behoort dus vanuit so 'n siening die standaard te wees waarvolgens sy haar strategieë kies en haar self bestuur ten einde dit te laat ontwikkel en na 'n volgende ontwikkelingsfase te kan oorgaan. Die oormassa vroeë-adolesente dogter ontken nie net die samelewing as veralgemeende ander se perspektief met betrekking tot die belangrikheid van 'n skraal liggaam (fisieke self) as deel van die self nie, maar ontken ook dat hulle opinie en terugvoer vir haar belangrik is. Sy kies dus geen strategie om die fisieke self vir hulle te verander en aanvaarbaar te maak nie. Waar die normale-massa vroeë-adolesente dogter strategieë (soos manipulasie en wegsteek) kies wat die fisieke self vir ander verander, vir haarself meer aanvaarbaar maak en die emosie van skaamte verminder, bly die oormassa dogter se fisieke self dus vir haar self en vir ander dieselfde. Al erken sy dit nie dat ander se opinie daarvoor belangrik is nie, bly die emosie van hartseer weens die onveranderde fisieke self en ander se terugvoer daarvoor, dieselfde en dra sy dit waarskynlik saam met haar na 'n volgende lewensfase.

Daar moet in gedagte gehou word dat die stigmatisering van oormassa in die Westerse wêreld baie sterk is en dat die persepsie bestaan dat die oormassa persoon vir sy/haar eie toestand verantwoordelik is en dus die oormassa kan beheer (Quinn & Crocker, 1999; Puhl & Brownell, 2003a; 2003b; Schwartz & Brownell, 2004). Voor iemand egter gestigmatiseer kan word, moet daar een of ander sigbare teken of merk wees wat deur ander met wie die persoon in interaksie is, raakgesien word – in die geval van die vroeë-adolesente dogter, die oormassa of obesiteit wat ander raaksien en waaroor hulle haar spot (Rush, 1998). Jones *et al.* (1984:124) wys daarop dat 'n persoon egter net gestigmatiseer kan voel indien die stigma aangeneem word. As die merk oor 'n periode van tyd beklemtoon word, word dit deel van 'n geïntegreerde netwerk van gedagtes, emosies en verwagtings met betrekking tot die merk en word dit dus deel van die self. Die teendeel is egter ook waar. Indien die individu, deur middel van watter strategie ook al, dit kan regkry om die merk te ignoreer, word die stigma nie aanvaar nie en dus nie deel van die self nie. Uit hierdie studie is dit duidelik dat die oormassa vroeë-adolesente dogter wel bewus is van oormassa-stigmas en stereotipes en selfs daarvoor gespot word. Sy verkies egter om die merk te ontken en te probeer vermy in haar poging om nie die merk of stigma van oormassa aan te neem as deel van die self nie. Die hartseer weens ander wat haar stigmatiseer se reaksie bly egter, en die wyse waarop sy dit probeer hanteer is om haarself wys te maak dat ander se opinie nie vir haar belangrik is nie. Vanuit die siening van die simboliese interaksionisme is die ontwikkeling en instandhouding van die self egter afhanklik van ander. Die feit dat die self

'n sosiale objek is, beteken dat self-definisie afhanklik is van sosiale konsensus. Die opinie van ander is nie net van kritieke belang vir die self nie, maar ook vir ander sosiale gedrag. Die instandhouding van 'n stabiele self word dus vir die persoon wat gestigmatiseer word, in hierdie geval die oormassa vroeë-adolesente dogter, besonder moeilik (Jones *et al.*, 1984:111).

Om uitspraak te gee met betrekking tot die geskiktheid van die normale-massa en oormassa vroeë-adolesente dogter se keuse van handhawingstrategieë val nie binne die perke van hierdie studie nie. Boonop is dit moeilik om 'n spesifieke handhawingstrategie bloot as positief of negatief te kategoriseer. Dit gaan immers daarom of die strategie die persoon kon ondersteun in die aanpas by die situasie en/of emosie. Gamefski, Boon en Kraaij (2003) konseptualiseer positiewe handhawing of sogenaamde "adaptive coping" as 'n respons op stres waarvan die gevolg positiewe her-waardering is, met ander woorde, aanvaarding, herstrukturering en positiewe persoonlike groei.

## 5.5 VERLORE KINDERJARE

Uit die voorafgaande bespreking en teen die agtergrond van 'n lewensverloop-perspektief (Elder & Elder, 1994), lyk dit asof massa en toename in massa as belangrike komponent of kenmerk van die vroeë-adolesente oorgangsfase wel gevolge het vir hoe die normale- en oormassa vroeë-adolesent in hierdie studie die self beleef, en dat dit as't ware, soos gestel deur Marshall en Mueller (2004:20), 'n keerpunt of sogenaamde "turning point" met betrekking tot vele lewensbane is. Uit die voorafgaande is dit duidelik dat dit in werklikheid vir haar 'n tydperk van menige veranderinge en emosies is, wat nie noodwendig deur die normale-massa en die oormassa dogter eenders beleef word nie, maar wat albei moet hanteer (hoewel nie noodwendig dieselfde nie), ten einde (vanuit 'n ontwikkelingsperspektief) belangrike ontwikkelingstake te kan bemeester wat haar in staat sal stel om te kan oorbeweeg na 'n volgende fase met groter stabiliteit.

Alhoewel die normale-massa en die oormassa vroeë-adolesent in hierdie studie hul massa as deel van die self verskillend beleef, totaal verskillende emosies daaromtrent ervaar, verskillend daarvoor dink en die situasie en gepaardgaande emosies verskillend hanteer, lyk dit asof hulle aan die einde van die stryd klaarblyklik tog weer by dieselfde ervaring of belewenis van die totale vroeë-adolesente tydperk uitkom, en ook dieselfde daarvoor voel. Soos in die geval van haar belewenis van die fisieke self, word haar belewenis van die totale lewensfase waarin sy nou is, en die gepaardgaande emosies wat sy daaromtrent ervaar, gerig deur die teenwoordigheid van ander, wat vroeër moontlik nie vir haar 'n werklikheid was nie. Die moeilikste van hierdie tydperk is dan ook dat sy moet lyk en optree soos wat ander van haar verwag. Dit laat by haar 'n besef van die verlies van die lekker, maar verlore kinderjare en 'n emosie van veral hartseer oor die permanente verlies. Die lewe gaan egter aan en sy moet voortbeweeg na 'n nuwe fase. Sy kan dus slegs haar situasie hanteer deur dit te aanvaar of moontlik tydelik die hartseer hanteer deur middel van wensdenkery ("wishful thinking"), wat volgens Lazarus en Lazarus





(1994:171-2) 'n negatiewe of swak strategie is aangesien dit die individu net tydelik beter kan laat voel, maar niks aan die hantering van die situasie doen nie.

***Die swaarste van grootword is ander mense kyk na my en dink lelke goed, maar ek moet maar net my liggaam oppas. Ek kan nie meer so lekker voor my maatjies swem soos altyd nie. Ek is partykeer skaam en ongemaklik oor die veranderinge... (D1)***

***Die moeilikste van grootword is dat mens nou soos 'n grootmens moet begin optree. Dit is goed, maar ek wil nie so vinnig groot word nie... (D2)***

***Ek sou graag langer klein wou bly... ek kan nou nie so lekker swem en sommer met my "party" en kaal bo-lyf in die swembad spring nie... (D3)***

***Wat die moeilikste is van grootword is dat mens die hele tyd moet omgee hoe jy lyk. Dit voel vir my ek moet heelyd mooi en goed lyk. Partykeer is ek hartseer oor die veranderinge, maar dan herinner ek myself dat almal moet groot word... (D7)***

***Die slegste vir my van grootword is dat kinders mens spot oor jou groot voete en die seuns sê "jy word vet". Ek mis die lekker speel van my kinderjare die meeste... (D9)***

***Die moeilikste van grootword is dit maak ekstra moeite want nou moet jy skeer. Ek mis die meeste van my kinderjare dat ek nie so maklik skuldig gevoel het nie... (D13)***

***Die swaarste van grootword is dat ek nie meer kan speel soos toe ek klein was nie. Ek voel maar "okay" daaroor (D15).***

Dit is opmerklik dat, toe die vroeë-adolesente dogter direk gevra is wat vir haar die moeilikste is van hierdie tydperk, sy nie die fisieke veranderinge en spesifiek massa of die toename in massa en die gepaardgaande emosies van skaamte en hartseer, genoem het nie, maar die gevolge wat dit vir haar het, naamlik dat dit haar nou in 'n nuwe lewensfase sit waar sy ander rolle moet begin aanneem en wat ook ander gedrag en optrede van haar verg, weens die teenwoordigheid van ander en wat hulle van haar verwag. Dit kan wees dat die vroeë-adolesente dogter tog daarin slaag om met haar gekose strategieë die massa-situasie as deel van die self te hanteer. Fisieke veranderinge en die groter word van die liggaam/toename in massa kan immers by die normale-massa dogter vir ander weggesteek word deur klere, terwyl dit dan ook die emosie van skaamte kan verminder. Terselfdertyd kan die oormassa dogter moontlik haar oormassa en ander se reaksie hanteer deur die oormassa en die belangrikheid van ander se opinie te ontken in haar belewenis van die fisieke self, en dit dan te vervang met groter klem op die belangrikheid van die innerlike self. Die feit bly egter dat beide die fisieke en innerlike self deel van die self is. Mead (1934:140) wys dan ook daarop dat belewenis van die een, ook gevolge vir die belewenis van die ander het, en dat, as die een belig word (soos dat dit verander), die ander ook belig word, maar altyd in interaksie met ander vir wie die self aangebied/voorgehou moet word. Of sy dus dele van die fisieke

self vir ander wegsteek, en of sy dit ontken, neem uiteindelik nie ander in die belewenis van die self weg nie, en bly die aanbied van die self vir ander (hetsy die bestuur van 'n aanvaarbare voorkoms of die aanneem van nuwe rolle en gepaardgaande gedrag) dus vir die vroeë-adolessente dogter van die moeilikste take van grootword.

Kaiser (1990:186-190) wys op die belangrikheid van kleding en voorkoms wanneer 'n persoon 'n nuwe rol moet aanneem en ook haar identiteit vir haarself en vir ander binne 'n bepaalde sosiale situasie moet aandui. Kaiser (1990:186) stel dit dat die individu deur middel van selfidentifikasie haar sogenaamde identiteit uitdruk. Voorkomsbestuur ondersteun die individu in haar antisipasie van watter identiteite sy in 'n bepaalde situasie aan ander wil aanbied. Dit gaan dus oor die individu self, die ander, asook die bepaalde situasie - in hierdie geval die vroeë-adolessente dogter wat nou 'n nuwe rol-identiteit moet aanbied wat nie net vir haar nuut en vreemd is nie, maar wat sy ook so moet aanneem dat ander daarmee tevrede is en sy aanvaar word binne die bepaalde samelewing se standaard. Kaiser (1990:186) wys verder daarop dat die individu nie kan vasklou aan 'n bepaalde identiteit nie – in dié geval die van ouderdom en kind. Betekenisse en voorkomste wat met 'n bepaalde identiteit geassosieër word, word sosiaal gekonstrueer en daar word van die individu verwag om by die gedrag (ook kledinggedrag) van 'n bepaalde identiteit te hou. Kaiser (1990:193) wys op die belangrikheid van ouderdom- en geslagsrolle en gepaardgaande voorskrifte in die individu se identiteit en belewenis van die self (wie en wat ek is...). Wanneer 'n bepaalde rol vir die individu belangrik is in haar identiteit, soos 'n nuwe en meer volwasse geslagsrol, is dit gewoonlik vir die individu belangrik om deur middel van haar voorkoms en kleding aan ander aan te dui dat sy die bepaalde rol suksesvol aangeneem het. Met betrekking tot die vroeë-adolessente dogter dui dit op 'n veranderende voorkoms en versorgingsgedrag te spyte van die feit dat dit moeite is en tyd neem wat vroeër aan speel gewy is.

Massa-toename gedurende die vroeë-adolessente jare gaan dus nie bloot om fisieke veranderinge by die kind nie, dit raak ook haar innerlike en haar funksionering in 'n sosiale omgewing tussen ander. Met betrekking tot kleding is die konsekwensies ook nie bloot klere wat te klein of te kort word nie, maar 'n totaal nuwe en ander voorkoms en kledinggedrag as 'n deel van 'n nuwe rol met ook ander gepaardgaande rolgedrag wat die samelewing van haar verwag. 'n Bevestiging van Mead (1934) se siening: "Man is body, soul and mind" wat met die een deel van self gebeur het, het dus ook konsekwensies vir wat met die ander gebeur.

Teen die agtergrond van die voorafgaande hoofstuk word daar in **HOOFSTUK 6** gevolgtrekkings gemaak met betrekking tot die breë navorsingsvrae wat die studie gerig het. Die bydrae wat die studie tot die kledingteorie kan maak word uiteengesit terwyl aanbevelings gemaak word met betrekking tot die waarde wat kleding vir die vroeë-adolessente dogter mag hê.

## HOOFSTUK 6

### GEVOLGTREKKINGS, EVALUERINGS EN AANBEVELINGS

---

#### 6.1 AGTERGROND

Soos in **HOOFSTUK 1** beskryf, was die doel van hierdie studie om insig te verkry oor die rol wat massa-toename mag speel in die vroeë-adolesente dogter se belewenis van die self. Gevolglik is 'n kwalitatiewe navorsingstyl gebruik en die navorser het van ongestruktureerde onderhoudmetodes, persoonlike dokumentasie (dagboeke, foto's, sketse en collages) en fokusgroepe gebruik gemaak om data in te samel. Bepaalde stimulistegnieke is gebruik ten einde die deelnemers in 'n situasie te plaas waar hulle in staat is om spontaan uitdrukking te gee aan hul belewenisse, sonder voorskrifte van die navorser. Verbatim transkripsies van onderhoude, deelnemers se eie pogings en netwerke vanuit die Atlas.ti-program is gebruik as verifiëring vir die bespreking en interpretasie van die resultate. Bespreking en interpretasie van die resultate is gedoen teen die agtergrond van die gekose perspektiewe en die drie oorkoepelende navorsingsvrae wat die navorsing gerig het, naamlik:

- Watter rol speel massa-toename in die vroeë-adolesente dogter se belewenis van die self en wat is die implikasies daarvan vir haar kledinggedrag?
- Wat is die rol van ander in die vroeë-adolesente dogter se belewenis van die self en wat is die implikasies daarvan vir haar kledinggedrag?
- Hoe handhaaf die vroeë-adolesente dogter die self gedurende hierdie oorgangsfase en wat is die implikasies daarvan vir haar kledinggedrag?

Vervolgens word daar 'n bespreking gegee van die algemene gevolgtrekkings waartoe daar gekom kan word, die studie word geëvalueer terwyl daar ook aanbevelings gemaak word met betrekking tot die keuse van die kwalitatiewe strategie in navorsing met vroeë-adolesente, en die waarde wat kleding vir die vroeë-adolesente dogter mag hê.

#### 6.2 GEVOLGTREKKING

##### 6.2.1 Agtergrond met betrekking tot die aanbieding van die gevolgtrekkings

Hoewel daar studies gedoen is met betrekking tot die oormassa vroeë-adolesente dogter, is die probleem dat daar ongelukkig weinig, indien enige, indiepte-studies gedoen met die doel om te verstaan hoe die vroeë-adolesente dogter nie net oormassa nie, maar spesifiek die toename in massa as deel van die self beleef, asook

watter strategieë sy in werking stel ten einde by 'n veranderende fase in haar lewe te kan aanpas. Die doel was om insig en begrip te kry en nie om sekere veralgemenings te maak, hipoteses te bewys, of om die werke van vorige navorsers te bevestig nie, maar juis om die vroeë-adolessente dogter in totaliteit te bestudeer en begrip te probeer kry van hoe sy massa-toename tydens hierdie oorgangsfase van haar lewe beleef. Vir hierdie doel is die simboliese interaksionisme en 'n lewensverloop-perspektief as vertrekpunte gebruik.

Met die drie oorkoepelende navorsingsvrae wat die studie gerig het en teen die agtergrond van die gekose perspektiewe, was dit vir die navorser moontlik om die resultate onder vier hoofemas te interpreteer, naamlik:

- massa as self
- die self op die planke
- die stryd met die self
- verlore kinderjare

Hierdie vier temas is egter in mekaar verweef om die volledige bevindinge te kan weergee. Om dus nou tot 'n gevolgtrekking te kom wat volgens die breë navorsingsvrae in kompartemente ingedeel is, sou 'n verdraaide weergawe gee van wat gevind is – ook omrede die navorser vanuit die interpretasie van mening is dat persoonlike massa 'n rol mag speel in hoe die vroeë-adolessente dogter massa-toename beleef asook hoe sy daarop reageer. Met die doel van die navorsing asook die breë/oorkoepelende navorsingsvrae in gedagte, word daar dus eerstens 'n oorkoepelende gevolgtrekking gemaak ten opsigte van die rol van massa-toename in die vroeë-adolessente dogter se belewenis van die self, waarna verskille in die normale-massa en oormassa dogter se belewenisse en hul hantering daarvan onder afsonderlike gevolgtrekkings hanteer word. Alhoewel daar in die gevolgtrekkings na die vroeë-adolesent verwys word, is hierdie nie veralgemenings nie; dit het slegs betrekking op die steekproef.

### **6.2.2 Oorkoepelende gevolgtrekking aangaande die rol van massa-toename in die vroeë-adolessente dogter se belewenis van die self**

Uit hierdie studie kan daar eerstens tot die gevolgtrekking gekom word dat massa, en dan spesifiek ook massa-toename, tydens vroeë-adolessensie nie los van die dogter se fisieke self gesien kan word nie. Dit speel nie net 'n rol speel in hoe sy haar fisieke self, veral in interaksie met ander, beleef nie, maar ook in hoe sy haar innerlike self beleef. Dit sluit spesifiek ook die emosies in wat die belewenis by haar tot gevolg het. Vir die vroeë-adolessente dogter is daar 'n wisselwerking tussen massa, groter word en vet – en verandering in die lyf en ledemate word dikwels as vet ervaar. Vir die vroeë-adolessente dogter is hierdie veranderinge oorweldigend en sy beleef dit dat haar liggaam skielik groter, langer, swaarder of breër word. Dit was verder duidelik dat dit vir die vroeë-adolessente dogter nie net gaan om verandering van primêre en sekondêre geslagskenmerke nie, maar om verandering en gepaardgaande ontevredenheid wat sy nou skielik met betrekking tot al die dele van die

fisieke self beleef, ongeag of die verandering 'n werklikheid is en of sy werklik oormassa is al dan nie. Sy is dus nou in staat om die liggaam as geheel, maar ook die dele daarvan raak te sien, uit te lig, te evalueer en tevrede of ontevrede daarvoor te voel. Sy is ook geneig tot perseptuele groepering van die liggaamsdele met groter ontevredenheid met die middel-, heup- en bobeen-areas.

Alhoewel die veranderinge en die groter en breër word van die liggaam en dele daarvan 'n rol speel in al die deelnemers se belewenis van hul self, kan daar uit hierdie studie verder tot die gevolgtrekking gekom word dat die normale-massa vroeë-adolesente dogter massa-toename anders beleef as die dogter wat vroeë-adolessensie as oormassa betree het, dat dit by die normale-massa en oormassa dogter verskillende reaksies en emosies uitlok, en dat hulle dit ook anders hanteer ten einde hulle self in interaksie met ander te kan handhaaf. Hierdie verskille in die belewenis van massa-toename en die hantering daarvan word breedvoerig onder **6.2.3** en **6.2.4** bespreek.

Fisieke veranderinge word egter nie net aan haar liggaam beleef nie, maar ook wat die passing van haar kledingprodukte betref. Stywe, ontblotende en kort klere wat haar liggaam benadruk laat die vroeë-adolesente dogter ongemaklik, onrustig, vet en skaam voel. Haar belewenis van haar fisieke self raak dus ook nou haar belewenis van, en voorkeur vir, haar kleding as tweede vel wat op die skeidingsgrens tussen die self en ander lê. Dit gaan dus nie vir die vroeë-adolesente dogter bloot om die kleiner of korter word van haar klere of om 'n behoefte aan groter of beter passende klere nie, maar om 'n totale verandering van haar klerestyl en voorkoms. Aan die eenkant moet klere haar help om veranderinge wat sy as "vet word" ervaar vir ander weg te steek, en die dele waarvoor sy ongemaklik en skaam voel soos veral haar heupe en bo-bene toe te maak en net vir haar eie oë te hou. Dit help haar waarskynlik om tussen ander nie so bewus te wees van die liggaamsdele waarvoor sy ongemaklik voel nie, en help daarom waarskynlik ook om die emosie van skaam wees wat met die veranderinge gepaardgaan, te verlig.

Aan die ander kant moet die klere haar nou ondersteun in die aanneem van 'n nuwe rol en identiteit – 'n meer volwasse vroulike rol waar dit van haar verwag word om nie meer soos 'n kind te lyk nie. 'n Totaal ander klere- en voorkomsstyl ondersteun haar moontlik in die verkenning van 'n gedragswyse wat gepaardgaan met die nuwe identiteit wat sy probeer aanneem, en ook aan ander wil kommunikeer.

Daar kan uit hierdie studie tot die verdere gevolgtrekking gekom word dat die vroeë-adolesente dogter se belewenis dat die liggaam en dele daarvan in massa toeneem, ook gevolge het vir hoe sy nou oor haar innerlike self voel, en dat enige negatiewe opmerkings oor haar liggaam haar skaam, hartseer of kwaad laat voel, op haar innerlike van toepassing gemaak word en selfs as simbool van bepaalde aspekte van haar innerlike self geneem word. Sy ervaar haar liggaam en dié se veranderinge dus as objek wat geëvalueer kan word en wat by haar tot bepaalde emosies lei – by die normale-massa vroeë-adolesente dogter waarskynlik hoofsaaklik die emosie van skaamte en by die oormassa vroeë-adolesente dogter waarskynlik dié van hartseer. Vir die vroeë-adolesente

dogter staan die liggaam as fisieke self dus nie los van die innerlike self nie; as die een uitgelig word, het dit ook implikasies vir die ander. Kleding lê as tweede vel tussen die dogter en ander. Tydens interaksie met ander gaan dit vir haar oor hoe ander haar waarneem, met ander woorde dié dele van die liggaam of fisieke self wat ontbloom is, en dié dele wat bedek of weggesteek word, of waarvan die vorm deur klere verander word. Fisieke self, voorkoms en kleding kan met ander woorde nie van mekaar geskei word nie, al drie vorm deel van die self tydens interaksie met ander. Tydens interaksie met ander gaan dit vir die vroeë-adolesente dogter oor haar voorkoms (liggaam & kleding) waaroor sy nou ongemaklik voel, en die emosie van skaamte wat sy beleef. Vir die vroeë-adolesente dogter kan die fisieke self egter nie van die innerlike self geskei word nie. In die sosiale omgewing en interaksie met ander, kry die fisieke self (voorkoms) wat die kleding en liggaam insluit vir haar 'n ander betekenis as bloot net 'n voorkoms. In haar denke kry dit betekenis en gebruik sy dit as simbool van ander aspekte van die self, soos wie en wat sy is, en wil sy dit ook so deur middel van haar voorkoms aan ander kommunikeer.

Vir die vroeë-adolesente dogter gaan dit nie bloot net om die veranderinge nie, maar spesifiek om wat die veranderinge tot gevolg het in haar interaksie met ander en die implikasies wat dit vir haar inhou met betrekking tot die aanneem van nuwe rolle. Daar kan tot die gevolgtrekking gekom word dat ander 'n belangrike rol speel in die belewenis van die self en spesifiek met betrekking tot die rol wat veranderinge en massa-toename nou speel. Die vroeë-adolesente dogter is nou in staat om, buiten die betekenisvolle ander, ook die verwysingsgroep-ander en die veralgemeende ander se perspektiewe met betrekking tot massa in ag te neem in haar evaluering van haar fisieke self, en hierdie ander se opinies is vir haar belangrik in die belewenis van die self en spesifiek ook die belewenis van massa-toename as deel van verandering. Sy is dus nou, veral wat haar voorkoms betref, op die planke en beleef dat ander haar fisieke voorkoms nou baie meer intens waarneem, agter haar rug daarvoor praat en selfs massa en die veranderinge as simbool van bepaalde aspekte van haar innerlike self sien. In die teenwoordigheid van ander wat moontlik nie vroeër vir haar belangrik was nie, word dit nou belangrik om die self op so 'n wyse oor te dra en voor te stel dat dit 'n indruk sal maak wat in haar belang is.

Dit lyk asof betekenisvolle ander in die vorm van die gesin en familie, in dié studie nie werklik 'n negatiewe rol speel in die vroeë-adolesente dogter se belewenis van massa-toename as deel van die self nie, maar dat betekenisvolle ander moontlik eerder 'n ondersteunende rol speel en strategieë verskaf vir hoe sy die massa-toename moet hanteer. Uitsprake soos ***Jesus het my so gemaak en almal moet maar grootword*** dien waarskynlik eerder ter ondersteuning vanaf betekenisvolle ander, ten einde die dogter te help in die aanvaarding van die massa-toename en die gepaardgaande veranderinge.

Vir die vroeë-adolesente dogter is veralgemeende ander in die vorm van ***“ander”, “mense”, “ander mense”*** en ***“ander kinders”*** egter altyd teenwoordig in die beoordeling en belewenis van die self en spesifiek ook wat betref haar massa, massa-toename en liggaamsveranderinge, en wat ***“hulle dink”*** en ***“hulle sê”***. Uit die studie het dit na vore gekom dat die vroeë-adolesente dogter bewus is van die kulturele ideaal van slankheid wat deur

die meerderheid ondersteun en aangehang word. Sy is ook bewus van die stigma wat aan oormassa gekoppel word en die stereotipes rondom oormassa. Om oormassa of vet te wees en die gepaardgaande emosie van hartseer daaroor te beleef is dus iets wat die normale-massa vroeë-adolesente dogter waarskynlik vrees en wat die oormassa vroeë-adolesente dogter waarskynlik reeds as 'n werklikheid beleef, en wat versterk word deur haar belewenis dat haar liggaam heelyd deur ander waargeneem en beoordeel word.

Met betrekking tot die belewenis van massa en massa-toename gaan dit dus nie net vir die vroeë-adolesente dogter om adolesente egosentrisme wat manifesteer in 'n denkbeeldige gehoor nie, maar om die werklikheid. In 'n Westerse samelewing word daar sterk klem gelê op 'n slanke voorkoms, terwyl daar 'n stigma kleef aan oormassa en bepaalde stereotipes oor die oormassa persoon algemeen gehandhaaf word. Alhoewel dit nie uit hierdie studie na vore gekom het dat **ander mense** in werklikheid vir die vroeë-adolesente dogter terugvoer gegee het op haar veranderende liggaam of die feit dat sy in massa toeneem of in werklikheid oormassa is nie, besef die dogter egter dat die skraal skoonheidsideaal werklik deur ander aangehang word en dat stigmas en stereotipes waarvan sy ook bewus is, werklik ook deur ander gedeel word. In 'n fase van ontwikkeling waar veralgemeende ander toenemend belangrik vir die dogter word, is sy bewus van hierdie stigmas en stereotipes en sal sy waarskynlik van strategieë gebruik wil maak om dit te ontkom of tot voordeel van haar belewenis van haar totale self te hanteer. Die druk om aan samelewingstandaarde te voldoen is dus vir die vroeë-adolesente dogter 'n werklikheid en nie net 'n denkbeeldige illusie nie. 'n Ander nuwe klerestyl wat nie die liggaam of dele waarmee sy ontevrede is ontbloot of benadruk nie, moet die dogter nou ondersteun om 'n voorkoms te bereik en te handhaaf wat vir "ander" – soos ook deur die massamedia gepropageer, aanvaarbaar is.

Vanuit 'n ontwikkelingsperspektief kan daar geredeneer word dat die portuurgroep as deel van die verwysingsgroep-ander toenemend belangrik word in die vroeë-adolesente dogter se beoordeling en belewenis van die self, en dan spesifiek ook haar belewenis van massa-toename as deel van die veranderende fisieke self. In hierdie studie het dit na vore gekom dat meisie-maats as deel van die portuurgroep waarskynlik nie so 'n belangrike, en definitief nie 'n negatiewe rol speel, in die vroeë-adolesente dogter se belewenis van massa-toename as deel van die self nie. Alhoewel dit lyk asof die vroeë-adolesente dogter tog veranderinge vergelyk met dit wat by nabye maats plaasvind, lyk dit asof sy dit eerder beleef asof "**almal maar moet grootword**", en nie noodwendig negatiewe terugvoer van nabye meisie-maats kry met betrekking tot die groter en veranderende liggaam nie. Dit het wel na vore gekom dat seuns nou 'n toenemende, en in baie gevalle 'n negatiewe rol speel met betrekking tot hoe die vroeë-adolesente dogter haar veranderende liggaam, waaronder die toename in massa, ervaar. Die feit dat seuns nou fisieke veranderinge by die dogter waarneem, waarskynlik bewus is van die kulturele slanke standaard en fisieke veranderinge by die dogter uitdruk as *groot* en *vet*, tesame met die geterg en gespot daaroor, het tot gevolg dat selfs die normale-massa vroeë-adolesente dogter nou 'n akute bewustheid van die veranderinge in haar liggaam het, asook die feit dat die liggaam en dele daarvan groter word en moontlik deur die seuns, wat as ander nou toenemend belangrik word, raakgesien en gespot sal word. Tesame met die "**ander**" wat oor haar praat het dit tot gevolg dat die druk om aan die standaarde van die samelewing te voldoen,



of om oor gepraat te word omdat jy nie aan die standaard voldoen nie, vir die vroeë-adolesente dogter 'n werklikheid word en nie 'n denkbeeldige illusie nie. Negatiewe evalueringe vanaf ander, hetsy werklik, denkbeeldig, of die vrees daarvoor, plaas haar meer op die planke en bekommerd oor die indruk wat sy maak en oor ander se verwagtings en beoordelings. Vanuit hierdie studie lyk dit asof dit vir die vroeë-adolesente dogter nie so seer daarvoor gaan om haar voorkoms te verander bloot om modieus te wees of by die portuurgroep in te skakel nie. Sy poog om haar voorkoms te verander ter wille van die wegsteek van 'n veranderende fisieke self wat ook 'n aanduiding is van haar veranderende seksualiteit en meer volwasse rol wat sy, as deel van haar identiteit, nog verken en nie tenvolte aangeneem het nie.

Die vraag sou dan wees: Hoe hanteer die vroeë-adolesente dogter hierdie veranderinge en spesifiek haar ervaring van die toename in massa ten einde die self in interaksie met ander te kan handhaaf en nie die positiewe belewenis van die self prys te gee nie? Uit hierdie studie kan daar tot die gevolgtrekking gekom word dat die vroeë-adolesente dogter wel bepaalde strategieë ontwikkel en gebruik, ten einde massa en massa-toename tydens hierdie oorgangsfase van haar lewe te hanteer. Daar kan ook tot die gevolgtrekking gekom word dat die strategieë wat die vroeë-adolesente dogter inspan ten einde die self te handhaaf en die toename in massa te hanteer, waarskynlik nie vir almal dieselfde is nie, en dat die persoonlike massa waarmee die vroeë-adolesente dogter vroeë-adolessensie betree, waarskynlik nie net 'n rol speel in die emosies wat sy nou ervaar oor verandering en toename in massa nie, maar ook in die strategieë wat sy in werking stel ten einde die self in die situasie te kan handhaaf en nie 'n positiewe belewenis van die self prys te gee nie. Dit het uit hierdie studie geblyk dat die normale-massa en oormassa vroeë-adolesente dogter nie dieselfde emosies ervaar met betrekking tot massa en massa-toename nie. Waar die normale-massa vroeë-adolesente dogter hoofsaaklik nou 'n emosie van skaamte beleef, beleef die oormassa vroeë-adolesente dogter hoofsaaklik 'n emosie van hartseer. Hierdie emosies en die gepaardgaande probleem van massa en massa-toename word dan ook deur die oormassa en normale-massa vroeë-adolesente dogter verskillend hanteer. Waar die normale-massa dogter veral van probleemgerigte handwingstrategieë gebruik maak, maak die oormassa vroeë-adolesente dogter veral van emosie-gerigte strategieë gebruik, soos om die probleem en die gepaardgaande emosies te vermy of die probleem te ontken. Hierdie verskille in die belewenis van massa-toename en die hantering daarvan word breedvoerig onder **6.2.3** en **6.2.4** bespreek.

Hierdie studie het getoon dat, ongeag hoe die dogter as normale-massa- of oormassa dogter die vroeë-adolesente stadium betree het, veranderinge aan die fisieke self, waaronder die ervaring van groter word en die toename in massa, nie net gevolge het vir hoe sy nou haar fisieke self beleef nie, maar ook gevolge het vir hoe sy haar innerlike self beleef, en dan spesifiek die rolgedrag wat nou van haar, in interaksie met ander, verwag word. Veranderinge in haar fisieke self, waaronder die groter word en toename in massa van die liggaam en dele daarvan plaas die dogter nou in 'n nuwe stadium van haar lewe waar sy, ook vanuit die bewuswording van ander se terugvoer, besef dat daar nuwe standaarde aan haar gestel word – nie net wat die fisieke voorkoms betref nie, maar ook wat betref haar interaksie met ander in 'n nuwe rol. Sy is nou nie net meer deel van die betekenisvolle

ander nie, maar skielik “op die planke” waar sy gemeet word aan die standaard wat verwysingsgroep-ander en veralgemeende ander aan haar stel. Fisieke verandering en die groter word van en veranderinge aan die liggaam en dele daarvan, het nou definitiewe gevolge vir hoe sy haar teenoor ander beleef en kan en moet handhaaf.

Uit hierdie studie kan daar dus tot die gevolgtrekking gekom word dat massa-toename as deel van fisieke veranderinge nie net vir die vroeë-adolesente dogter implikasies het vir hoe sy haar fisieke self as deel van die totale self beleef nie, maar spesifiek ook implikasies het vir hoe sy as totale wese funksioneer in interaksie met ander. Dit het implikasies vir haar gedrag (waaronder haar kledinggedrag) en stel haar in 'n posisie waar dit nie meer net om die self en die betekenisvolle ander gaan nie, maar in werklikheid om almal wat nou in haar lewe betekenis mag kry asook die samelewing se standaard wat in meeste gevalle deur nuwe betekenisvolle en verwysingsgroep-ander gedeel word. Die moeilikste aspek van hierdie fase van haar lewe is dan ook hoe sy moet lyk en optree soos wat ander van haar verwag. Dit is dus nou vir haar 'n werklike belewenis dat haar liggaam as fisieke self nie los van die self staan nie en in werklikheid sosiaal van aard is, en dus geklee, aangebied en bestuur moet word sodat dit aan ander se verwagtinge kan voldoen. Die groter-word van die liggaam en die verandering in massa en vorm van die liggaam staan dus nou sentraal in die nuwe rolle wat sy moet aanneem en waarvan ander (ook nuwe ander) altyd deel is.

Vir die vroeë-adolesente dogter gaan dit dus om die gevolge wat groter-word en die gepaardgaande gevoel van massa-toename tot gevolg het, naamlik dat sy nou onherroeplik uit die kinderjare is – 'n feit waaroor sy hartseer is en waaroor sy 'n emosie van permanente verlies ervaar – ongeag of sy haar nou wat massa of massa-toename betref, as normaal of oormassa beskou. Die groter-word van die liggaam en dele daarvan, wat dikwels as vet ervaar word, gaan dus nie net om die belewenis van die fisieke self nie. In interaksie met ander gaan dit vir die vroeë-adolesente dogter om die belewenis van die totale self, en waarskynlik 'n hartseer oor verlore kinderjare. Uiteindelik bly daar vir haar weinig ander keuses oor hoe om die totale situasie van verlore kinderjare en die gepaardgaande emosie van hartseer te hanteer, as om die self tydelik oor te gee aan wensdenkery (wat niks aan die situasie self doen nie), of om die situasie net te aanvaar, die stryd voort te sit ten einde die fase te oorleef en voort te beweeg na 'n nuwe en hopelik meer stabiele lewensfase. Kleding en voorkoms kan die dogter ondersteun in die aanneem van nuwe rolle (ouderdom - en 'n meer volwasse vroulike geslagsrol). In enige samelewing is daar gedragstandaarde (ook kledinggedragstandaarde) wat met ouderdoms- en geslagrolle gepaard gaan. In die verkenning van 'n nuwe rol en dus ook identiteit, behoort die dogter ook nou 'n nuwe voorkoms te verken ten einde die meer volwasse vroulike geslagsrol te kan aanneem en ook met 'n veranderende fisieke voorkoms gemaklik in die nuwe rol te kan funksioneer.

### 6.2.3 Gevolgtrekking met betrekking tot die rol van massa-toename in die normale-massa vroeë-adolesente dogter se belewenis van die self

Dit het uit hierdie studie duidelik geword dat die normale-massa vroeë-adolesente dogter veranderinge aan haar liggaam intens beleef as veranderinge aan haar massa en nie as normale veranderinge wat deel vorm van dié ontwikkelingsfase nie. Sy beleef intens dat alles aan haar liggaam skielik “groot” en “vet” word. Wanneer in gedagte gehou word dat die normale-massa vroeë-adolesente dogter die ontwikkelingsfase binnekom met die belewenis van ’n kinderlyf, ’n lyf waaraan min veranderinge beleef is behalwe dalk vir moontlike lengte-groei, kan dit begryp word waarom die veranderinge en toename in massa vir haar so oorweldigend is. Fisieke veranderinge soos die toename in massa en ronding wys waarskynlik ook gouer en is moontlik meer sigbaar by die normale-massa vroeë-adolesente dogter, as wat die geval by die oormassa dogter is wat reeds groter en ronder as die kulturele ideaal is. Wanneer sy die veranderinge beskryf, doen sy dit dan ook aan die hand van woorde soos “groot”, “vet”, “langer” en “breër”. Sy lig haar onderlyf en veral haar bobene uit as liggaamsdele wat “groot” of “vet” word en waarmee sy minder tevrede is. Die feit dat die Westerse kultuur ’n skraal liggaamsbou as ideaal voorhou, maak haar waarskynlik ook meer sensitief vir veranderinge en toename in haar massa wat tot gevolg het dat sy die skraal kinderlyf nou verloor en nader beweeg na ’n meer geronde en swaarder figuur waarvan sy die uiteindelijke grootte en vorm nou ook moeilik kan antisipeer, en wat by haar die vrees vir “vet” en die emosie van hartseer laat.

Dit is verder uit hierdie studie duidelik dat veral die normale-massa vroeë-adolesente dogter dit intens ervaar dat haar liggaam nou, weens die veranderinge in massa en vorm, nie net meer as ’n objek gesien word vir wat dit kan doen nie, maar spesifiek ook as ’n sosiale objek waarna gekyk kan word en wat ook as seksuele objek geëvalueer en waardeur kan word – ’n ervaring wat haar voortdurend intens bewus maak van haar liggaam. Vir die normale-massa vroeë-adolesente dogter lei self-objektivering (waar die liggaam nou vanuit ’n derde-persoonsperspektief deur die dogter gemoniteer word vir hoe dit lyk en nie vir wat dit kan doen of vir hoe sy voel nie) tot ’n intense bewustheid van die liggaam en enige veranderinge en toename in massa wat dan as “vet” ervaar word. Vir die normale-massa vroeë-adolesente dogter is die gevolg dan ’n selfbewustheid, ’n ontevredenheid met die liggaam en dele daarvan, en veral ’n emosie van skaamte.

Daar kan uit hierdie studie tot die verdere gevolgtrekking gekom word dat verandering en toename in massa van die liggaam en dele daarvan by die normale-massa vroeë-adolesente dogter hoofsaaklik die emosie van skaamte tot gevolg het. Skaamte kan gesien word as ’n sosiale emosie wat dikwels, soos ook in hierdie geval, hand aan hand loop met selfbewustheid; die individu evalueer die self relatief tot ’n geïnternaliseerde of kulturele standaard waaraan sy nie kan voldoen nie. Uit hierdie studie was dit duidelik dat die normale-massa vroeë-adolesente dogter bewus is van die Westerse ideaal van ’n skraal vrouefiguur – ’n ideaal wat ook deur ander in die algemeen, asook deur seuns wat as deel van die portuurgroep vir haar nou belangriker word, gedeel word. Sy is voortdurend intens bewus van haar veranderende en groter-wordende liggaam wat in werklikheid nou

wegbeweeg van die skraal figuur waaraan sy gewoon was en deur ander en die self nou waargeneem en geëvalueer word op grond van hoe dit lyk en hoe dit met die kulturele standaard vergelyk. Ander se reaksie op persone wat nie aan die standaard voldoen nie, soos dat mense oor oormassa individue praat en bepaalde stereotipes daarvoor handhaaf, of die gespot en geterg van seuns weens veranderinge, massa-toename en oormassa in die algemeen, is vir haar 'n pynlike werklikheid. Die normale-massa vroeë-adolesente dogter se skaamte gaan dus nie net om haar eie evaluering van haar veranderende en groter-wordende liggaam en gepaardgaande ontevredenheid daarvoor nie, maar spesifiek ook oor ander se evaluering en moontlike interpretasie. Dit laat by die dogter 'n bekommernis oor wat ander nie net oor haar groter-wordende en veranderende liggaam (wat syself as vet evalueer) sal sê en dink nie, maar oor haar totale self. Vandaar dan ook uitsprake soos ***“As iemand vir my kritiek gee oor my bene sal ek dit van toepassing maak op my binnekant ook”***.

Veranderinge en toename in massa is egter vir die vroeë-adolesente dogter onomwendbaar deel van die grootword-proses en dus buite haar beheer. Die pynlike emosie van skaamte en die bekommernis en vrees vir moontlike eksterne sanksies het tot gevolg dat die normale-massa vroeë-adolesente dogter se positiewe belewenis van die self bedreig word en dat sy gevolglik iets moet doen ten einde nie hierdie positiewe belewenis prys te gee nie en die self steeds tussen ander te kan handhaaf.

Uit hierdie studie kan daar tot die gevolgtrekking gekom word dat die normale-massa vroeë-adolesente dogter eerstens van probleemgerigte handhawingstrategieë gebruik maak ten einde die belewenis van die veranderende en groter-wordende fisieke self en die gepaardgaande emosie van skaamte te hanteer. Die normale-massa vroeë-adolesente dogter vir wie dit gaan om die evaluasie van die fisieke self as deel van die self wat moontlik deur ander as negatief beoordeel kan word, en daarvoor 'n gevoel van kommer en skaamte ervaar, maak eerstens van wegsteek as handhawingstrategie gebruik ten einde die situasie te verander of vir ander weg te steek. Sy maak hoofsaaklik van klere gebruik wat die liggaam of dele daarvan bedek of loshang en die vorm wegsteek, ten einde die veranderinge en toename in massa vir die self en ander te probeer wegsteek. Sy glo tweedens ook aan self-manipulasie soos om minder te eet of te oefen ten einde oormassa te verhoed – albei strategieë waar sy self verantwoordelikheid neem vir haar fisieke situasie en haar gepaardgaande emosies.

Die normale-massa vroeë-adolesente dogter maak tweedens ook van emosie-gesentreerde strategieë gebruik ten einde die situasie vir die self te kan hanteer, naamlik deur anders daarvoor te redeneer. Sy redeneer dat sy self niks verkeerd gedoen het om oor skaam te voel nie. Sy her-evalueer dus die situasie en verander die lokus van intern (dis my skuld) na ekstern (dis iets of iemand anders se skuld). Kritiek of moontlike kritiek van ander laat haar dan kwaad in stede van skaam – 'n nuwe en sterker emosie wat aan die dogter 'n aktiewe verdedigingsmeganisme verskaf en impliseer dat sy groter mag of beheer oor haar situasie het.

Die normale-massa vroeë-adolesent neem dus uiteindelik self verantwoordelikheid ten einde die self, ten spyte van die toename in massa, in interaksie met ander te handhaaf. Sy besluit self om haar kledingstyl en voorkoms só te verander dat sy in interaksie met ander nie so bewus is van die dele van haar liggaam wat nou verander of groter (of soos sy dit nou mag ervaar, “vetter” word) en waarmee sy ontevrede of skaam oor voel nie. Sy bestuur haar voorkoms doelbewus self, ten einde in interaksie met ander 'n positiewe belewenis van die self te kan handhaaf. Voorkomsbestuur as handhawingstrategie ondersteun dus die dogter daarin om nie net haar fisieke self of persoonlike voorkoms meer positief te beleef nie, maar help ook met die aanneem van 'n veranderende rol, naamlik 'n meer volwasse vroulike geslagsrol.

#### **6.2.4 Gevolgtrekking met betrekking tot die rol van massa-toename in die oormassa vroeë-adolesente dogter se belewenis van die self**

Soos in die geval van die normale-massa vroeë-adolesente dogter, is die oormassa vroeë-adolesente dogter ook bewus van veranderinge wat sy ondergaan en dat haar liggaam en dele daarvan in massa toeneem. Sy noem dan ook dat sy ontevrede voel oor veral haar ledemate wat nou groter word en in massa toeneem. Dit is egter nie duidelik of sy massa-toename aan haar lyf so intens en as vet ervaar soos in die geval van die normale-massa vroeë-adolesent nie. Daar moet in gedagte gehou word dat die oormassa vroeë-adolesente dogter die ontwikkelingsfase binnegekome het met 'n liggaam wat reeds anders lyk as dié van ander in haar portuurgroep. Haar liggaam is ook reeds swaarder en rond as dié van haar maats en veranderinge en veral die rond-woord van die liggaam is waarskynlik nie so opvallend soos in die geval van die normale-massa vroeë-adolesente dogter nie. Die feit dat sy waarskynlik nou al gewoon daaraan is dat ander na haar liggaam kyk en daaroor praat, het waarskynlik tot gevolg dat verandering en massa-toename van die lyf en ledemate nie nou skielik so 'n intense selfbewustheid as gevolg van massa-toename of “vet” by haar tot gevolg het nie. In teenstelling met die normale-massa vroeë-adolesente dogter, wat nou veral haar liggaam vanuit 'n derde-persoonsperspektief beoordeel vir hoe dit lyk en dit ook as seksuele objek begin sien wat deur ander beoordeel en waardeer kan word, lyk dit in hierdie studie nie asof die oormassa vroeë-adolesente dogter so intens bewus is van haar liggaam as seksuele objek nie. Dit moet egter duidelik gestel word dat dit baie moeilik is om tot 'n sterk gevolgtrekking te kan kom oor hoe intens die oormassa vroeë-adolesent spesifiek massa-toename as deel van die self beleef – spesifiek omdat die dogter van handhawingstrategieë soos ontkenning en vermyding gebruik maak ten einde haar oormassa in interaksie te kan hanteer. Sy konsentreer dan ook op haar eie en ander se gesig en ledemate en nie op die grootte of toename in massa van die lyf nie. Sy erken ook nie dat sy ontevrede met haar lyf is nie en konsentreer eerder op die innerlike (bepaalde persoonlikheidstrekke) as die belangrikste aspek van die self. Die feit dat sy nie so sterk op die liggaam konsentreer nie, maar meer op die ledemate en gesig, (wat immers as fisieke self nou direk waarneembaar is en nie verberg of skynbaar deur klere verander kan word nie), lei dan ook waarskynlik daartoe dat sy nie tot dieselfde mate as die normale-massa vroeë-adolesente dogter ingestel is op klere wat die liggaamsvorm moet verander of bedek nie (of moontlik ook nie bereid is om dit

te erken nie). Klere moet vir haar gemaklik wees en sy lê klem op innerlike kwaliteite soos vriendelikheid, wat deur 'n gesigsuitdrukking weerspieël word en nie deur klere nie.

Alhoewel dit uit hierdie studie dus lyk asof die oormassa vroeë-adolesente dogter nie veranderinge, wat ook 'n toename in massa impliseer, so intens beleef soos die normale-massa dogter nie, en dit ook nie erken dat sy ontevrede met haar liggaam en die veranderinge is nie, kan daar wel tot die gevolgtrekking gekom word dat massa en in hierdie geval spesifiek oormassa 'n rol speel in hoe die dogter die self tydens hierdie fase van haar lewe in interaksie met ander beleef. Die oormassa vroeë-adolesente dogter is bewus van die stigma wat aan oormassa gekoppel word asook die gepaardgaande stereotipes. Sy is bewus van ander se reaksie op oormassa en dat dit vir die oormassa persoon 'n emosie van hartseer tot gevolg het. In teenstelling met die normale-massa vroeë-adolesente dogter, het sy hierdie sanksies soos 'n gepraat, geterg en gespot, al aan haar lyf gevoel en is hartseer dus nie vir haar maar net 'n ge-antisipeerde gevolg van oormassa nie, maar 'n emosie wat sy ervaar het, al is sy nie altyd geredelik bereid om dit te erken nie.

In teenstelling met die normale-massa vroeë-adolesente dogter wat nou primêr die emosie van skaamte beleef weens massa-toename wat sy as vet ervaar, beleef die oormassa dogter, in interaksie met ander, nou primêr die emosie van hartseer. Hartseer kan as 'n negatiewe emosie gesien word wat aan 'n onherroeplike verlies verbind word en die enigste pad verder is dikwels dié van losmaking en aanvaarding, eerder as 'n stryd om verandering en oorwinning. Vir die oormassa vroeë-adolesente dogter gaan dit dus nie om 'n sosiale skaamte oor iets wat nou gebeur nie, maar om 'n persoonlike hartseer oor iets wat reeds plaasgevind het, waarskynlik 'n onvoorkombare verlies en niemand se skuld nie.

Daar kan tot die gevolgtrekking gekom word dat die oormassa vroeë-adolesente dogter die lokus of rede vir haar toestand buite die self plaas, en in werklikheid nie voor iemand spesifiek se deur lê nie. Sy redeneer dat haar oormassa 'n gegewe is omdat God haar so gemaak het, of omdat sy dit net as deel van 'n familietrek oorgeërf het. Hierdie redenasie het tot gevolg dat sy waarskynlik voel dat sy self bitter min aan haar toestand van oormassa kan doen. Sy moet daarmee saamleef soos met die gepaardgaande emosie van hartseer, maar hoef gelukkig nie skuldig of skaam daaroor te voel nie en kan dus self bitter min doen om haar oormassa-situasie te verander. Hierdie attribusieproses dien waarskynlik reeds vir die oormassa vroeë-adolesente dogter as handhawingstrategie ten einde haar situasie in interaksie met ander te hanteer. Hartseer is vir haar 'n emosie wat sy moeilik openlik erken. Sy erken dan ook nie openlik dat sy ontevrede of skaam oor haar oormassa voel nie, en doen in werklikheid bitter min, indien enige iets, om die probleem aan te pak en die situasie vir haar te verander.

Alhoewel die oormassa vroeë-adolesente dogter daarvan bewus is dat probleemgerigte strategieë, soos om klere te gebruik ten einde die fisieke self te manipuleer of vir ander weg te steek, en dat dieet en oefening 'n oplossing vir ander mag wees om van oormassa ontslae te raak, lyk dit uit hierdie studie asof sy self nie hierdie strategieë gebruik om haar oormassa-situasie te verander nie – waarskynlik omdat sy die lokus vir haar situasie

nie op die self plaas nie en dit as onbeheerbaar en stabiel sien, of as God se wil, of omdat sy dit net eenvoudig oorgeërf het. Uit hierdie studie kan daar tot die gevolgtrekking gekom word dat die oormassa vroeë-adolesente dogter, benewens die attribusie-proses wat haar as't ware dwing om maar net die situasie te aanvaar, haar toestand van oormassa en gepaardgaande emosie van hartseer hanteer deur middel van vermyding, herbeoordeling van die situasie en ontkenning.

Vermyding is vir die oormassa vroeë-adolesente dogter 'n handhawingstrategie waar sy haar gedagtes wegneem van haar toestand van oormassa en haar aandag toespits op ander dinge wat vir haar plesier verskaf, waaronder om alleen te wees en in die natuur in te gaan, haar Bybel te lees of na musiek te luister. Sy herbeoordeel ook haar situasie, wat waarskynlik vir haar 'n meer effektiewe strategie is. Alhoewel sy erken dat ander oormassa persone waarskynlik hartseer en skaam voel oor die oormassa en gepaardgaande kritiek, draai sy die betekenis van die situasie vir haar self om, deur daarop te wys dat dit eintlik nie die liggaam is wat belangrik is nie, maar die innerlike, met die gevolg dat sy haar dus nie aan die kritiek van ander hoef te steur nie. Sy maak ook van die strategie van ontkenning gebruik. Sy ontken dat ander se opinie van haar liggaam vir haar belangrik is en konsentreer eerder op haar innerlike. Die probleem lê vir haar dan nie by haar nie, maar by ander wat die kulturele ideaal van 'n skraal liggaam ondersteun en dus nie haar innerlike waarde as mens waarneem nie. Wanneer sy gevra word om die self op 'n liggaamstevredenheidskaal aan te dui, dui sy die self nie as oormassa aan nie. Sy teken nie graag haar lyf nie en wanneer sy dit wel doen, teken sy dit selfs kleiner as dié van haar maats. Sy ontken ook dat haar klere ongemaklik is as gevolg van haar oormassa en konsentreer op haar gesig en nie op die lyf nie.

Die oormassa vroeë-adolesente dogter doen dus weinig om haar werklike situasie van oormassa vir ander en vir die self te verander, en dus ook weinig om vir die oomblik en waarskynlik ook in die toekoms van die gepaardgaande emosie van hartseer ontslae te raak. Haar strategieë help haar net om haar situasie tydelik en vir die oomblik te kan hanteer.

Vanuit 'n ontwikkelingsperspektief en die simboliese interaksionisme behoort die standaard van ander egter nou toenemend belangrik te wees vir die vroeë-adolesente dogter se ontwikkeling en handhawing van die self, en behoort sy haar strategieë so te kies dat sy in interaksie met ander, die self kan handhaaf en na 'n volgende fase van haar lewe kan oorbeweeg. In hierdie studie ontken die oormassa vroeë-adolesente dogter nie net die samelewing as die veralgemeende ander en die verwysingsgroep-ander se perspektief oor die belangrikheid van 'n skraal liggaam nie, maar ontken ook dat hulle opinie en terugvoer vir haar belangrik is. Sy distansieer die self en spesifiek die fisieke self dus van die oordeel van die veralgemeende ander en verwysingsgroep-ander, en verkies om enige stigma te vermy. Die hartseer as gevolg van ander se stigmatisering bly egter, en die wyse waarop sy dit hanteer is om te redeneer dat ander se opinie oor haar liggaam nie belangrik is nie. Vanuit 'n ontwikkelingsperspektief en die gekose teoretiese perspektiewe wat die studie gerig het, kan ander egter nie in die ontwikkeling en belewenis van die self bloot geïgnoreer word nie. Die sukses of mislukking wat die oormassa



vroeë-adolesente dogter dus met haar handhawingstrategieë behaal, en die mate waartoe dit haar ondersteun om 'n veranderende en groter-wordende fisieke self te hanteer, te aanvaar en voort te beweeg na 'n nuwe en hopelik rustiger lewensfase in haar lewe, is dus debatteerbaar maar val nie binne die grense van hierdie studie nie.

## 6.3 EVALUERING

Dit is belangrik vir die navorser om aan die einde van 'n ondersoek die navorsing eerlik en objektief te evalueer. Die evaluering van hierdie navorsing is onder die volgende punte gedoen:

- geloofwaardigheid van die studie
- evaluering van die data-insamelingsmetodes
- die bereiking van die doelwitte wat vir die navorsing gestel is
- bydrae tot die teorie

### 6.3.1 Geloofwaardigheid van die studie

Kwalitatiewe navorsing moet aan bepaalde kriteria voldoen om die geloofwaardigheid van die studie te verseker (De Vos, 2002:351). In **HOOFSTUK 4** het die navorser reeds 'n oorsig gegee van die geloofwaardigheid van die studie. Data moet ook betroubaar wees en daarom het die navorser daarop gelet dat die data aan bepaalde kriteria voldoen. Die navorsingsontwerp was buigsaam en uniek. Die plooibare benadering wat in die studie gevolg is, het die betroubaarheid van die studie help verhoog.

Daar is ook van verskillende data-insamelingsmetodes gebruik gemaak wat gedien het as kruisvalidasie aangesien die deelnemers herhaaldelik onder dieselfde omstandighede, maar met verskillende stimulistegnieke, die kans gegun is om hul menings te gee oor 'n bepaalde aspek (Leedy, 1997:169; Babbie & Mouton, 2001:275-278). Veldnotas is ook tydens elk van die byeenkomste bygehou. Daarin het die navorser die deelnemer en omgewing waarbinne die onderhoud plaasgevind het, so akkuraat moontlik beskryf. Ander belangrike inligting wat die deelnemer weergegee het en die navorser verseker wou vasvang, is ook op veldnotas aangebring. Sodoende kon die veldnotas en digitale opnames as aanvulling tot mekaar dien om te verseker dat alle relevante data wat op die studie betrekking het, vasgevang kon word.

Wat die insameling, analise en interpretasie van data betref, kan die navorser eerlik en opreg bevestig dat al die ingesamelde data en die interpretasie daarvan as juis en betroubaar beskou kan word. Die navorser het geen veranderinge aan die inligting aangebring of die deelnemer probeer beïnvloed om bepaalde inligting te gee nie. Al die inligting wat dus aangebied is vir interpretasie is presies dit wat elke deelnemer volgens goeddunke en eie opinie gegee het. Die aanhalings van elke deelnemer se data is onder dieselfde kodes geïnterpreteer, waarna dit gesamentlik in families en netwerke gegroepeer is (sien **Bylaag P**). Die interpretasies is ook met die studieleier

wat die navorser bygestaan het in die studie, geverifieer. Die studieleier het onafhanklik van die navorser haar eie interpretasies van die data gemaak en dieselfde temas daaruit geïdentifiseer as wat die navorser gedoen het. Navorser en studieleier het ook dikwels saam oor die interpretasies gepraat en so gepoog om alle moontlike verskynsels vanuit die data te identifiseer en aan te spreek.

Met groot omsigtigheid en ná 'n deeglike studie van die toepaslike teorie en ander navorsers se meetinstrumente en navorsingstrategieë, het die navorser in oorleg met die studieleier 'n keuse uitgeoefen vir die studie. Om te verseker dat die analise en interpretasie van die resultate geloofwaardig is, het die navorser gesoek na verskynsels wat hulself herhaal het, en inligting wat slegs in enkele gevalle of terloops genoem is, is nie as data relevant tot die studie beskou en hanteer nie. Dit het wel behoue gebly in die volledige transkripsies van die onderhoud. Die navorser het na afloop van elke onderhoud weer na die verbatim opnames van die betrokke onderhoud geluister en met groot omsigtigheid die data neergeskryf. Die veldnotas wat by elke byeenkoms geskryf is, is ook by die resultate bespreek.

Die navorser was wel deeglik daarvan bewus dat die betrokke studie emosionele en kognitiewe ervarings van die deelnemers sou insluit. Daarom is gepoog om alle persoonlike waarde-oordele buite rekening te laat. Dit sou sodoende die deelnemer die geleentheid gee om haar eie ervarings en belewenisse weer te gee sonder dat dit vertroebel word deur navorsersinsette. Daar was 'n openlike vertrouensverhouding tussen deelnemer en navorser wat gelei het tot eerlike en opregte mededelings. Die openheid kon bewerkstellig word aangesien die navorser die deelnemers vooraf ontmoet het en hulle deurgaans verseker het dat alle inligting as vertroulik hanteer sal word en dat daar geen verkeerde antwoorde kon wees nie. Dit het gegaan oor elke individuele deelnemer se eerlike ervaring en belewenis, en nie oor 'n vermoede wat die navorser wou bevestig nie.

### **6.3.2 Evaluering van die data-insamelingsmetodes**

Met die oog op toekomstige navorsing is dit belangrik dat die navorser die data-insamelingsmetodes en die sukses wat daarmee in die studie behaal is, in oënskou neem en 'n eerlike evaluering gee. 'n Kombinasie van die kontekstuele, ideografiese en induktiewe benaderings is as navorsingstrategie vir die studie gebruik. Die kombinasie is as geskik beskou vir die studie om die volgende redes:

- Die deelnemer is binne die omgewing bestudeer waar sy die gemaklikste gevoel het, haar gedrag is begryp en die uitkoms in diepte beskryf;
- Die uitkoms van die studie word as uniek geag en behoort nie veralgemeen te word nie; en

- Daar is geen voorafopgestelde hipoteses geformuleer nie. Die navorser het eerder vanuit 'n verdieping in die natuurlike omgewing begin, die gebeure so akkuraat moontlik beskryf en gewerk tot by 'n konstruk waaruit hipoteses en uiteindelik 'n werkbare teorie saamgestel kan word, in ooreenstemming met die waarnemings.

Die navorser het in die studie van drie tipes kwalitatiewe data-insamelingsmetodes gebruik gemaak, naamlik ongestruktureerde onderhoude waarin daar van 'n hele paar soorte stimulusmateriaal gebruik gemaak is, asook fokusgroepe en persoonlike dokumentasie. Die persoonlike dokumentasie, wat sketse, die hou van 'n dagboek en foto's ingesluit het, is slegs as stimulusmateriaal aangewend. Die stimulusmateriaal het as ysbrekers gedien tydens die onderhoude en is nie in diepte as data ontleed nie. Die skriftelike mededelings wat vanuit die dagboeke verkry is, is wel tesame met die verbatim transkripsies en veldnotas as data hanteer. Opsigtelike afleidings wat uit die sketse gemaak kon word, is tydens die interpretasie van die data bespreek. Veldnotas is ook as verifiëring van die ingesamelde data gebruik. Deur van hierdie metodes gebruik te maak, is daar insig en begrip verkry oor die rol van massa in die vroeë-adolesente dogter se belewenis van die self en of kledingprodukte vir haar 'n rol speel in die handhawing van die self. Die insig wat hieruit verkry is, kon in diepte beskryf word.

Tydens die onderhoudvoering het die deelnemer geleentheid gekry om spontaan te gesels oor die belewenis van die self en die strategieë wat sy gebruik om die self in situasies te kan handhaaf. In die meeste gevalle het die navorser die onderhoud met 'n stimulus begin, en verder het die meeste deelnemers min aansporing nodig gehad om gemaklik te gesels. Omdat daar tot die besef gekom is dat jonger deelnemers moontlik nie maklik indiepte-mededelings sou maak tydens spontane gesprekvoering nie en op aanbeveling van vorige navorsers, is meer en verskillende stimulustegnieke by die onderhoude ingesluit (James *et al.*, 1998:146; Porcellato *et al.*, 2002; Banister & Booth, 2005). Volgens hierdie navorsers is dit belangrik dat data-insameling met 'n jong deelnemer kreatiewe-kwalitatiewe tegnieke insluit. Daarom is daar 'n meer kind-gesentreerde benadering gevolg om die jonger deelnemer aktief te betrek by die generering van die data. Verskillende metodes of media is ontwikkel deur middel waarvan die jonger deelnemer haar ervarings kon uitdruk. Daar is gepoog om data-insamelingssessies so in te rig dat daar voldoende geleentheid vir die deelnemer was om op 'n kreatiewe wyse uiting te gee aan haar belewenisse. Navorsers soos James *et al.* (1998) is van mening dat nie alle stimulustegnieke vir alle deelnemers ewe geskik is nie. Daar is dus verskillende tegnieke by die navorsing betrek. Deelnemers het die geleentheid gekry om te knip, plak, teken, inkleur en so meer. Deelnemers is aangemoedig om hul eie interpretasie in die uitvoer van die stimulusopdragte in te bring. Dit het eerder gegaan om die interpretasie van die deelnemer se belewenisse wat sy uitgebeeld het, as wat dit om die resultate van die oefening gegaan het. Daarom is die deelnemer se uitbeeldings bloot as basis gebruik om haar sover te kry om oor eie belewenisse te gesels. Hoewel daar van bestaande stimulus- en data-insamelingstegnieke gebruik gemaak is, het die navorser ook haar eie tegnieke ontwikkel wat tot die generering van ryk data gelei het. As data-insamelingstegniek het die ongestruktureerde onderhoude wat aan die hand van stimulustegnieke gevoer is, goeie resultate opgelewer.

Fokusgroepe kan gebruik word wanneer 'n vinnige algemene mening oor 'n aspek verkry wil word, maar vir hierdie studie het die fokusgroep-tegniek hom nie werklik daartoe geleen om indiepte-gesprekke oor ware gevoelens en belewenisse in te win nie. Hines (2000) deel die mening en voer ook aan dat dit moeilik mag wees om sensitiewe onderwerpe in groepsverband na te vors.

Tydens al die data-insamelingssessies was die navorser deurgaans daarop bedag om nie 'n volwasse interpretasie aan 'n jong deelnemer se data te heg nie (Banister & Booth, 2005). Die deelnemer is gerus gestel dat daar geen korrekte of foutiewe antwoorde was nie. Om die deelnemer werklik op haar gemak te stel, moes goeie rapport met elke deelnemer opgebou word en metodes van kommunikasie ingesluit word wat ooreenstem met die taal wat die jong deelnemer praat (Banister & Booth, 2005). Dit het daartoe gelei dat die navorser beter begryp word en die deelnemer gemakliker met die navorser omgaan. Dit was belangrik dat die deelnemer nie alleen die data-insamelingssessies geniet het nie, maar ook mede-eienaarskap vir die navorsingsproses aanvaar het.

### **6.3.3 Die bereiking van die doel wat vir die studie gestel is**

Die vraag wat aan die einde van die studie beantwoord moet word, is of die navorser die doel van die studie bereik het en in hierdie geval die oorkoepelende navorsingsvrae wat vir die studie gestel is, kon antwoord. Die doel met die navorsing was om insig en begrip te kry oor die rol wat massa-toename speel in die vroeë-adolessente dogter se belewenis van die self. Uit die resultate is dit duidelik dat groot hoeveelhede inligting ingewin is wat die navorser in staat gestel het om die rol van massa-toename in die vroeë-adolessente dogter se belewenis van die self, te verstaan en in detail te beskryf. Die navorser kon vier temas identifiseer wat in wese ook die drie breë/oorkoepelende navorsingsvrae wat vir die studie gestel is, beantwoord het.

Teen die agtergrond van 'n lewensverloop-perspektief en die simboliese interaksionisme wat as vertrekpunt vir die studie gedien het, blyk dit uit hierdie studie dat massa en toename in massa 'n belangrike rol speel in die vroeë-adolessente dogter se belewenis van die self. Dit het ook uit hierdie studie duidelik geword dat daar nie maar net aanvaar kan word dat alle dogters vroeë-adolessensie en die gepaardgaande veranderinge, in hierdie geval spesifiek die toename in massa, dieselfde beleef nie. Teen die agtergrond van 'n lewensverloop-perspektief, was dit duidelik dat verandering of oorgangspunte in elke fase van die lewensverloop nie in isolasie bestudeer kan word nie, maar ook teen die agtergrond van hoe sy die fase binnegekom het. Die vroeë-adolessente dogter wat die fase as oormassa betree het, het massa-toename as deel van die self anders beleef en hanteer as die dogter wat die fase met 'n normale massa betree het. Persoonlike massa (hetsy normaal of oormassa) speel dus waarskynlik 'n rol in die vroeë-adolessente dogter se belewenis van massa-toename, en spesifiek dan ook in die emosies wat sy daaromtrent ervaar en in haar hantering van die situasie in interaksie met

ander. Die rol van massa sowel as toename in massa in die vroeë-adolesente dogter se belewenis van die self moet egter nie onderskat word nie. Massa en massa-toename is deel van die self, en speel 'n belangrike rol in die vroeë-adolesente dogter se interaksie en handhawing van die self in interaksie met ander. Dit gaan nie net vir die dogter om 'n verandering van die fisieke self weens toename in massa nie, maar ook om emosies wat sy weens die verandering beleef en moet hanteer, asook nuwe rolle wat sy nou moet aanneem.

Teen die agtergrond van die simboliese interaksionisme en 'n lewensverloop-perspektief kan die belangrikheid van ander en ander se verwagtings in iemand se belewenis en ontwikkeling van die self, nie genoeg beklemtoon word nie. Ander mense kry nou vir die dogter 'n nuwe betekenis en sy word toenemend bewus van veralgemeende ander se perspektiewe met betrekking tot massa, maar ook met betrekking tot hoe sy moet optree en aantrek. Net so word seuns as deel van die portuurgroep nou ook toenemend belangrik in haar belewenis van massa en massa-toename. Ander se verwagtinge is dus nou vir die dogter 'n voortdurende werklikheid. Sy is nie net ontevrede met meeste dele van die liggaam wat sy as groot of vet ervaar nie, maar raak ook intens bewus van haar fisieke self en ervaar dikwels emosies soos skaamte of hartseer. Dit het tot gevolg dat sy bepaalde strategieë moet ontwikkel en gebruik ten einde haar situasie en die gepaardgaande emosies in interaksie met ander te kan hanteer. Die voortdurende stryd maak dat die dogter haar kinderjare werklik mis en selfs hartseer daarvoor ervaar – hartseer wat sy maar net moet hanteer in haar stryd op weg na volwassening. Die implikasies wat die voorafgaande vir die vroeë-adolesente dogter se kledinggedrag het, word onder **6.4.2** bespreek.

### **6.3.4 Bydraes tot die teorie**

'n Voordeel van 'n kwalitatiewe benadering soos wat daar in hierdie studie gevolg is, is dat dit die navorser in staat stel om 'n begrip te vorm van sekere verskynsels sodat dit beskryf kan word. Indien die navorsing egter 'n bydrae kan lewer tot die teorie, word die waarde van die navorsing verder verhoog. Die navorser is van mening dat die studie 'n bydrae kan lewer tot die teorie, naamlik insake:

- die simboliese interaksionisme en 'n lewensverloop-perspektief
- kleding in voorkomsbestuur

#### **6.3.4.1 Geskiktheid van die simboliese interaksionisme en 'n lewensverloop-perspektief**

Uit die bevindinge van hierdie navorsing asook die gevolgtrekkings waartoe gekom kon word, is dit duidelik dat die simboliese interaksionisme en 'n lewensverloop-perspektief met bepaalde gepaardgaande onderliggende aannames, sinvol gebruik kan word vir die bestudering van 'n individu se belewenis van haar massa as deel van die self.

'n Lewensverloop-perspektief dui op die oorgangspunte ("transitions") binne die lewensbane ("trajectories") van 'n individu se lewe (George, 1993; Elder & Elder, 1994) terwyl die simboliese interaksionisme (Charon, 1998:22-23) besonder klem lê op die ontwikkeling en belewenis van die self. Soos beide die lewensverloop-perspektief en simboliese interaksionisme dit stel, was dit in hierdie studie ook duidelik dat 'n individu se lewensverloop 'n sosiale verskynsel is en dat die self dus binne 'n sosiale konteks en in interaksie met ander ontwikkel (Elder & Elder, 1994; Devine *et al.*, 2000). Volgens Mead (1934:135) ontwikkel die self binne 'n bepaalde individu as gevolg van die individu se verhouding tot die proses in die geheel, maar ook as gevolg van interaksie met ander individue binne die proses. Dit blyk dan ook uit die studie dat die veranderinge wat die dogter tydens vroeë-adolessensie beleef en die wyse waarop sy die self met die veranderinge handhaaf, plaasvind terwyl sy in interaksie met ander is (Charon, 1979:66). Die ander sluit betekenisvolle ander, verwysingsgroep-ander en veralgemeende ander in (Charon, 1998:73-75). Die menslike lewe word dus regdeur die verloop van die lewe ingebou in sosiale verhoudings met vriende, familie en medewerkers (Devine *et al.*, 2000). Omdat die vroeë-adolesente dogter terugvoer van ander kry en die self met ander vergelyk, speel ander ook 'n rol in hoe sy die self beleef. In hierdie studie was dit duidelik dat die terugvoer van ander, spesifiek wat betref haar voorkoms, 'n beduidende rol gespeel het in hoe veral die normale-massa vroeë-adolesente dogter haar fisieke self beleef.

Waar die normale-massa vroeë-adolesente dogter veral ingestel is op die terugvoer van haar maats en die seuns van haar portuurgroep, maak die oormassa vroeë-adolesente dogter die terugvoer van ander af as van minder belang. Beide die simboliese interaksionisme en 'n lewensverloop-perspektief gaan van die veronderstelling uit dat 'n individu die self nie van ander se persepsies en opinies kan losmaak nie. Die self ontwikkel immers as sosiale objek in interaksie met ander. 'n Lewensverloop-perspektief benadruk dit dat dit teenproduktief is om van so 'n strategie soos onttrekking gebruik te maak (Shanahan, 2000). Festinger (1954:120) beklemtoon egter dat die geneigdheid om die self met 'n bepaalde ander te vergelyk, afneem namate die verskille tussen die persoon self en die ander groter word. Die oormassa vroeë-adolesente dogter kan moontlik beleef dat die verskille tussen haar en ander se liggame al hoe groter word en daarom vergelyk sy die self nie meer met ander nie maar vorm sy haar eie persepsie. Dit sou dan beteken dat die opmerkings van ander oor hoe vet sy is en hoe sleg sy lyk, nie veel uitwerking het op die oormassa vroeë-adolesente dogter se persepsie van die self nie.

'n Lewensverloop-perspektief beklemtoon persoonlike netwerke soos die gesin en portuurgroep, as belangrik in die gedrag van 'n individu en die besluite wat sy neem (Elder & Elder, 1994). In hierdie studie het dit duidelik geword dat die normale-massa en oormassa vroeë-adolesente dogter eers werklik tot die besef kom van die rol van ander in haar lewe, wanneer sy oor haar emosie rondom haar verlore kinderjare praat. Die rolle wat sy moet speel in die nuwe ontwikkelingsfase, hoe sy beleef dat ander haar dophou en hoe sy daarom altyd goed moet lyk en met meer verantwoordelikheid moet optree, dui daarop dat die vroeë-adolesente dogter wel besef dat sy deel van 'n gesin, 'n groep en 'n samelewing is waarbinne bepaalde verwagtinge en rolle vir die nuwe ontwikkelingsfase gestel word.

Vanuit die simboliese interaksionisme word die self as 'n sosiale objek beskou waarteenoor die individu kan reageer (Charon, 1998:66). Die self reageer dus nie, maar wel die persoon wat die self as sosiale objek kan uitlig, beoordeel, 'n persepsie daarvan kan vorm en tevrede of ontevrede daarmee kan wees. Die siening van die simboliese interaksionisme het duidelik in die studie na vore gekom waar die vroeë-adolesente dogter haar liggaam en dele daarvan as objek uitgelig en beoordeel het en meestal as groot of vet ervaar het. Dit het geblyk dat veral die normale-massa vroeë-adolesente dogter nie haar liggaam as 'n objek beskou vir dit wat die liggaam is of kan doen nie, maar baie spesifiek as objek waarna gekyk kan word en wat visueel en waarskynlik nou ook as seksuele objek waardeer kan word – nie net deur die self nie, maar ook deur ander wat die sosiale omgewing met haar deel.

Mead (1934:140) en Sanders (2006:283) huldig die siening dat, soos die self, die liggaam ook gesien moet word as 'n proses (iets wat voortdurend na iets anders verander), eerder as slegs 'n statiese objek. As proses is dit dan ook die draer van, en in wese deel van, die self en dus ook van die individu se identiteite. Die fisieke self staan dus nie los van die innerlike self nie; as die een uitgelig word, het dit ook implikasies vir die ander een (Mead, 1934:140). Uit die bevindinge was dit duidelik dat die vroeë-adolesente dogter beleef dat, wanneer daar veranderinge aan haar fisieke self (haar liggaam en dele daarvan) kom, soos dat dit in massa toeneem en groter word, dit ook gevolge inhou vir hoe sy nou haar innerlike self beleef. Dit blyk ook dat sy haar fisieke self gebruik as simbool van haar innerlike self. Vir die vroeë-adolesente dogter is dit nie net haar liggaam wat verander nie, maar ook haar innerlike self.

'n Lewensverloop-perspektief beklemtoon dat die situasie wat tot spanning aanleiding gee, hanteer moet word (Shanahan, 2000) om stabiliteit in die lewensbaan te vind ná die verandering (Wethington, 2005), terwyl die simboliese interaksionisme dit beklemtoon dat die individu nie in afsondering kan ontwikkel nie en daarom die probleem moet hanteer. In hierdie studie was dit duidelik dat die vroeë-adolesente dogter wel strategieë ontwikkel en gebruik ten einde die self in interaksie met ander te kan handhaaf.

Uit die voorafgaande bespreking blyk dit dat die simboliese interaksionisme en 'n lewensverloop-perspektief met hul onderskeie aannames sinvol gebruik kan word in die bestudering van individue se belewenis van massa. Die waarde van so 'n benadering lê daarin dat menslike gedrag nie as van selfsprekend beskou word nie, dat daar nie enkele verklarings en oorsake vir bepaalde gedrag uitgesonder word nie, maar dat die mens en haar kledinggedrag as totaliteit en in interaksie met die self en ander bestudeer word.

#### **6.3.4.2 Kleding en voorkomsbestuur**

Die self wat 'n objek is wat in interaksie met ander ontwikkel (Mead, 1934:138-140), sluit ook die fisieke self en die veranderinge wat dit ondergaan, in. Die self, en dus ook die fisieke self, is egter volgens die simboliese



interaksionisme oop vir manipulasie: "Objects out there are manipulated by us, and so it is with our own self..." (Charon, 1979:72). Daarom kan 'n individu die fisieke self manipuleer om aan bepaalde verwagtinge te voldoen. Dié handeling staan bekend as selfbeheer of selfbestuur. 'n Individu is egter nie volkome vry om die self te bestuur en te rig na eie wil nie. Mead (1934:227-252) verwys na die belangrikheid van 'n samelewingsperspektief waar die veralgemeende ander en die verwysingsgroep-ander die standaard word waarvolgens 'n individu sy/haar eie aksies rig en bestuur. Selfbestuur en selfbeheer is verstandsaksies wat simbole gebruik om te kommunikeer. Die verwantskap tussen die self, die verstand en die simbool is ingebou in die simboliese interaksionisme se siening van die mens as 'n aktiewe, dinamiese wese wat in interaksie met die gemeenskap is (Charon, 1979:30). Omdat die individu dus oor 'n self beskik wat verander en die veranderinge plaasvind tydens interaksie met ander, is ander se perspektiewe oor die self belangrik en moet 'n individu die self bestuur met inagneming van ander se perspektiewe. Dit kan gedoen word deur die manipulasie van voorkoms-simbole soos kledingprodukte. Daarom sê Stone (1962:86-87): "Appearance is a dimension of all reality, and it is, of course, real itself. The appearance covers many things, including body size and shape, reputation and image, clothing, stance and facial expression". 'n Individu se fisieke voorkoms dien as belangrike simbool van wie die persoon is (Sandstrom *et al.*, 2006:43). Volgens die simboliese interaksionisme gebruik 'n persoon voorkoms-simbole soos onder andere kledingprodukte om 'n goeie indruk op ander te maak (Sproles & Burns, 1994:238). Dié voorkoms-simbole hou 'n spesifieke betekenis vir die draer in, en wanneer die toeskouer dieselfde betekenis daaraan heg, vind nie-verbale kommunikasie plaas. Betekenis wat aan voorkoms-simbole geheg word, ontstaan dus uit sosiale interaksie met ander (Kaiser, 1990:42). Voorkoms is van kardinale belang in elke stadium van vroeë ontwikkeling van die self (Stone, 1962:88). 'n Individu se klere dra die waarde van die draer oor, beide in die oë van die draer en van ander (Stone, 1962:92). Goffman (1959:21) voer daarom aan dat aspekte van 'n persoon se voorkoms soos klere, haarstyle en gesigsuitdrukings, inligting oor die self aan ander kommunikeer.

Omdat 'n individu volgens die simboliese interaksionisme ook daartoe in staat is om haar eie idees en aksies te ontwikkel, kan eie realiteite ook deur voorkomsbestuur geskep word (Kaiser, 1990:41). Die voorkoms word so bestuur dat wanneer daar met ander in interaksie getree word, sekere voorkomseienskappe uitgelig word terwyl ander verberg word (Sandstrom *et al.*, 2006:105). 'n Individu beskik dus oor die vermoë om haar eie voorkoms te bestuur en 'n verlangde indruk te skep (Goffman, 1959:221). Voorkomsbestuur behels onder andere dat kledingkeuses spesifiek aangepas en verander kan word om 'n gegewe situasie te pas of 'n spesifieke voorkoms te skep (Kaiser, 1990:41). Soos wat die self geklee word, word dit tegelyk gerig op ander wie se reaksie noodsaaklik is vir die ontwikkeling van die self (Stone, 1962:101-102). Daarom voer Goffman (1959:219) aan dat die kuns van indrukvorming wesenlik is tot die proses van selfaanbieding en dat daar teenoor 'n persoon opgetree word op grond van die betekenis wat sy/haar voorkoms vir ander inhou (Kaiser, 1990:42).

Die studie bevestig ook dat die vroeë-adolesente dogter, en veral die normale-massa vroeë-adolesente dogter, kledingprodukte gebruik om haar voorkoms so te bestuur dat sy 'n goeie indruk op ander maak. Sy bestuur haar voorkoms tot dieselfde mate as wat sy die self bestuur en kies kledingprodukte wat haar persoonlikheid en beeld

van die self weerspieël (Grant & Stephen, 2005). Volgens Rudd en Lennon (2000) leer die vroulike geslag vinnig om hul voorkoms te monitor en te bestuur in 'n poging om die kultureel gestelde liggaamsideaal te bereik. Kulturele verwagtings affekteer die gevoel wat 'n persoon aangaande die liggaam huldig asook die mate waartoe voorkomsbestuur-gedrag soos oefeninge, verslankingsdiëte en kledingkeuse toegepas word (Rudd & Lennon, 2000). Belewenis van die liggaam raak dus ook die individu se belewenis van haar kleding. Uit die studie blyk dit dat veral die normale-massa vroeë-adolesente dogter kledingprodukte verkies wat haar liggaam bedek. Die feit dat sy haar liggaam met al die veranderinge en toename in massa beleef as nie-vir-ander-se-oë-bedoel-nie, en dat sy daarvoor skaamkry, maak dat sy haar kledingprodukte doelbewus so kies dat dit die liggaam bedek en nie beklemtoon nie. Chattaraman en Rudd (2006) het ook bevind dat vroue met 'n groter liggaamsgrootte, of dié wat hulself as groter ervaar, voorkeur gee aan klere wat die liggaam meer bedek en minder beklemtoon. Dit is veral stywe klere wat die liggaam se verandering en groter-word beklemtoon, en kort klere wat die liggaam ontbloot, wat die vroeë-adolesente dogter nou ongemaklik, onrustig, vet en skaam laat voel.

Hoewel die oormassa vroeë-adolesente dogter daarvan bewus is dat sy kledingprodukte kan gebruik om haar voorkoms te verbeter, besef sy ook dat oormassa nie met klere weggesteek kan word nie. Sy noem wel dat haar klere gemaklik moet wees en aan ander moet wys hoe sy oor haarself voel. Volgens Damhorst *et al.*, (1999) speel kleding in alle kulture 'n unieke en kritieke rol as gevolg van die onmiddellike verhouding met die liggaam. Daarom dat die vroeë-adolesente dogter as kledingverbruiker wat binne 'n bepaalde sosiale wêreld inpas, nie op 'n passiewe wyse dit wat vervaardigers en handelaars aan haar voorhou, koop nie. Sy voer eerder 'n aktiewe of selektiewe keuse uit met dit wat beskikbaar is om haar realiteit mee te skeep, visueel aan die self uitdrukking te gee en met ander in interaksie te tree (Kaiser, 1990:41). Sy koop kledingprodukte wat vir haar gemaklik pas, en haar liggaam bedek tot die mate wat sy verkies, sodat sy goed kan voel oor die self.

Uit die studie blyk dit dat veral die normale-massa vroeë-adolesente dogter pogings aanwend om haar voorkoms so bestuur dat dit vir die self en vir ander aanvaarbaar is. Wanneer ander 'n persoon se kledingstyl assesser, word haar waarde beoordeel, haar gemoed waardeer, haar houding oorweeg en daarvolgens 'n bepaalde identiteit aan haar toegeken (Sandstrom *et al.*, 2006:45). Dit blyk ook dat veral die normale-massa vroeë-adolesente dogter haar geklede voorkoms tot so 'n mate bestuur dat sy in 'n interaksie-situasie die self kan handhaaf. Daarom sê Damhorst *et al.* (1999:12): "The body has many possibilities for adornment, it can be considered a canvas for self-expression" en kan die normale-massa vroeë-adolesente dogter haar kledingprodukte doelbewus so kies dat haar voorkoms aan haar en ander se verwagtinge voldoen.

**Hierdie studie bevestig weer die belangrike rol wat kleding speel in die aankondiging van die individu se identifikasie binne die sosiale omgewing. Kaiser (1990:186) praat van "the visual self in context" en wys daarop dat die individu, deur die prosesse van self-identifikasie die eie identiteit vir ander daar plaas en uitdruk. Voorkomsbestuur stel die individu in staat om die identiteite wat sy aan ander wil kommunikeer te antisipeer sodat dit in 'n interaksie situasie dienooreenkomstig oorgedra kan word. Vir die vroeë-**

adolescente dogter is veranderinge aan die liggaam, waaronder die toename in massa, nie maar net 'n fisieke verandering wat in 'n sosiale omgewing deur ander waargeneem kan word nie, maar ook 'n sosiale verandering. Fisieke veranderinge binne 'n sosiale konteks dui vir die dogter en vir ander op 'n verandering in haar rol, vanaf die van 'n kind tot die van 'n meer volwasse vrou met ook groter seksualiteit. Rol verandering gaan hand aan hand met verandering in die verwagtings wat ander het met betrekking tot rolgedrag (waaronder kledinggedrag), en wat hulle van 'n persoon wat die rol suksesvol aanneem, verwag. Verandering van haar kledingstyl, ondersteun dus nie net die dogter met betrekking tot groter positiwiteit teenoor haar eie liggaam en voorkoms nie, maar ondersteun haar ook in die aanneem van die nuwe rol en gepaardgaande gedrag binne 'n sosiale konteks, en aan die einde ook in die vestiging van 'n nuwe identiteit.

## 6.4 AANBEVELINGS

Hoewel die gevolgtrekkings wat uit die studie gemaak is, slegs beperk is tot die steekproef van deelnemers wat in die studie ingesluit is, en daar nie veralgemeen word na die breë populasie toe nie, kan daar tog 'n aantal aanbevelings na afloop van die studie gemaak word.

### 6.4.1 Aanbevelings met betrekking tot kwalitatiewe navorsing met die vroeë-adolescente dogter

Op grond van hierdie studie kan daar aanbeveel word dat toekomstige navorsers meer van 'n kwalitatiewe navorsingstyl gebruik kan maak in studies waar dit gaan om die diepste belewenisse van die jong deelnemer. Die navorser het die volgende aanpassings gemaak, en beveel aan dat dit op jonger deelnemers in navorsing toegepas kan word:

- Jonger deelnemers moet tyd gegun word om werklike diep belewenisse te deel. Die navorser behoort met jonger deelnemers ruimte toe te laat vir genoeg tyd, in die vorm van data-insamelingssessies wat voldoende in aantal is en ook lank genoeg duur.
- Verskillende stimulistegnieke het werklik tot die sukses van die studie bygedra. Verskillende stimulistegnieke kan met sukses in een data-insamelingssessie gebruik word. Hoe meer kleurvol, interessant, uitdagend en op die jonger deelnemer ingestem, hoe groter welslae word behaal wanneer dit as ysbreker tydens onderhoude gebruik word. Jonger deelnemers wil hul kreatiwiteit wys tydens data-insamelingssessies. Dit haal die fokus van hulle af en plaas hulle in 'n meer ontspanne luim.
- Ongestruktureerde onderhoude en persoonlike dokumentasie as data-insamelingmetodes het ryk data gegenereer en kan vir studies met jonger deelnemers aanbeveel word.
- Die kombinasie van die ongestruktureerde onderhoud saam met verskillende stimulistegnieke was baie suksesvol. Elke onderhoud is met 'n stimulistegniek begin en dit het dadelik die aandag van die

deelnemer afgetrek en vir haar iets gegee om op te fokus. Haar reaksie op die stimulusmateriaal het 'n gunstige atmosfeer geskep om maksimum inligting met minimum inspanning te verkry.

- Die navorsingsmetodologie het goeie resultate opgelewer aangesien die studie ook emosies betrek het wat veral baat gevind het by die indiepte-beskrywings van die kwalitatiewe styl. Emosies kon in konteks van interpersoonlike verhoudings en met inagneming van individuele verskille en betekenis begryp en beskryf word.

#### **6.4.2 Aanbevelings met betrekking tot die waarde van kleding vir die vroeë-adolesente dogter**

Dit blyk uit die studie dat die dogter in die vroeë-adolesente stadium sensitief is vir hoe kledingprodukte aan haar liggaam pas, maar ook tot watter mate dit haar liggaam bedek of ontbloot. Die vroeë-adolesente dogter kry maklik skaam wanneer kledingprodukte te kaal, kort, oop, of styf aan haar liggaam pas. Dit lyk asof sy op hierdie stadium van ontwikkeling daarin gelei moet word om kledingprodukte te kies waarin sy gemaklik voel en wat haar liggaam tot so 'n mate bedek dat sy nie skaam kry nie. Persone wat met vroeë-adolesente dogters werk op 'n vlak waar hulle bemaagtig word aangaande hulle fisieke en innerlike self, kan baat vind by die resultate, wat daarop dui dat dogters in dié stadium van hul lewensverloop nie van kledingprodukte hou wat hul liggame ontbloot of die liggaamskontoere af-ets nie. Mooi, gemaklike, lospassende en nie-te-kort klere laat hul veilig en geborge voel. Die dogter in hierdie ontwikkelingsstadium is ook ingestel op haar innerlike self en van mening dat dit selfs belangriker is as haar fisieke self.

As kledingverbruiker beskou die vroeë-adolesente dogter kledingprodukte onder meer as handhawingstrategie om haar veilig oor die self te laat voel, veral wanneer sy in interaksie met ander is. Haar kledingprodukte moet haar dus byna beskerm teen die ander in die wêreld daar buite. Dit is veral sekere kleure, style en veral die pas van kledingprodukte wat vir die vroeë-adolesente dogter as kledingverbruiker belangrik is en wat in ag geneem word met die keuse van kledingprodukte. Hulle noem dat, wanneer hulle klere koop, hulle kyk na die gemaklike pas daarvan en dat dit nie te kort, -kaal, oop of styf moet sit nie, en dan eers oorweeg hulle die res van die kledingstuk. Die pas van die kledingstuk blyk vir die vroeë-adolesente kledingverbruiker op dié stadium belangriker te wees as kleur, tekstuur of ander sensoriese kwaliteitsaspekte. Wanneer die vroeë-adolesente dogter as kledingverbruiker dus 'n kledingprodukt aanpas wat gemaklik sit en die dele van die liggaam bedek wat sy bedek wil hê, lei dit tot 'n meer tevrede kledingverbruiker. Wanneer kledingkundiges hierdie aanbevelings in ag neem, kan dit op vele terreine, soos onder andere by skole en ander sosiale geleenthede soos moeder-en-dogter-byeenkomste, by die kledingverbruiker tuisgebring word.

Teen die agtergrond van die studie behoort kledingkundiges begrip te kry vir die vroeë-adolesente dogter se begaantheid oor klere asook haar moontlike vreemde kledingstyl. In die keuse van kleding gaan dit vir die vroeë-adolesente dogter nie net om die feit dat haar klere te klein of te kort word nie. Dit gaan ook nie daaroor dat die klere modieus moet wees of soos haar maats s'n moet lyk nie. Alhoewel al hierdie aspekte moontlik ook vir haar

belangrik is, moet haar klere haar boonop ook ondersteun in die aanneem en uitleef van 'n nuwe rol en uiteindelijke vestiging van 'n volwasse vroulike geslagsrol-identiteit. In haar verkenning van die nuwe rol is dit dan verstaanbaar dat sy ook met klere en haar voorkoms sal eksperimenteer in 'n poging om 'n eie voorkomsstyl te vind wat nie net by haar veranderende fisieke self pas nie, maar ook by haar nuwe rol soos wat sy dit aan ander wil kommunikeer.

Kledingbemarkers en -handelaars sou vanuit 'n kledingbemarkingsoogpunt die aanbevelings vanuit die studie sinvol kon gebruik in die bemarking en aanbieding van kledingprodukte aan die vroeë-adolesente dogter as kledingverbruiker. Vanuit 'n kledingbemarkingsoogpunt wys Chen-Yu, Williams & Kincade (1999:167) daarop dat kennis omtrent die faktore wat 'n kledingverbruiker gebruik in hul besluit om 'n produk aan te koop al dan nie, sinvol deur handelaars gebruik kan word in die keuse van die produkte wat hul aanbied asook in die bemarking van dié produkte en die onderneming. Handelaars behoort dus daarop bedag te wees dat die vroeë-adolesente dogter, as kledingverbruiker, nie net kledingprodukte aankoop met formele eienskappe soos gemak en mode in gedagte nie, maar dat kledingprodukte ook vir haar simboliese, sosiale en emosionele waarde het.

## 6.5 BEPERKINGE VAN DIE STUDIE

Dit was 'n kwalitatiewe studie met 'n beperkte aantal deelnemers en met die doel om insig te verkry en die dogter se belewenis van massa-toename as deel van die self te beskryf. Bevindinge kan dus nie na die breë populasie veralgemeen word nie. Deelnemers was almal Blanke Afrikaanssprekende dogters met hoofsaaklik 'n Protestantse geloofsagtergrond. Kultuur en geloof speel 'n belangrike rol in die individu se waarde-oordele. Dogters uit ander kulture en met 'n ander geloofsagtergrond mag dus 'n toename in massa anders beleef en hul self ook anders probeer handhaaf in interaksie met ander. Hierdie studie het ook slegs gekonsentreer op die vroeë-adolesente dogter se belewenis van massa-toeneme tydens dié spesifieke lewensfase. Dit wat tydens een fase van die individu se lewensverloop gebeur, kan egter nie los van die totale lewensverloop gemaak word nie. Ten einde die rol van massa in die ontwikkelende dogter se belewenis van die self in totaliteit te verstaan, sou dit vir toekomstige navorsing van waarde wees om in 'n longitudinale studie dogters se belewenis van massa en toename in massa as deel van die belewenis van die self, gedurende die middel-kinderjare ( $\pm 7$  tot 10), vroeë-adolessensie ( $\pm 11$  tot 13) en laat-adolessensie ( $\pm 14$  tot 18) te bestudeer.