

## HOOFSTUK 4

### DIE FINALISERING VAN 'N SENSITISERINGSHULPMIDDEL VIR OPVOEDERS VAN GESONDE PERSOONLIKHEIDSFUNKSIONERING

#### 4.1 INLEIDING

In die vorige hoofstuk is die data geïntegreer en die items is bevestig vir insluiting. Deur hierdie proses is die feitelike inligting wat in die uiteindelijke konsep hulpmiddel ingesluit is, gefinaliseer. Die konsep hulpmiddel is aan 'n groep opvoeders voorgelê vir evalueering ten opsigte van bruikbaarheid daarvan in die praktyk. Die resultate hieruit verkry is gebruik vir die finale samestelling van die hulpmiddel.

In hierdie hoofstuk word die ses sambreelbegrippe sistemies veranker en die toepassingsaspekte van die hulpmiddel word bespreek. Laastens word 'n populêre formaat van die hulpmiddel in die hoofstuk ingesluit.

#### 4.2 SISTEMIESE BEGRONDING VAN DIE SES SAMBREELBEGRIPPE

Dit is belangrik om te onthou dat die hulpmiddel ontwikkel is vanuit die sisteem benadering. Die vorming van die ses sambreelbegrippe binne bogenoemde benadering is gevolglik van belang. Die ses begrippe, naamlik gebalanseerdheid, hantering van probleme, positiewe ingesteldheid, ideale en doelwit oriëntasie, mens tussen ander en selfstandigheid, is daarop gerig om die individu te bemagtig. Hierdie hulpmiddel het ook ten doel om die individu nie as 'n geïsoleerde entiteit te bemagtig nie, maar juis dat die individu binne die verskeidenheid van situasies en kontekste waarbinne hy of sy funksioneer, asook die interaksie prosesse waarbinne die individu staan, in ag te neem.

Die eerste begrip, naamlik gebalanseerdheid, het ten doel om die sisteem te bemagtig om gebalanseerd met die verskeidenheid van ander persone, situasies en kontekste, waarmee hy of sy te make kry, om te gaan. Alhoewel hierdie

vaardigheid eerstens intra-psigies vasgelê moet word, raak dit sigbaar wanneer die persoon in interaksie met die wêreld om hom of haar is. Gebalanseerdheid in hierdie sin help mee om 'n gesonde verhouding van gee en neem tussen die sisteem en die wêreld waarbinne die sisteem funksioneer, daar te stel.

Die vaardigheid om probleme sinvol te hanteer hou nie alleenlik vir die individuele sisteem voordeel in nie, maar ook vir ander sisteme waarbinne die individu in aksie is. Die verwagting is dat wanneer probleme op 'n toereikende wyse hanteer word, alle betrokkenes daarby kan baat. Die sistemiese beginsel van rekursiwiteit is hier ter sprake.

Die vaardigheid van positiewe ingesteldheid is so geformuleer in die hulpmiddel, dat die ontwikkeling van die vaardigheid die sisteem nie so eksklusief toerus dat dit die sisteem isoleer nie. Hierdie bemagtiging is juis daarop gerig om die sisteem se funksionaliteit ten opsigte van sy of haar hantering van sy of haar wêreld te verhoog. Bemagtiging op die gebied van ideaal- en doelwit oriëntasie het ten doel om sisteme vanuit 'n sosiale etiese ingesteldheid produktief te laat funksioneer. Inagneming van diegene waarmee die sisteem in interaksie is, asook sosiale-, morele- en fisiese kosteberekening van doelwit uitlewing op groter sistemiese vlakke, is belangrike komponente wat hierdie vaardigheid onderskryf. Die individue se produktiwiteit word binne die hulpmiddel aan die wêreld waarbinne hy of sy funksioneer, gekoppel.

'n Belangrike bemagtigende aspek wat die hulpmiddel aanspreek, is hoe die sisteem as *mens tussen ander* funksioneer. Hierdie vaardigheid koppel sterk aan die sisteembenadering, omdat dit daarvoor handel dat die mens nie in isolasie leef nie. Die wedersydse invloed wat mense op mekaar het, word hier beklemtoon. Die verantwoordelike betrokkenheid van die mens by sy wêreld vorm die basis van hierdie vaardigheid.

Die vaardigheid van selfstandigheid in die konteks van hierdie hulpmiddel, is daarop gerig om die individuele sisteem toe te rus, om 'n deelnemer te word in sy of haar wêreld eerder as 'n passiewe rolspeler wat 'n las op die groter sisteem

plaas. Met inagneming van sistemiese werkings behoort produktiewe selfstandige deelnemers die groter sisteem in sy geheel te beoordeel.

Met bogenoemde sistemiese begroning voorhande, word daar in die volgende paragraaf die toepassingsaspekte van die hulpmiddel bespreek.

#### 4.3 TOEPASSING VAN DIE HULPMIDDEL IN DIE PRAKTYK

Die hoofmerk van ontwikkelingsprogramme en -hulpmiddels is om dit in die praktyk en in belang van die gemeenskap toe te pas. Daar is vele voorbeelde van programme en hulpmiddels wat ontwikkel is, maar wat op die biblioteekrakke van universiteite en ander instansies stof vergaar.

'n Moontlike oorsaak van bogenoemde toedrag van sake kan wees dat sommige ontwikkelingsprogramme en -hulpmiddels se inhoud los ontwikkel word van die teikenmark waarvoor dit bedoel is. Om bogenoemde te voorkom, stel die sisteembenadering die kriterium dat programme en hulpmiddels in samewerking met aandeelhouers (verteenwoordigers) daarvan ontwikkel moet word. In die proses word aandeelhouers betrek om ontwikkelingsleemtes/behoefte te identifiseer, asook vir die daarstel van wyses om sodanige leemtes/behoefte aan te spreek. Die gevolg hiervan is dat die inhoudsgeldigheid van sodanige programme en hulpmiddels bevestig word (Lincoln & Guba, 1985).

Verdere moontlike oorsake vir programme en hulpmiddels wat nie gebruik word nie, kan wees dat die programme en hulpmiddels nie gebruikersvriendelik geformuleer word nie, asook dat die bemerking daarvan te kort kan skiet. So word die programme en hulpmiddels nie in die regte formaat, of gladnie by diegene waarvoor dit bedoel is, uitgebring nie.

In die lig van bogenoemde probleme is groot moeite gedoen om die inhoudelike van die huidige hulpmiddel in samewerking met relevante aandeelhouers te ontwikkel (kyk Hoofstuk 2). In hierdie hoofstuk (Hoofstuk 4) word op die saamstel van die hulpmiddel (tegniese versorging daarvan) asook op die

toepassing en bemaking daarvan, gefokus. Toepassingsaspekte soos die verpopularisering van die inhoud, aanwending van die hulpmiddel en die finansiering daarvan, word vervolgens bespreek.

#### 4.3.1 TOEPASSINGSASPEKTE

##### 4.3.1.1 Populêre weergawe van die ontwikkelde inhoud

Oorkoepelend word verwys na die resultaat van vyf jaar se navorsing as die *Sambreelboek van Welwees*. Die *Sambreelboek van Welwees* is die eerste populêre weergawe van die idees wat die hulpmiddel onderskryf. Hierdie boek is 'n hulpmiddel in die ontwikkeling van gesonde persoonlikheidsfunksionering, vir gebruik deur Ouers, Opvoeders en Opleiers. Die belangrikste aspekte wat in gedagte gehou is met die hulpmiddel is die volgende:

##### \* Teikenmark

Die teikenmark vir toepassing van die hulpmiddel is ouers, opvoeders en opleiers. Hierdie toepassers sluit dus alle persone in wat te make het met die ontwikkeling van kennis, houdings, gewoontes, waardes en karaktereienskappe van ander, deur middel van formele en nie-formele onderrig.

Die uiteindelijke doel is om deur middel van die toepassers van die hulpmiddel, persone, klein of groot, jonk of volwasse, in die algemeen en ook in die werkplek te bereik. Die verwagting is dat die hulpmiddel persone kan help om hul eie en ander se persoonlikheidsfunksionering te verstaan en te verbeter. In die werkplek kan dit produktiwiteit, begrip en samewerking verhoog.

\* Titel

Die titel van die hulpmiddel gebruik die sambreel as toonbeeld van die skerm, beskutting of huls wat 'n persoon om hom of haar behoort te bou ten einde 'n aanvaarbare of ideale vlak van persoonlikheidsfunksionering te ontwikkel en te behou. Die simboliek van die sambreel dui dus op beskerming teen die elemente soos die son en reën, maar is in sy kleurvolle vorm ook 'n element wat bydra tot die mooi voorkoms (beeld) van die individu.

Die ses bane van die sambreel verteenwoordig elk een van die ses komponente (konstrukte) van gesonde persoonlikheidsfunksionering soos tydens die navorsing geïdentifiseer (kyk Tabel 1 in die Sambreelboek van Welwees). Dit word populêr aangebied as 'n anagram met die naam *Opskud*, soos volg: Opweeg, Planmaak, Skitter, Koerskry, Uitleef, Deurdruk. Die anagram *Opskud* impliseer ook dat geen persoon of instansie gesonde persoonlikheidsfunksionering van hom- of haarself of sy of haar personeel agterweë kan laat nie, maar dat dit onmiddellik en daaglik ernstige aandag verg.

Die ses komponente word elkeen in 'n spesifieke kleur aangebied. Die kleur is gekies op grond van die emosionele betekenis en waardes wat aan elk van die kleure geheg word (Sharpe, 1974; Hayes, 1995).

\* Formaat van die hulpmiddel

Die formaat van die hulpmiddel is om elk van die ses komponente van geesteswelstand in 'n opgesomde en relatief eenvoudige wyse uit te beeld. Afgesien van die bespreking van die ses komponente, sal die boekie afgesluit word met

- i. 'n Opsomming van die navorsing (kort begrip van die hulpmiddel)
- ii. 'n Tabel met praktiese voorstelle en wenke om dit wat die hulpmiddel aanbeveel en voorskryf, in elk van die volgende kategorieë toe te pas: voorskoolse kinders, laerskoolkinders, tieners en volwassenes.

✱ Aanslag van die hulpmiddel

Die hulpmiddel word in eenvoudige taal geskryf, vir aanwending deur elke ouer, opvoeder en opleier, en vir gebruik by enige opvoedingsvlak. Voorbeelde, sketse, spreekwoorde en kwinkslae wat aangehaal word, is in 'n styl wat dit aanvaarbaar en verstaanbaar maak vir die kind en die volwassene (Cohen & Cohen, 1960; Muller, Claassen & Van Tonder, 1983; Combrink, 1993). Dit kan die aanbieder help om die begrippe op 'n eenvoudige en duidelike wyse by die kind sowel as die volwassene tuis te bring.

✱ Karakters in die hulpmiddel

Die stryd tussen Haas en Skilpad in verskeie volksverhale en legendes, en die konflik tussen die twee karakters se uitgangspunte en lewenswyse, het hulle die ideale paar gemaak om as karikature die boodskap van gesonde persoonlikheidsfunksionering te help uitdra. Skilpad se dop is 'n verdere simboliese voorbeeld van die sambreel van beskerming wat die hulpmiddel as tema het, en word as sulks in die hulpmiddel aangewend (Dawson, 1999).

Skilpad se naam is Fudu, en hy praat met 'n stadige, diep stem wat vertrouwe uitspreek. Hy is die leermeester. Haas se naam is Rabba-Dabba-Doe, en hy praat met 'n fyn, angstige stem, wat onsekerheid uitspreek. Hy is die leerling.

\* Monitering van die effektiwiteit van die hulpmiddel

Die inhoud van die *Sambreelboek van Welwees* is in elke fase, en op elke vlak van menswees van toepassing. In sekere fases, of in sekere spesifieke omstandighede, byvoorbeeld in die werkplek, sal die klem moontlik net op verskillende hoofstukke, of riglyne wat die boek aanbied, geplaas word.

Die persoon wat reeds 'n redelike vlak van selfstandigheid en volwassenheid bereik het, kan met vrug en eie inisiatief sy persoonlikheidsfunksionering bevorder deur die *Sambreelboek van Welwees* te bestudeer en die wenke daarin vervat toe te pas. So 'n persoon kan ook deur introspeksie sy eie vordering bepaal en evalueer.

Vir enige ander persoon in 'n ontwikkelingsfase is dit verkieslik dat 'n ouer of opvoeder behulpsaam is met die interpretasie en oordra van die wenke in die boek. Die ouer of opvoeder, wat in daaglikse kontak met die betrokke persoon is, is dan ook in die ideale posisie om negatiewe aspekte by so 'n persoon waar te neem en te help oorkom, of om positiewe verandering waar te neem en te stimuleer. Dit is in werklikheid monitering op 'n daaglikse basis.

In bedryfsielkundige toepassings sal die personeelbestuurder of kursusleier dit moeiliker vind om te bepaal of daar na afhandeling van die hulpmiddel positiewe veranderinge by elke lid van sy groep ingetree het. Hier word aanbeveel dat 'n houdings- en meningsvraelys voor die aanvang van 'n kursus deur elke deelnemende lid van die groep ingevul word, en 'n tweede vraelys 'n bepaalde tyd na die kursus. Die kursusleier het dan 'n wetenskaplik-vergelykbare resultaat om te bepaal tot watter mate houdings en menings

positief verander is, en kan daaruit tekortkominge vir verdere aandag identifiseer.

#### 4.3.1.2 Aanwending van Die Sambreelboek van Welwees

Om die hulpmiddel effektief tot die beskikking te stel van die teikenmark vir aanwending oor 'n breë spektrum van die bevolking, met verskillende ouderdoms- en ontwikkelingspeile, asook in die werkplek, word die volgende idees vir die hulpmiddel voorgestel:

\* Publikasie

Die publikasie van die hulpmiddel word as belangrik beskou. Die hulpmiddel sal bemark word vir beskikbaarstelling in boekwinkels, deur boekklubs en deur die onderskeie onderwysdepartemente en ander opvoedkundige instellings. 'n Konsepvoorstelling van die publikasie word by hierdie hoofstuk ingesluit.

\* Pakket: Hulpmiddels

Pakkette met toepaslike hulpmiddels soos plakkate, transparante, pette, speletjies en karikature kan ontwikkel word. Dit sal dan saam met die publikasie vir die volgende groepe gebruik kan word:

- i. Voorskoolse kinders, laerskoolkinders en tieners (byvoorbeeld pette en speletjies)
- ii. Volwassenes (byvoorbeeld plakkate en transparante)

\* Opvolgprogramme en -hulpmiddels

Elk van die ses komponente van gesonde persoonlikheidsfunksionering kan as 'n opvolgprojek in 'n afsonderlike opvolgpublikasie verder ontwikkel word. Uitgebreide programme en hulpmiddels kan hierdeur tot stand kom.



✱ Strokiesprente

‘n Reeks strokiesprente met Fudu en Rabba word beoog vir aanwending in die media, en veral tydskrifte wat op jeugweerbaarheid ingestel is. Die strokiesprente sal die boodskap en toepassing van gesonde persoonlikheidsfunksionering vir die individu, en veral die jongeling, uitbeeld.

✱ Videoreeks

‘n Videoreeks word beoog in die vorm van jeugprogramme waardeur die *Sambreeelboek* in sy totaliteit in ‘n kort reeks vir die jeug aangebied kan word. Daar word beoog dat die program ook op videokassette aan die publiek te koop aangebied kan word.

✱ Radioverhaaltjies

‘n Reeks radioverhaaltjies, gebaseer op die strokiesprente wat reeds voorheen genoem is, word in die vooruitsig gestel. Die belang van hierdie reeks in Suid-Afrika se inheemse tale, kan nie onderskat word nie.

✱ Professionele seminare

Persone kan geïdentifiseer word wat die hulpmiddel professioneel en op bedryfsielkundige vlak aan toepaslike gehore kan aanbied. Hierdie persone kan die hulpmiddel by groter werkgewers aanbied, en algemene seminare vir die publiek lei.

Alhoewel die hulpmiddel in Afrikaans en ook tans in Engels ontwikkel word, sal dit so gou as prakties moontlik in die ander inheemse tale van Suid-Afrika beskikbaar gestel word.

Die Engelse naam sal waarskynlik *The Umbrella Book of Wellbeing* wees.

✧ Programme en hulpmiddels vir die buiteland

Ondersoek kan ingestel word om die hulpmiddel ook in die buiteland bekend te stel. Die VSA is een van die teikenmarkte. Navorsing behoort onderneem te word om te bepaal watter aanpassings in styl, formaat en aanbieding nodig sal wees om die hulpmiddel suksesvol in die buiteland te loods. Die aanpassings hang af van taalverskille, interpretasie van kleure, eiesoortige fabels en legendes, ensovoorts.

✧ Finansiering van hulpmiddel

Die kostes verbonde aan die saamstel van *Die Sambreelboek van Welwees*, is hoog. Dit is egter uiters belangrik dat die hulpmiddel, veral in die huidige ontwikkelingsfase waarin Suid-Afrika hom bevind, suksesvol geïmplementeer moet word.

Die volgende bronne van finansiering sal gevolglik oorweeg word om die hulpmiddel so spoedig moontlik te bemark, sodat dit toegepas kan word:

- Eie fondse
- Fondse verkry uit verkope van hulpmiddel/publikasies
- Borgskappe vanuit die privaatsektor (versekeraars, banke, ensovoorts)
- Owerheidshulptoekennings
- Buitelandse skenkers

Teen hierdie agtergrond word die hulpmiddel soos dit in Afrikaans ontwikkel is, vervolgens aangebied.

#### 4.4 DIE SAMBREELBOEK VAN WELWEES

# **Die Sambreelboek van Welwees**



'n Hulpmiddel in die Ontwikkeling  
van Gesonde Persoonlikheids-  
funksionering vir Gebruik  
deur Ouers, Opvoeders  
en Opleiers

**Ilse de Beer & Renché Nel**

© Kopiereg voorbehou

# Die Sambreelboek van Welwees

Die persoon wat moeilike dinge maklik  
kan maak, is 'n opvoeder

- Ralph Waldo Emerson

# Inhoudsopgawe

## Die Sambreelboek van Welwees

	Bladsy
Voorwoord	
Erkenning en Dankbetuiging	3
1. Legendariese ankering	4
2. Voorgestelde gebruik	5
3. Die Sambreel van Welwees	6
3.1 Gebalanseerdheid <b>(Opweeg)</b>	8 9
3.2 Probleemhantering <b>(Planmaak)</b>	14 14
3.3 Positiewe ingesteldheid <b>(Skitter)</b>	19 19
3.4 Ideale en Doelwitoriëntasie <b>(Koerskry)</b>	24 24
3.5 Gemeenskaplikheid <b>(Uitleef)</b>	29 29
3.6 Selfstandigheid <b>(Deurdruk)</b>	34 34
4. Slot en Verdere Aanwendings	1
Tabel 1: Kortbegrip van Welwees	39
Tabel 2: Praktiese Wenke per Ouderdomsgroep	41 42
Tabel 3: Idees vir toepassing van Die Sam- breelboek van Welwees	44 44

Nota: Die inhoud van bladsy 5, Voorwoord, en bladsy 6, Erkenning en Dankbetuiging, word op 'n later stadium voorberei. Slegs die inhoud van die Sensitiseringshulpmiddel is van belang vir doeleindes van hierdie studie.

## 1. Legendariese Ankering

In die legendes en fabels van verskeie lande, word die eskapades van Haas en Skilpad uitgebeeld: 'n Ewige stryd.

Gewoonlik raak Haas en Skilpad in 'n wedren betrokke, en Haas spring selfvoldaan en met 'n hoë spoed weg. Skilpad vat ook die lang pad en beur ongestoord voort. Haas dink egter die wedstryd is klaar gewen, en sy gedagtes begin afdwaal op lekkerkry paadjies van koeltebome en geelwortels. Hy waag dit selfs om 'n uiltjie te knip, want die ou strompelende Skilpad kan hom mos onmoontlik nie inhaal nie.

Skilpad byt egter vas, en sonder om links of regs te kyk, en beskut teen die moordende strale van die son, deur sy beskermende dop, hou hy sy oë stip op die pad, en beur hy meter vir meter vorentoe na die eindpunt.

Wanneer Haas onder die koelteboom wakker skrik met 'n stuk geelwortel wat nog by sy mond uithang, sien hy tot sy uiterste onsteltenis hoe Skilpad selfvoldaan en trots oor die wenstreep beur. Eers daarna begin Skilpad ontspan en rustig aan die groen gras knaag. Haas is rasend van teleurstelling, en verwyt homself vir die moles waarin hy alweer beland het - hy is die spot van die hele diereryk!

Waarom wen Skilpad elke resies teen Haas? 'n Mens kan redeneer dat Skilpad een van weinige oerdiere is wat tot in die moderne tyd oorleef het, terwyl Haas as 'n soogdier maar 'n betreklik jong diertjie is. In skilpad se innerlike wese en uiterlike vorm is daar gevolglik die insigte, ondervinding en kenmerke van baie eeue opgesluit. Kenmerke wat hom ideaal weerbaar maak, vir sy welstand sorg en hom 'n groot voorsprong in die lewe gee.

Skilpad se unieke, harde, beskermende dop is net soos 'n sambreel vir hom. 'n Beskutting teen die aanslae van son, reën en wind. Dit is 'n vesting teen gevare en vyande. Dit is die ideale woonhuis waarin hy lewenslank gelukkig kan woon. Skilpad se dop is ook mooi, en trek die aandag van die teenoorgestelde geslag wanneer dit nodig is vir sy welstand.

Skilpad se innerlike kenmerke is sy uithouvermoë, wat hom toelaat om vir dae sonder water te bly, sy deursettingsvermoë om oor struikelblokke wat in sy pad geplaas word, te kom, en die oënskynlike rustige en gebalanseerde uitkyk wat hy oor die lewe het.

Haas, daarenteen, is altyd haastig, skarrel onbeplan rond en lewe in vrees en bewing, wat hom meermale noodsaak om in 'n gat in die grond skuiling te vind.



## **2. Voorgestelde Gebruik**

Die karakters van Haas en Skilpad is ideaal om die begrippe van gesonde persoonlikheidsfunksionering aan die leser tuis te bring. Die karikature is ook so ontwikkel, dat die boodskap van die publikasie maklik daarmee aan die algemen persone, van kleuters tot volwassenes, oorgedra kan word.

Die inhoud van die publikasie is gesistematiseer vir maklike toepassing in enige opvoeding- of opleidingsomgewing, en vir verwysing. Die tabelle "Kortbegrip van Welwees", wat die publikasie opsom, en "Idee vir Toepassing" is veral handig hiervoor.

Dit word beklemtoon dat die publikasie daarop ingestel is om persoonlikheidsfunksionering as onderwerp vir alle ouderdomsgroepe te sensitiseer. Die inhoud is gevolglik daarop gemik om as stimulus te dien, om idees te genereer en om leiding te verskaf.

Die idee van die Sambreeboek van Welwees is om opvoeders te sensitiseer ten opsigte van die noodsaaklikheid om gesonde funksionering te bevorder binne hulle invloedssfeer.

Hierdie boek is nie 'n vaste program of werkmethode vir 'n spesifieke groep nie, maar eerder inligting, idees en spreuke wat dien as 'n riglyn en hulpmiddel. Dit kan na gelang van behoefte deur die opvoeder toegepas en aangewend word.

Die inligting en spreuke dek die ontwikkelingsgang van 'n persoon. Daar is dus inligting wat sekere tye meer relevant as ander sal wees. 'n Bykomende interessante kenmerk van die publikasie, is dat die kleure wat vir die verskillende afdelings aangewend word, gekies is op grond van die emosionele betekenis en waardes wat aan elk van die kleure geheg word.

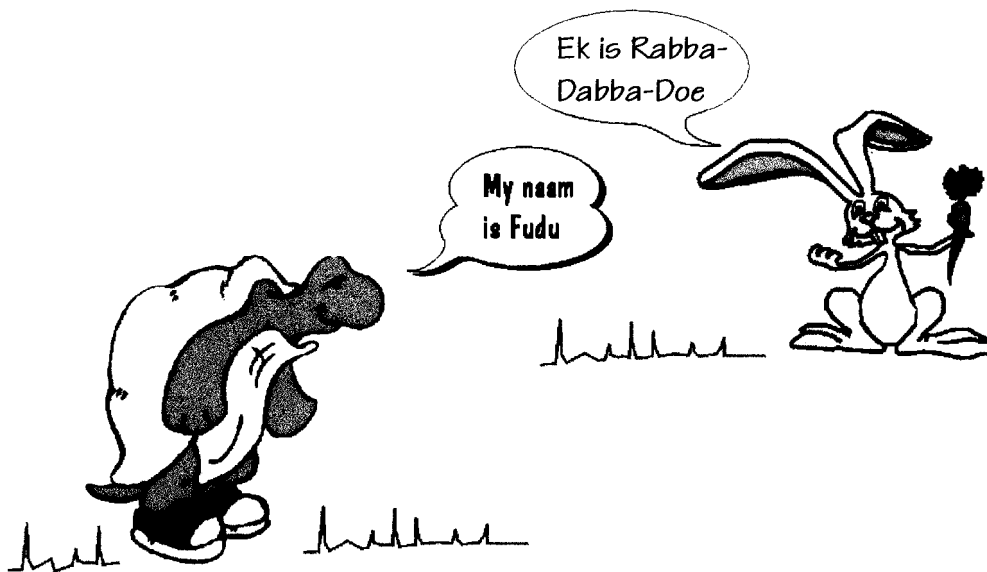
Agter in die boek is 'n lys van idees (Tabel 3) wat die opvoeder by die toepassing van die Sambreeboek van Welwees kan gebruik. Die opvoeder het egter die vryheid om sy of haar kreatiwiteit te gebruik om die inligting op enige wyse vir sy of haar situasie werkbaar te maak. Die boek is dus 'n hulpmiddel en kan byvoorbeeld soos volg aangewend word:

- \* Groepbespreking met voorbeelde wat uitgedink moet word
- \* As spreekwoorde of flitskaarte
- \* Stap-vir-stap werksprogram wat uit sommige of al die temas kan bestaan.



Dit bly egter belangrik dat die inhoud van die publikasie deur 'n verantwoordelike persoon (ouer, onderwyser, personeelbestuurder) aan sy/haar kind of teikengehoor oorgedra word. As bykomende hulpmiddel word die wesenskenmerke van die belangrikste teikengroepe in Tabel 2 opgesom.

Ontmoet vir Skildpad en Haas:



### 3. Die Sambreel van Welwees

Soos wat Fudu, die Skilpad, 'n ondeurdringbare sambreel het om sy welstand in die lewe mee te verseker, net so het elke mens 'n sambreel van geestelike beskerming nodig. 'n Sambreel wat hom weerbaar maak teen die geestelike en emosionele aanslae van die lewe.

Die sambreel van beskerming, of die **Sambreel van Welwees**, is nie iets waarmee die mens gebore word nie. Dit is nie vergelykbaar met byvoorbeeld die oorlewingsdrang, wat 'n basiese instink vir voortplanting is nie. Die **Sambreel van Welwees** is vaardighede wat die mens aanleer om sy welstand op die beproewende geestelike en emosionele vlakke van die lewe mee te verseker. Daar moet onthou word dat:

- Elke persoon grootliks **op hom- of haarself**, en die vaardighede wat hy of sy aangeleer het, aangewese is vir sy of haar welstand
- Elke persoon moet 'n **Sambreel van Welwees vir hom- of haarself** en vir sy of haar eie, unieke omstandighede skep. Jou maat of 'n buurman se sambreel sal jou niks baat nie, alhoewel wisselwerking met jou medemens in die proses tog belangrik is.
- Die **werking** van die **Sambreel van Welwees**, en die interaksie tussen die verskillende komponente daarvan, en met die groep, moet deur die individu verstaan word voordat hy of sy dit kan toepas.
- Die **beskerming** wat die **Sambreel van Welwees** vir die individu bied, kom nie vanself nie. Daar moet hard binne groepsverband voor **gewerk** word, en vaardighede aangeleer word.
- Die **Sambreel van Welwees** moet **volledig** wees, dit wil sê jou sambreel, sowel as die van elke ander lid van jou groep (jou medemens), moet oor al die elemente wat nodig is vir geestelike welstand, beskik, anders gaan jy soos onder 'n stukkende sambreel, nat reën en siek word.

Die ses beskermende panele van die sambreel van welwees, of die ses elemente, word saamgevat onder die ondergenoemde belangrike punte:

**Gebalanseerdheid** (opweeg), **Probleemhantering** (planmaak), **Positiewe ingesteldheid** (skitter), **Ideale en doelwitoriëntasie** (koerskry), **Gemeenskaplikheid** (uitleef) en **Selfstandigheid** (deurdruk). Die eerste letter van die woord tussen hakies vorm die anagram **Opskud**, wat impliseer dat geestelike welstand deurlopend aandag verg.

### 3.1 Gebalanseerdheid

Opweeg



<b>Selfondersoek</b>	<b>bl 10</b>
<b>Goeie oordeel</b>	<b>bl 11</b>
<b>Aanpasbaarheid en buigzaamheid</b>	<b>bl 12</b>
<b>Etiese uitlewing</b>	<b>bl 13</b>





## Selfondersoek

Opweeg

*Jou gedrag het 'n bepaalde inslag  
op jou lewe en op dié van ander.*

**Lees elkeen van die onderstaande spreuke  
aandagtig deur en:**

- 1. Beoordeel 'n situasie uit jou onlangse verlede,  
en stel vas hoe jy anders sou kon optree.**
- 2. Dink aan 'n toekomstige situasie, en hoe  
jy die spreuke tot jou voordeel kan aanwend.**



**Verdra** die verskeidenheid in mense en die  
verskillendheid in situasies



**Beoordeel** jou eie waarnemings krities en  
pas aan waar nodig



**Evalueer** die uitwerking van jou gedrag op  
ander objektief



**Handhaaf** 'n balans tussen die fisiese, psigiese,  
religieuse en sosiale lewensfasette



**Wees bereid** om geykte gedagtes, stereo-  
tipes of voorkeure ter verbetering te verander



## Goeie oordeel

*Oorweeg verskillende uitweë  
en dink voordat jy optree.*

**Lees elkeen van die onderstaande spreuke  
aandagtig deur en:**

- 1. Beoordeel 'n situasie uit jou onlangse verlede,  
en stel vas hoe jy anders sou kon optree.**
- 2. Dink aan 'n toekomstige situasie, en hoe  
jy die spreuke tot jou voordeel kan aanwend.**



**Ontwikkel** en benut 'n gesonde  
oordeelsvermoë



**Neem** die gevoelens wat uit jou denke  
of dade mag voortspruit, in ag



**Hanteer** situasies met nuwe, skeppende  
idees en handeling



**Leef** jou selfstandigheid binne bestaande  
beperkinge uit



**Koester** realistiese verwagtinge - dit dra by  
tot 'n positiewe ingesteldheid



## Aanpasbaarheid en Buigzaamheid

*Jy kan doelwitte op verskillende maniere bereik.*

**Lees elkeen van die onderstaande spreuke aandagtig deur en:**

- 1. Beoordeel 'n situasie uit jou onlangse verlede, en stel vas hoe jy anders sou kon optree.**
- 2. Dink aan 'n toekomstige situasie, en hoe jy die spreuke tot jou voordeel kan aanwend.**



**Ruim** altyd tyd en ruimte in vir vernuwende inligting en denke



**Onthou** dat elke persoon dieselfde basiese behoeftes en begeertes het



**Hou** 'n balans tussen jou eie en ander se aktiwiteite



**Aanvaar** dat mense en elke dag se gebeure onvoorspelbaar is



**Ontleed** die faktore wat 'n gebeurtenis of situasie veroorsaak het

## Etiese uitlewing

*Elke optrede is gekoppel  
aan verantwoordelikheid.*

**Lees elkeen van die onderstaande spreuke  
aandagtig deur en:**

- 1. Beoordeel 'n situasie uit jou onlangse verlede,  
en stel vas hoe jy anders sou kon optree.**
- 2. Dink aan 'n toekomstige situasie, en hoe  
jy die spreuke tot jou voordeel kan aanwend.**



**Neem** jou eie besluite binne jou eie waarde-  
sisteem, maar neem ander steeds in ag



**Waak** daarteen om jou selfstandigheid ten  
koste van ander te handhaaf, of om te domineer



**Maak** aanpassings of toegewings binne jou  
persoonlike gestelde waardes en normes



**Verseker** dat jou etiese en morele waardes sin  
maak en op normes geskoei is



**Akkommodeer** veranderinge of maak toege-  
wings sonder om beginsels prys te gee



**Planmaak**

## 3.2 Probleemhantering



<b>Hantering van mislukkings</b>	<b>bl 15</b>
<b>Selfbeheersing</b>	<b>bl 16</b>
<b>Herstelvermoë</b>	<b>bl 17</b>
<b>Taaigheid</b>	<b>bl 18</b>





## Hantering van mislukkings

**Planmaak**

*Lief en leed, hoe goed of wreed,  
verg jou positiewe optrede  
vir lewensvrede.*

**Lees elkeen van die onderstaande spreuke  
aandagtig deur en:**

- 1. Beoordeel 'n situasie uit jou onlangse verlede, en stel vas hoe jy anders sou kon optree.**
- 2. Dink aan 'n toekomstige situasie, en hoe jy die spreuke tot jou voordeel kan aanwend.**



**Aanvaar** dat die maak van foute menslik is, en dat dit reggestel kan word



**Onthou** dat foute nie optrede hoef te staak nie, maar slegs positiewe regstellings verg



**Maak vrede** met elemente wat jy nie met jou vermoëns kan verander of regstel nie



**Aanvaar** dat elke optrede nie elke keer suksesvol sal wees nie, maar streef steeds vir verbetering



**Onthou** dat alles wat jy wil bereik, nie noodwendig maklik of lekker gaan wees nie



**Planmaak**

## Selfbeheersing

*Dit is in jou hande hoe jy gebeure en  
onvoorspelbaarhede op jou weg  
beveg en geskille besleg.*

**Lees elkeen van die onderstaande spreuke  
aandagtig deur en:**

- 1. Beoordeel 'n situasie uit jou onlangse verlede, en stel vas hoe jy anders sou kon optree.**
- 2. Dink aan 'n toekomstige situasie, en hoe jy die spreuke tot jou voordeel kan aanwend.**



**Staal** jouself teen probleme en teleurstellings



**Waak** teen oormatige fyngevoeligheid en leer om kritiek positief aan te wend



**Wees** emosioneel beheers en hanteer probleme kalm en rustig



**Erken** jou foute en maak toegewings of verskonings as jy verkeerd was



**Handhaaf** jou eie en die ander persoon se waardigheid in enige gesprek of handeling





**Planmaak**

## Herstelvermoë

*Moenie gaan lê as die lewe jou druk  
of probleme jou laat skrik nie, maar  
rol op jou moue en bly behoue.*

**Lees elkeen van die onderstaande spreuke  
aandagtig deur en:**

- 1. Beoordeel 'n situasie uit jou onlangse verlede,  
en stel vas hoe jy anders sou kon optree.**
- 2. Dink aan 'n toekomstige situasie, en hoe  
jy die spreuke tot jou voordeel kan aanwend.**



**Moet nie** tou opgooi nie, maar herstel  
na teleurstellings en mislukkings



**Hanteer** elke krisis of probleem, en  
handel dit stelselmatig af



**Aanvaar** dat die lewe gekompliseerd is, en  
plaas probleme in konteks



**Volhard** met stamina ten spyte van  
teleurstellings



**Oorkom** teëspoed deur stelselmatig stap vir stap  
te herstel totdat momentum weer opgebou is



**Planmaak**

## Taaigheid

*Takel elke probleem tromp-op  
en los dit daadwerklik op.*

**Lees elkeen van die onderstaande spreuke  
aandagtig deur en:**

- 1. Beoordeel 'n situasie uit jou onlangse verlede,  
en stel vas hoe jy anders sou kon optree.**
- 2. Dink aan 'n toekomstige situasie, en hoe  
jy die spreuke tot jou voordeel kan aanwend.**



**Moet nie wegdeins** van komplekse of moeilike  
take of situasies nie, maar los dit vinnig op



**Moet nie** die skuld van jou foute op ander plaas,  
of verantwoordelikheid vir ander se foute neem nie



**Neem standpunt in** sonder om te oorheers, en  
moet in geen omstandighede onttrek nie



**Probeer** om in elke situasie gemaklik te voel  
en positief op te tree



**Verkry oplossings** binne sosiaal aanvaarbare  
norme en reëls





### 3.3 Positiewe Ingesteldheid



<b>Gesonde selfbeeld</b>	<b>bl 20</b>
<b>Selfmotivering</b>	<b>bl 21</b>
<b>Entoesiasme en humor</b>	<b>bl 22</b>
<b>Persoonlike ontwikkeling</b>	<b>bl 23</b>



## Gesonde selfbeeld

Skitter

*Jy is jou eie beste vriend  
vir inspirasie en lewensgrasie.*

**Lees elkeen van die onderstaande spreuke  
aandagtig deur en:**

- 1. Beoordeel 'n situasie uit jou onlangse verlede, en stel vas hoe jy anders sou kon optree.**
- 2. Dink aan 'n toekomstige situasie, en hoe jy die spreuke tot jou voordeel kan aanwend.**



**Glo** dat jy hier is met 'n doel en 'n verskil kan en moet maak



**Sien** jouself as suksesvol en produktief, en dat jy in jou omgewing 'n positiewe bydra maak



**Vertrou** op jou vermoëns en vaardighede om sukses mee te bereik



**Waardeer** jou uniekheid en die reg om jouself te wees



**Oefen** jou reg op keuses uit, en bepaal hoe jy elke omstandigheid gaan beheer





## Selfmotivering

Skitter

*Jy ervaar lewenssuksesse  
deur positiewe denke en optrede.*

**Lees elkeen van die onderstaande spreuke  
aandagtig deur en:**

- 1. Beoordeel 'n situasie uit jou onlangse verlede,  
en stel vas hoe jy anders sou kon optree.**
- 2. Dink aan 'n toekomstige situasie, en hoe  
jy die spreuke tot jou voordeel kan aanwend.**



**Beheer** jou gedagtes en denke tot jou voordeel



**Steun** op jou vaardighede en deursettingsvermoë



**Konsentreer** op jou sterkpunte en bestuur en verbeter jou swakpunte



**Aanvaar** 'n leuse vir jouself, herhaal dit daagliks en streef om dit uit te leef



**Leer** by leiers en meningsvormers en put inspirasie uit gebeure en plekke



## Entoesiasme en humor

Skitter

*Leef in Glimlagland  
en verseker geestelike welstand.*

**Lees elkeen van die onderstaande spreuke  
aandagtig deur en:**

- 1. Beoordeel 'n situasie uit jou onlangse verlede,  
en stel vas hoe jy anders sou kon optree.**
- 2. Dink aan 'n toekomstige situasie, en hoe  
jy die spreuke tot jou voordeel kan aanwend.**



**Raak** entoesiasties en wees geesdriftig oor dit  
wat jy beplan



**Fokus** op die positiewe in die lewe en wees  
opgeruimd daaroor



**Ontwikkel** 'n sin vir humor, en verbloem die  
swaarkry of die negatiewe met humor



**Geniet** die lewe en put iets positiefs uit elke  
situasie



**Waardeer** die goeie in die lewe en wend  
dit in jou daaglikse omgang aan





## Persoonlike ontwikkeling

Skitter

*Deur net 'n paar trappe op 'n keer te klim,  
word die hoogste sport makliker bereik.*

**Lees elkeen van die onderstaande spreuke  
aandagtig deur en:**

- 1. Beoordeel 'n situasie uit jou onlangse verlede,  
en stel vas hoe jy anders sou kon optree.**
- 2. Dink aan 'n toekomstige situasie, en hoe  
jy die spreuke tot jou voordeel kan aanwend.**



**Skep** elke dag geleenthede vir groei en ontwikkeling



**Ontwikkel** jou eie standpunte en menings oor sake



**Ontwikkel** belangstellings en leersame stokperdjies en hou vol daarmee



**Stel** bereikbare en sosiaal aanvaarbare ideale en mikpunte vir jouself



**Wees ingestel** op vernuwing en geleenthede wat groei en ontwikkeling in die hand werk



### 3.4 Ideale en Doelwitoriëntasie

**Koerskry**



<b>Formulering van ideale en doelwitte</b>	<b>bl 25</b>
<b>Beplanning en taakontleding</b>	<b>bl 26</b>
<b>Verwesenliking</b>	<b>bl 27</b>
<b>Aanvaarbaarheid van optrede</b>	<b>bl 28</b>





## Formulering van ideale en doelwitte

*Deur bloot te bestaan, sal jy vergaan,  
maar deur na hoër doelwitte te streef,  
kan jy jousef uitleef.*

**Lees elkeen van die onderstaande spreuke  
aandagtig deur en:**

- 1. Beoordeel 'n situasie uit jou onlangse verlede, en stel vas hoe jy anders sou kon optree.**
- 2. Dink aan 'n toekomstige situasie, en hoe jy die spreuke tot jou voordeel kan aanwend.**



**Stel** vir jousef ideale om na te streef



**Formuleer** spesifieke doelwitte waarmee ideale bereik kan word



**Bepaal** wat in jou omstandighede belangrik is, en waarom



**Versprei** ideale en doelwitte om al die fasette van die lewe in te sluit



**Stel** jou doelwitte uitdagend hoog, en poog om dit ten alle koste te bereik

## Bepanning en taakontleding

*Deur te wag, verdwyn die dag,  
maar deur 'n plan uit te voer  
word vooruit geboer.*

**Lees elkeen van die onderstaande spreuke  
aandagtig deur en:**

- 1. Beoordeel 'n situasie uit jou onlangse verlede, en stel vas hoe jy anders sou kon optree.**
- 2. Dink aan 'n toekomstige situasie, en hoe jy die spreuke tot jou voordeel kan aanwend.**



**Ontwikkel** planne om elke doelwit mee te bereik



**Stel vas** of jy oor die vereiste vermoëns, vaardighede en hulpbronne vir jou planne beskik



**Koppel** tydskedules aan elke fase van elke plan



**Verkry** samewerking en ondersteuning van alle betrokkenes by jou planne



**Implementeer** jou planne, en kontroleer deurlopend of jy op die beplande koers bly



## Verwesenliking

*Net werk sonder speel en rus  
laat jou sonder lewenslus.*

**Lees elkeen van die onderstaande spreuke  
aandagtig deur en:**

- 1. Beoordeel 'n situasie uit jou onlangse verlede, en stel vas hoe jy anders sou kon optree.**
- 2. Dink aan 'n toekomstige situasie, en hoe jy die spreuke tot jou voordeel kan aanwend.**



**Herinner** jouself daaglik aan jou planne en doelwitte



**Wees** fisies fiks en gesond sodat jy krag en stamina het vir die uitvoer van jou planne



**Ruim** tyd in vir ontspanning, stiltetye en meditering



**Handhaaf** 'n balans tussen die tyd wat jy spandeer aan die nastreef van doelwitte en rus



**Behou** perspektief en aanvaar dat jy, sowel as jou omgewing, nie elke dag dieselfde is nie

## Aanvaarbaarheid van optrede

Koerskry

*As jy ander vertrap in die uitleef van jou ideale,  
is dit slegs 'n skyn voorwaartse stap.*

**Lees elkeen van die onderstaande spreuke  
aandagtig deur en:**

- 1. Beoordeel 'n situasie uit jou onlangse verlede,  
en stel vas hoe jy anders sou kon optree.**
- 2. Dink aan 'n toekomstige situasie, en hoe  
jy die spreuke tot jou voordeel kan aanwend.**



**Maak** 'n morele kosteberekening van die  
gevolge van jou planne en doelwitte



**Stel** realistiese ideale en doelwitte en  
handel dit in prioriteitsvolgorde af



**Oorweeg** ideale en doelwitte wat met jou  
vermoëns en hulpbronne bereikbaar is



**Stel** jou planne en doelwitte binne aanvaar-  
bare sosiale norme en realiteite op



**Maak** seker dat dit wat jy wil bereik, nie  
tot ander se nadeel strek nie



### 3.5 Gemeenskaplikheid

**Uitleef**



<b>Sensitiwiteit en meelewing</b>	<b>bl 30</b>
<b>Aanvaarding van uniekheid</b>	<b>bl 31</b>
<b>Kommunikasie</b>	<b>bl 32</b>
<b>Handhawing van balans</b>	<b>bl 33</b>





## Sensitieweitek en meelewing

**Uitleef**

*Dit wat jy uit die lewe wil hê,  
is ook wat jy terselfdertyd in ander moet belê.*

**Lees elkeen van die onderstaande spreuke  
aandagtig deur en:**

- 1. Beoordeel 'n situasie uit jou onlangse verlede,  
en stel vas hoe jy anders sou kon optree.**
- 2. Dink aan 'n toekomstige situasie, en hoe  
jy die spreuke tot jou voordeel kan aanwend.**



**Wees sensitief** vir ander se reaksies  
en gevoelens



**Toon** deernis en meelewing met ander se  
gevoelens en omstandighede



**Onthou** dat daar vir ander mense se optrede  
ook rede en motivering bestaan



**Beskou** verhoudings as waardevol en hanteer  
dit met agting en goeie maniere



**Aanvaar** dat jou optrede uitkring na ander, en  
die verhouding tussen mense kan bepaal





## Aanvaarding van uniekheid

**Uitleef**

*Dit is jou voorreg en eer  
om elke mens se staanplek  
in die son te respekteer.*

**Lees elkeen van die onderstaande spreuke  
aandagtig deur en:**

- 1. Beoordeel 'n situasie uit jou onlangse verlede,  
en stel vas hoe jy anders sou kon optree.**
- 2. Dink aan 'n toekomstige situasie, en hoe  
jy die spreuke tot jou voordeel kan aanwend.**



**Respekteer** elke individu se uniekheid en  
akkomodeer hierdie verskille in jou optrede



**Behandel** elke mens met respek en  
waardigheid



**Gee** aan ander die geleentheid om hulleself in  
jou teenwoordigheid te wees



**Aanvaar** dat ander mense se gevoelens en  
optredes net so belangrik soos jou eie is



**Fokus** op die positiewe by alle mense en  
in alle situasies

## Kommunikasie

Uitleef

*Goeie kommunikasie is die grondslag vir begrip en goeie verhoudings.*

**Lees elkeen van die onderstaande spreuke aandagtig deur en:**

- 1. Beoordeel 'n situasie uit jou onlangse verlede, en stel vas hoe jy anders sou kon optree.**
- 2. Dink aan 'n toekomstige situasie, en hoe jy die spreuke tot jou voordeel kan aanwend.**



**Maak seker** dat kommunikasie 'n tweerigting-proses met openhartige bydraes deur almal is



**Wees positief** en vriendelik tydens kommunikasie



**Aanvaar** die verantwoordelikheid dat jou boodskap korrek ontvang en geïnterpreteer word



**Wees** in alle kommunikasiesituasies eerstens 'n goeie luisteraar



**Skep** kreatiewe kommunikasie en verskillende opsies om begrip mee te bevorder



## Handhawing van balans

**Uitleef**

*Jy is individueel en uniek,  
maar onlosmaaklik deel  
van die groter mense-kliek.*

**Lees elkeen van die onderstaande spreuke  
aandagtig deur en:**

- 1. Beoordeel 'n situasie uit jou onlangse verlede,  
en stel vas hoe jy anders sou kon optree.**
- 2. Dink aan 'n toekomstige situasie, en hoe  
jy die spreuke tot jou voordeel kan aanwend.**



**Handhaaf** 'n balans tussen individuele optrede  
en optrede in groepverband



**Wees konsidererend** teenoor andere sonder  
om die mindere of minderwaardig te wees



**Aanvaar** dat mense mekaar nodig het en  
aanvul - raak betrokke en betrek ander



**Wees eerlik** met jouself en eerlik en opreg  
teenoor ander in die samelewing



**Erken** dat jy en jou medemens regte en verplig-  
tinge het, en dat almal nie altyd reg kan wees nie



### 3.6 Selfstandigheid



**Aanvaarding van verantwoordelijkheid**

**bl 35**

**Selfbestuur**

**bl 36**

**Aktiewe leefwyse**

**bl 37**

**Aanvaar uitdagings**

**bl 38**



## Aanvaarding van verantwoordelikheid

*Dit wat jy vandag doen,  
moet jy jou nog  
môre mee kan versoen.*

**Lees elkeen van die onderstaande spreuke  
aandagtig deur en:**

- 1. Beoordeel 'n situasie uit jou onlangse verlede, en stel vas hoe jy anders sou kon optree.**
- 2. Dink aan 'n toekomstige situasie, en hoe jy die spreuke tot jou voordeel kan aanwend.**



**Onthou** dat jou eie besluite jou toekoms bepaal



**Besef** dat jou gedrag en optrede gevolge het waarvoor jy verantwoordelik is



**Bepaal** jou rol in elke aksie of handeling en kom jou beloftes en verantwoordelikheid na



**Besin** of jou optrede realisties, haalbaar en toepaslik is



**Handhaaf** deurgaans aanvaarbare waardes en norme

## Selfbestuur

*Jy en jy alleen stuur jou lewe  
met innerlike krag en steun  
volgens jou strewe.*

**Lees elkeen van die onderstaande spreuke  
aandagtig deur en:**

- 1. Beoordeel 'n situasie uit jou onlangse verlede,  
en stel vas hoe jy anders sou kon optree.**
- 2. Dink aan 'n toekomstige situasie, en hoe  
jy die spreuke tot jou voordeel kan aanwend.**



**Beheer** jou emosies deur jou gevoelens  
oor besluite wat jou raak te ontleed



**Som** elke situasie objektief op, en onthou dat  
jou waarnemings persoonlik en subjektief is



**Bestuur** jou lewe sinvol deur jou sterkpunte,  
swakpunte, behoeftes en belange te ken



**Vermeerder** jou kennis en ondervinding deur-  
lopend deur nuwe dinge aan te pak



**Leer** om jou persoonlike sake self te bestuur



## Aktiewe leefwyse

*Carpe Diem -  
benut elke oomblik  
en leef voluit.*

**Lees elkeen van die onderstaande spreuke  
aandagtig deur en:**

- 1. Beoordeel 'n situasie uit jou onlangse verlede, en stel vas hoe jy anders sou kon optree.**
- 2. Dink aan 'n toekomstige situasie, en hoe jy die spreuke tot jou voordeel kan aanwend.**



**Benut** elke geleentheid ten volle - dit word nie herhaal nie



**Leef** lewenskragtig en verbeter vaardighede en roetines - ontwikkel stokperdjies en belangstellings



**Raak betrokke** by verskillende aktiwiteite in jou omgewing en brei so jou verwysingsraanwerk uit



**Leer** om met elke taak of aksie te begin - onthou, van uitstel kom afstel



**Onderneem** net soveel as wat jy sinvol kan hanteer - moenie meer afbyt as wat jy kan kou nie

## Aanvaarding van Uitdagings

*Sien probleme as geleenthede wat jy kan benut.*

**Lees elkeen van die onderstaande spreuke aandagtig deur en:**

- 1. Beoordeel 'n situasie uit jou onlangse verlede, en stel vas hoe jy anders sou kon optree.**
- 2. Dink aan 'n toekomstige situasie, en hoe jy die spreuke tot jou voordeel kan aanwend.**



**Ondersoek** en herrangskik bestaande idees en skep so nuwe, kreatiewe moontlikhede



**Toets** nuwe idees en denkrigtings, ongeag of jy daarmee slaag of nie



**Vertrou** op jou intuïsie en vermoë om selfstandig te kan optree



**Aanvaar** dat probleme met die behoorlike bestuur daarvan voorkom kan word



**Probeer** probleme eers self oplos, alvorens hulp ingeroep word



## 4. Slot en verdere aanwendings

Die **Sambreelboek van Welwees** is gebaseer op 'n doktrale proefskrif wat gerugsteun word deur vyf jaar se praktiese navorsing in die bedryf. Die bevindings van die navorsing is sterk teoreties gefundeer, maar ook van wesenlike praktiese belang vir elke mens in die samelewing. Dit was die beweegrede daaragter dat die proefskrifresultaat in 'n eenvoudige en hopelik gewilde vorm aan die publiek beskikbaar gestel word as **Die Sambreelboek van Welwees**, 'n hulpmiddel in die ontwikkeling van geesteswelstand.

Die publikasie is voorberei as hulpmiddel vir opvoeders en opleiers wat met mense van alle ouderdomsgroepe werk. Die outeurs is van mening dat die hulpmiddel 'n substansiële bydrae kan lewer tot die persoonlikheidsontwikkeling van kinders. Wat volwassenes betref, kan die publikasie ook 'n baie handige rol in die werkplek speel om by te dra tot die ontwikkeling, aanvaarding en groei van die individu in die komplekse werksomgewing. Personeelpraktisyns en opleiers kan die publikasie met vrug aanwend.

Om die leser verder behulpsaam te wees, verskyn daar in Tabel 2 praktiese inligting van die hoofkenmerke van verskillende ouderdomsgroepe. Dit is belangrik om ag te slaan op die wesenlike verskille tussen die lede van die verskillende ouderdoms- en volwassenheidsvlakke, en om die opvoeding en opleiding vir geestelike welstand streng daarby aan te pas.

Babas is tydens geboorte weerloos, en hulle is afhanklik van hul ouers en ander persone in hul omgewing om hulle te help opgroei. Die fisiese gedeelte van grootword soos kruip, loop, praat, leer en skoolgaan is maklik. Belangrike afronding van die kind (of persoon) op emosionele vlak is egter net so belangrik, indien nie belangriker nie, en nodig om die persoon normaal en volwasse tussen ander te laat funksioneer. Die kind moet groei van weerloos tot weerbaar. **Die Sambreelboek van Welwees** oorbrug die gaping tussen die maklike, fisiese opgroei- en leerproses, en die bereiking van die moeiliker vlak van volle emosionele volwassenheid.

Welwees word in die publikasie vergelyk met 'n sambreel wat ses belangrike emosionele komponente vir die verkryging en handhawing van emosionele volwassenheid het, saamgevat met die woorde **Opweeg, Planmaak, Skitter, Koerskry, Uitleef en Deurdruk**. Elke persoon is slegs op hom- of haarself aangewese om suksesvol die vlak van volwasse geestelike welwees te bereik.



Niemand anders kan geestelike welwees vir jou gee, of jou leer hoe om te voel of te reageer nie. Leiding kan egter deur ouers, opvoeders en opleiers gegee word, en **Die Sambreelboek van Welwees** kan 'n waardevolle hulpmiddel hiervoor wees.

Die inhoud van **Die Sambreelboek van Welwees** kan op verskillende maniere aangewend word om die inligting tot die beskikking van die teikengroep waarmee daar gehandel word, te stel. So kan daar vir kleuters eenvoudige rolvertolkings geskep word en in die werkplek kan opleidingseminare hierdie belangrike funksie vervul.

Die outeurs glo dat **Die Sambreelboek van Welwees** 'n baie belangrike bydrae kan lewer tot die geestelike welwees van die Suid-Afrikaanse bevolking.





## Tabel 1: Kortbegrip van Welwees

No	Komponent	Aksie werkwoord *1	Elemente van hoofkomponent	Emosie van kleur
1.	Gebalanseerdheid	Opweeg	Selfondersoek Goeie oordeel Aanpasbaarheid en buigzaamheid Etiese uitlewning	Groen: Harmonie en balans
2.	Probleemhantering	Planmaak	Hantering van mislukkings Selfbeheersing Herstelvermoë Taalheid	Geel: Kreatiwiteit in denke Rasionalisering Vlugheid van gees
3.	Positiewe ingesteldheid	Skitter	Gesonde selfbeeld Selfmotivering Entoesiasme en humor Persoonlike ontwikkeling	Blou: Houding teenoor die lewe
4.	Ideale en doelwit oriëntasie	Koerskry	Formulering van ideale en doelwitte Beplanning en taakontleding Verwesenliking Aanvaarbaarheid van optrede	Rooi: Toewyding
5.	Gemeenskaplikheid	Uitleef	Sensitiwiteit en meelewing Aanvaarding van uniekheid Kommunikasie Handhawing van balans	Lila: Aanvaarding Verdraagsaamheid Volwassenheid
6.	Selfstandigheid	Deurdruk	Aanvaarding van verantwoordelikheid Selfbestuur Aktiewe leefwyse Aanvaarding van uitdagings	Oranje: Ambisie en dryfkrag

\* 1 Die eerste letters van die werkwoorde in die lys vorm die anagram "OPSKUD", wat impliseer dat aksies wat geestelike welstand bevorder, deurlopend aandag moet kry.



## **Tabel 2: Praktiese wenke vir Toepassing van die Hulpmiddel van Welwees op verskillende Ouderdomsgroepe**

### **Voorskoolse kinders**

Kinders in hierdie fase is ingestel op hulleself en hul eie behoeftes. Die sosiale gevolge van hulle gedrag is nog nie vir kinders in hierdie groep van belang nie. Die opvoeder maak namens die kind die keuse van wat toegelaat kan word, en wat nie.

Voorskoolse kinders leer grootliks deur oer persone **dop te hou** en te evalueer. Uit hierdie evaluering van ander, ontwikkel kinders se siening van hulleself. Wat die opvoeder dus van die kind dink en aan hom of haar kommunikeer, kan die beeld word wat die kind uiteindelik van hom- of haarself het.

Kleuters in hierdie fase **boots hulle ouers of opvoeders byna slaafs** na. Die voorbeeld wat die opvoeder stel, is dus van die allergrootste belang.

### **Laerskoolkinders**

Hierdie tydperk in 'n kind se ontwikkeling is relatief rustig en kalm, en kinders **aanvaar tradisionele gesag maklik**. Opvoeders kan 'n positiewe invloed op die opvoeding uitoefen, deur byvoorbeeld direk aan die kind te kommunikeer en voor te skryf wat aanvaarbaar is en wat nie.

In hierdie fase ontwikkel die kind 'n groter **sosiale bewustheid en ook morele insig**. Dit bied aan opvoeders die geleentheid om kinders bewus te maak van die sosiale en morele gevolge van hulle gedrag. Die kind kan dus ingelig word oor die gevolge wat sy gedrag vir hom- of haarself inhou. Tipies kan die ondergenoemde aanslag aan die kind in 'n konfliktsituasie voorgehou word: "Kom ons doen liever iets wat vir almal lekker is, dan is ons almal bly."

## **Tabel 2: Praktiese wenke vir Toepassing van die Hulpmiddel van Welwees op verskillende Ouderdomsgroepe (vervolg)**

### **Tieners**

By die tiener vind daar meestal 'n verskuiwing plaas vanaf die onvoorwaardelike aanvaarding van tradisionele gesag, na die aanvaarding van **verantwoordelikheid** en vertolking van die volwasse rol wat die kind uiteindelik in sy betrokke kultuur moet inneem. Dit lei daartoe dat gesagsfigure dikwels ervaar dat tieners gesag uitdaag en ondermyn. Die opvoeder se direkte aanslag, wat voorheen baie suksesvol was, lei dikwels in hierdie fase tot konflik.

Die kern is dat tieners **vir hulleself wil begin dink**. Daarom word hulle beter bereik deur 'n indirekte benadering. Vra vir 'n tiener sy of haar mening voordat jy jou eie mening gee. Onderhandel oor reëls eerder as dat reëls rigied voorgeskryf word. Die tiener moet voel dat sy of haar opinie belangrik is en dat daar na hom of haar geluister word. Konflik sal noodwendig voorkom. Benut dit sodat die tiener kan leer om keuses te maak wat tot volwasse besluitneming lei.

### **Volwassenes**

Kenmerke van volwassenes is die drang om te groei en te presteer, wat insluit vestiging, vaardighede, materiële besittings, ens. Tog is daar by volwassenes 'n inherente weerstand teen verandering, en 'n voorkeur vir die reeds bekende.

Die kern is dat wanneer 'n volwassene daarvan oortuig word dat 'n verandering tot sy **voordeel** is, dit die nodige motivering tot 'n besluit en 'n bereidwilligheid om te ontwikkel, verskaf.

Van belang by volwassenes in opleiding is dus dat bepaalde voordele aan hulle uitgewys moet word, dat hulle met feite oortuig moet word, en dat van 'n deelnemende benadering gebruik gemaak moet word. Die volwassene moet voel dat hy in **beheer** van sy eie situasie is, en uit vrye keuse belangrike besluite neem.

Bron: Louw, D A (1990). Menslike Ontwikkeling. Tweede uitgawe. Pretoria: HAUM

### **Tabel 3: Idees vir toepassing van Die Sambreelboek van Welwees**

Die bedoeling van *Die Sambreelboek van Welwees* is dat dit deurlopend in die opvoedingsproses by wyse van leering, versterking, modelering en voorspraak geïntegreer word. Indien 'n opvoeder dit meer gestruktureerd en formeel wil toepas, kan die ondergenoemde idees van hulp wees en op die teikenpersoon of teikengroep toegepas word:

**1. Storievertel**

Vertel 'n storie van wat jy waargeneem het wat bydra tot, of afbreuk doen aan die beginsels van 'n bepaalde stel spreuke.

**2. Waarneming**

Beskou 'n persoon in 'n negatiewe posisie aandagtig (bv hartseer/ongelukkig/kwaad). Probeer vyf redes gee waarom hy/sy moontlik negatief is, en gee dan vyf idees om hom/haar op te beur.

**3. Wens-nastrewery**

Noem vyf wense van wat jy graag in die lewe wil bereik. Probeer dit as doelwitte formuleer en stel planne op waarmee elke doel bereik kan word.

**4. Heldeverering**

Noem vyf van jou helde en bepaal die eienskappe van jou helde wat jy graag wil nastreef.

**5. Versterking**

Probeer om in een dag jou beste maat vyf keer te prys vir verskillende dinge wat hy/sy mooi en reg doen.

**6. Doelwitte**

Stel drie doelwitte vir jouself elke dag, byvoorbeeld lees 'n mooi boek, bedank ouers vir huislike omstandighede, leer 'n nuwe tegniek aan, ens. Moet nie gaan slaap voor al drie doelwitte uitgevoer is nie.



### **Tabel 3: Idees vir toepassing van Die Sambreelboek van Welwees (vervolg)**

#### **7. Evaluasie**

As 'n dag goed afgeloop het vir jouself, skryf vyf redes neer waarom dit suksesvol was. Doen dieselfde vir 'n slegte dag. Bepaal hoe jy *Goeie-dae-dinge* kan herhaal en *Slegte-dae-dinge* kan uitskakel.

#### **8. Samewerking**

Vorm 'n groepie en kyk hoeveel motorname, filmsterre, lande, presidente, ensovoorts die groep saam kan onthou. Let daarop dat die groep wat as 'n span saamwerk, baie meer vermoeg as die enkeling.

#### **9. Verbintenisse**

Kies vyf dinge wat jy wil doen. Vertel jou ouers en vriende daarvan, en let daarop dat jou dryf groter is om die take af te handel as jy dit teenoor ander mense onderneem het.

#### **10. Liedjie-speletjie**

Kies onderwerpe vir geesteswelstand, byvoorbeeld ondersteuning, samewerking, selfbeeld ensovoorts. Probeer drie liedjies identifiseer waar die sanger oor elke onderwerp sing.

#### **11. Flitskaarte**

Maak kaartjies van die spreuke en plak dit teen opsigtelike plekke soos byvoorbeeld die yskas se deur of jou spieël op, en lees dit daagliks.

#### **12. Ander**

Kan jy aan nog ander idees dink?

---

---

---

## Tabel 1: Kortbegrip van Welwees

No	Komponent	Aksie werkwoord *1	Elemente van hoofkomponent	Emosie van kleur
1.	Gebalanseerdheid	Opweeg	Selfondersoek Goeie oordeel Aanpasbaarheid en buigzaamheid Etiese uitlewning	Groen: Harmonie en balans
2.	Probleemhantering	Planmaak	Hantering van mislukkings Selfbeheersing Herstelvermoë Taalheid	Geel: Kreatiwiteit in denke Rasionalisering Vlugheid van gees
3.	Positiewe ingesteldheid	Skitter	Gesonde selfbeeld Selfmotivering Entoesiasme en humor Persoonlike ontwikkeling	Blou: Houding teenoor die lewe
4.	Ideale en doelwit oriëntasie	Koerskry	Formulering van ideale en doelwitte Beplanning en taakontleding Verwesenliking Aanvaarbaarheid van optrede	Rooi: Toewyding
5.	Gemeenskaplikheid	Uitleef	Sensitiwiteit en meelewing Aanvaarding van uniekheid Kommunikasie Handhawing van balans	Lila: Aanvaarding Verdraagsaamheid Volwassenheid
6.	Selfstandigheid	Deurdruk	Aanvaarding van verantwoordelikheid Selfbestuur Aktiewe leefwyse Aanvaarding van uitdagings	Oranje: Ambisie en dryfkrag

\*1 Die eerste letters van die werkwoorde in die lys vorm die anagram "OPSKUD", wat impliseer dat aksies wat geestelike welstand bevorder, deurlopend aandag moet kry.







## Aantekeninge

---

---

---

---

---

---

---

---





**Welwees binne  
maklike bereik**



#### 4.5 SAMEVATTING

In hierdie hoofstuk is die inhoudelike van die hulpmiddel sistemies begrond. Daarna is die toepassingsaspekte daarvan in die praktyk, bespreek. Die hulpmiddel is op so 'n wyse saamgestel dat dit verskeie teikengroepe kan dien. Hierbenewens het *Die Sambreelboek van Welwees* nie net 'n *ontwikkelingsfunksie* ten doel nie, maar kan dit ook ten opsigte van *voorkoming* 'n bydrae maak.

## HOOFSTUK 5

### KOPPELING TUSSEN DIE OPVOEDKUNDIGE HULPMIDDEL EN DIE KONSTRUKTE WAARUIT DIT ONTWIKKEL IS

#### 5.1 INLEIDING

Die inhoudelike van die Sambreelboek is nie net uit die literatuurstudie oor die onderwerp ontwikkel nie, maar 'n groot bydrae tot bevestiging en uitbreiding van die geïdentifiseerde akademiese idees is deur middel van die fokusgroepsessies verkry. Daar kan bykomend geredeneer word dat die idees wat deur middel van die fokusgroepsessies gegeneer is, deur die kernidees wat uit die LVK en ES konstruke ontleen was, gerig is. Hierbenewens is die inhoud van die Sambreelboek ook 'n beredeneerde integrasie van die totale aantal idees wat verkry is uit die literatuurstudies en fokusgroepsessies ten opsigte van twee konstruke, naamlik LVK en ES.

#### 5.2 DIE TERUGKOPPELING TUSSEN DIE OPVOEDKUNDIGE HULPMIDDEL EN LOKUS VAN KONTROLE

Die *Sambreelboek van Welwees* is 'n uitvloeisel van 'n navorsingsproses wat teruggekoppel kan word na die analise van 'n bepaalde persoonlikheidskonstruk (in die verband LVK). Hierdie resultaat verteenwoordig die idees van verskeie outeurs wat oor die LVK konstruk geskryf het. Wat op hierdie punt van belang is, is hoe die resultaat terugkoppel met die idees waaruit dit oorspronklik ontwikkel is. Deur die terugkoppeling kan die *suiwerheid* van die navorsingsproses sistemies gekontroleer word. Hiermee word bedoel dat die navorsers deur 'n kritiese terugblik wil bepaal of die oorspronklike akademiese fondasie behoue gebly het in die verwerkte resultaat. Die wetenskaplik-gefundeerde boodskap moet dus steeds weergegee word in die populêr-bemerkbare *Sambreelboek van Welwees*. Die navorsers het besluit om die



terugkoppeling na die oorspronklike analise te doen slegs deur verwysing na die primêre idees wat tydens die literatuurstudie geïdentifiseer en bespreek is.

Die Sambreelboek word aangebied in ses oorhoofse temas, met vier sub-temas wat onder elke oorhoofse tema resorteer. Die inhoudelike van die sub-temas word aangebied in 'n gedragspreuk-stellingformaat. Deur hierdie aanbiedingswyse het die navorsers gepoog om onderskeidings wat geïdentifiseer is tydens die aanvanklike bestudering van die konstuk, te reflekteer. Die temas verteenwoordig funksionele eenhede (ingesteldhede), terwyl die sub-temas die gedragsmanifestasies van laasgenoemde ondervang. In Tabel 5.2.1. word hierdie verteenwoordigende *bande* weerspieël. Die leser word ook verwys na paragraaf 3.5.2 (Deel 1).

Tabel 5.2.1: Terugkoppeling tussen die temas van die *Sambreelboek van Wetwees en LVK*

Sambreelboek TEMAS	Oorspronklike geïdentifiseerde idees oor LVK Funksionele eenhede
1. Gebalanseerdheid – <i>Opweeg</i>	Persepsie van kontrole
2. Probleemhantering – <i>Planmaak</i>	Deursettingsvermoë Persoonlike beheer
3. Positiewe Ingesteldheid – <i>Skitter</i>	Selfsiening
4. Ideale en doelwitoriëntasie – <i>Koerskry</i>	Doelwitingesteldheid
5. Gemeenskaplikheid – <i>Uitleef</i>	Interpersoonlike verhoudings Kreatiwiteit
6. Selfstandigheid – <i>Deurdruk</i>	Standvastigheid Produktiewe oriëntasie

Elkeen van die *Sambreelboek*-temas kan gekoppel word aan die LVK-funksionele eenhede. Gevolglik is die terugkoppeling vir die huidige navorsers bevestigend van die suiwerheid van die navorsingsproses.

### 5.3 DIE TERUGKOPPELING TUSSEN DIE OPVOEDKUNDIGE HULPMIDDEL EN EGOSTERKTE

Wanneer daar gekyk word na die ontwikkelde hulpmiddel in geheel is dit steeds van belang om die egosterkte konstruksie-akademies te kan herken. Met hierdie idee in gedagte is die terugkoppelingsmoontlikhede van die temas en sub-temas van die *Sambreelboek van Welwees* na die oorspronklike funksies en gedragsmanifestasies van egosterkte ook ondersoek. Die doel van hierdie terugkoppeling was om 'n bevestiging van die akademiese onderbou van die hulpmiddel te bewerkstellig. Die akademiese onderbou was by wyse van 'n literatuurondersoek geïdentifiseer. Bogenoemde proses sal dien as 'n bevestiging dat die navorsingsproses korrek verloop het. Dit sal ook 'n bevestiging wees dat die populêre en informele aard van die *Sambreelboek van Welwees* nie die wetenskaplikheid daarvan beïnvloed het nie.

Die finale hulpmiddel word in ses temas met vier sub-temas elk aangebied. Die temas en sub-temas is ontwikkel uit die resultaat van die fokusgroepsessies. Laasgenoemde was gebaseer op die oorspronklike tien idees wat verkry was uit die integrering van die funksies en gedragsmanifestasies van egosterkte (asook van LVK). Die gedragsmanifestasies word in die hulpmiddel as gedragsaksies aangebied in die vorm van gewone handelings, sosiale aksies, prakties-georiënteerde doelwitte, lewenslesse en slagspreuke.

In Tabel 5.3.1 word die terugkoppeling tussen die temas van die hulpmiddel en die funksies en gedragsmanifestasies van egosterkte gedoen.

Tabel 5.3.1: Koppeling tussen die temas van die *Sambreelboek van Welwees* en *Egosterkte*

Sambreelboek van Welwees	Oorspronklike geïdentifiseerde idees oor Egosterkte	
TEMAS	FUNKSIES	GEDRAGSMANIFESTASIES
1. Gebalanseerdheid – <i>Opweeg</i>	Aanpasbaarheid Realiteitstoetsing Integrering	Stres- en frustrasietoleransie
2. Probleemhantering – <i>Planmaak</i>	Wilskrag Emosionele kontrole	Uitstel van behoeftebevrediging Selfbeheersing
3. Positiewe ingesteldheid – <i>Skitter</i>	Effektiwiteit Sin van vaardigheid	Oordeel en soepelheid
4. Ideale en doelwit oriëntasie – <i>Koerskry</i>	Doelwitbereiking	Bestendigheid in waardes, houdings en belangstellings
5. Gemeenskaplikheid – <i>Uitleef</i>	Aanpasbaarheid Balans Sin van identiteit	Kalm en bedaard Minimum gebruik van verdedigingsmeganismes
6. Selfstandigheid – <i>Deurdruk</i>	Sin van identiteit	Selfstandige funksionering en ‘n aktiewe lewensingesteldheid

Elkeen van die temas kan gekoppel word aan die ES-funksionele eenhede en gedragsmanifestasies. Deur die temas, sub-temas en gedragspreuke is die navorsers van mening dat daar reg geskied het aan ES in sy verskillende abstraksievorme.

#### 5.4 KOPPELING MET ANDER PERSOONLIKHEIDSKONSTRUKTE

Die eenheid wat gevorm word deur ‘n tema wat uitvloei in bepaalde sub-temas en gedragspreuke, weerspieël die onderskeibare, dog interafhanklike aard van die betrokke *groep* idees. Sodoende word gekoppel aan die wederkerige-beïnvloedende en onderskeibare funksies van LVK en ES wat in gedragsmanifestasies vergestalt. Die implikasie is dat indien ‘n persoon enkele

gedragspreuke van die Sambreelboek begryp en integreer, die effek daarvan neerslag kan vind in die persoon se totale persoonlikheidsfunksionering. ‘n Voorbeeld hiervan is die gedragspreuk *Vertrou op jou vermoëns en vaardighede om sukses mee te bereik* (tema: *Positiewe ingesteldheid*; sub-tema: *Gesonde selfbeeld*). Integrasie van hierdie idee kan sekerlik positief bydra tot die versterking van meer omvattende funksionele eenhede, soos in die geval van LVK (*Persoonlike beheer* en *Standvastigheid*) en in die geval van ES (*Selfstandige funksionering* en *Aktiewe lewensingesteldheid*).

Dit is ook van belang dat die idees wat verkry is vanuit verskeie persoonlikheidskonstrukte, in die hulpmiddel vir gesonde persoonlikheidsfunksionering in samehang en in verhouding tot mekaar beskryf word. Dit blyk dat LVK en ES inwerk op mekaar om persoonlikheidsfunksionering daar te stel. Om hierdie rede was dit sinvol om die konstruk LVK in samehang met ES in ‘n hulpmiddel te ontwikkel. In Tabel 5.4.1 word die wisselwerking tussen die twee konstrunkte ten opsigte van bogenoemde aangedui.

Tabel 5.4.1: Wisselwerking tussen LVK en ES ten opsigte van verwante aspekte van gesonde persoonlikheidsfunksionering

Temas in Sambreelboek	Oorspronklik-geïdentifiseerde funksionele eenhede (‘n voorbeeld word in elke verband gegee)	
	LVK	ES
1. Gebalanseerdheid – <i>Opweeg</i>	Persepsie van kontrole	Aanpasbaarheid
2. Probleemhantering – <i>Planmaak</i>	Deursettingsvermoë	Wilskrag
3. Positiewe ingesteldheid – <i>Skitter</i>	Selfsiening	Effektiwiteit
4. Ideale en doelwitoriëntasie – <i>Koerskry</i>	Doelwitingesteldheid	Doelwitbereiking
5. Gemeenskaplikheid – <i>Uitleef</i>	Interpersoonlike verhoudings	Balans
6. Selfstandigheid – <i>Deurdruk</i>	Standvastigheid	Sin van identiteit

In bogenoemde verband word die leser ook verwys na paragrawe 3.5.2 (Deel I) en 4.4.1.1 (Deel I).



Lokus van kontrole en egosterkte word op die vlak van funksionele eenhede in verband gebring met verskeie ander konstrunkte van persoonlikheidsfunksionering soos selfgeldig, selfaktualisering, sosialisering en andere. Dus al word konstrunkte bygevoeg, met die implikasie dat temas/spreuke kan bykom of uitbrei, is die verwagting nie dat die uitbreiding op die vlak van funksionele eenhede aansienlik sal wees nie. Die verwagting is eerder dat die hulpmiddel reeds omvattend en insluitend van funksionele gedragseenhede is wat verskeie persoonlikheidskonstrukte verteenwoordig. Hiermee word nie geïmpliseer dat die verskillende persoonlikheidskonstrukte tautologies van aard is nie, maar bloot dat die funksionele eenhede en gedragsmanifestasies soos gereflekteer deur die spreuke, synde op 'n laer vlak van logiese tipering, verskeie persoonlikheidskonstrukte in samehang met verskillende kombinasies van mekaar, kan verteenwoordig.

## 5.5 SAMEVATTING

In hierdie hoofstuk is die *Sambreeelboek van Welwees* teruggekoppel aan die oorspronklike idees waaruit dit ontwikkel is. Deur hierdie terugkoppeling word die sirkel van die navorsingsproses voltooi op weg na operasionalisering.

## HOOFSTUK 6

### SAMEVATTING VAN DIE STUDIE

#### 6.1 INLEIDING

Die doel van die hoofstuk is om 'n oorhoofse beskouing van die studie (Deel I en Deel II) weer te gee. Deur die beskouing word die studie in 'n groter konteks geplaas. Die doel en aard van die studie word onder die loep geneem. Toekomstige verwagtings wat gekoester word ten opsigte van die *Sambreelboek van Welwees* en aanbevelings in hierdie verband word gemaak.

#### 6.2 KONTEKSPLASING VAN DIE STUDIE

Die proses van dataformasie word op die derde-orde-ontledingsvlak van betekenisgewing afgesluit (Keeney, 1983). Op hierdie vlak word konseptueel met die navorsing omgegaan. Die eindresultaat (hulpmiddel) word hierdeur in 'n groter konteks geplaas. Keeney (1983) verwys op hierdie vlak na metakonteksplasing.

In hoofstuk 1 (Deel I) is daar reeds 'n aanvang gemaak met konteksplasing naamlik, dat daar tans in die sielkunde 'n sterk premie geplaas word op geestesgesondheid, veral gesonde persoonlikheidsfunksionering, voorkomende sielkunde en gemeenskapsontwikkeling. Omdat die hulpmiddel teoreties en wetenskaplik begrond is, verwag die huidige navorsers dat die hulpmiddel van welwees gesonde persoonlikheidsfunksionering in breë sal bevorder en voorkomend tot patologie sal inwerk. Sodoende kan die hulpmiddel 'n bydrae lewer tot gemeenskapsontwikkeling.

Die afgelope dekade het groot verandering op politieke, ekonomiese en sosio-maatskaplike terreine in Suid-Afrika plaasgevind. Hierdie veranderings stel hoë eise aan bykans elke persoon in Suid-Afrika. Tradisionele sekuriteite waarin persone gesosialiseer was, het grootliks verval. Hierdie toedrag van sake vereis

van persone om vaardighede aan die dag te lê wat voorheen nie van soveel belang was nie. Die individu moet dus toegerus word om te midde van 'n veranderende samelewing steeds sinvol te kan funksioneer.

### 6.3 'N KRITIESE BESPREKING VAN DIE AARD EN DIE DOEL VAN DIE NAVORSING

Hierdie afdeling behels 'n kritiese beskouing van die navorsing ten opsigte van die bydraes en beperkings daarvan. Die navorsers is van mening dat die fisiese hulpmiddel wat saamgestel is, wel die primêre doel van die navorsing aangespreek het, naamlik om 'n gebruikersvriendelike sensitiseringshulpmiddel van gesonde persoonlikheidsfunksionering in die hand van die opvoeder te plaas. Met bogenoemde as rugsteun sal die navorsingsproses in totaliteit vervolgens krities bespreek word.

Die keuse van die sisteembenadering as denkraamwerk wat die studie gerig het, wyk af van die tradisioneel humanistiese denkraamwerk waaruit persoonlikheidsontwikkeling oor die algemeen beskou word. Persoonlikheidsontwikkeling word tradisioneel gesien as 'n proses van die individu. Binne hierdie tradisionele siening word individue dikwels geïsoleer van die omstandighede waarbinne hulle hul bevind. Die individu word dus beskou as reagerend op sy of haar omgewing. Hierteenoor plaas die sisteembenadering die individu binne sy of haar omstandighede, dus interaksioneel met sy of haar omstandighede, eerder as reagerend daarop. Met ander woorde, die individu is blootgestel aan 'n verskeidenheid faktore wat sy of haar funksionering medebepaal en waar hy of sy weer 'n invloed op het. Deur die gebruik van hierdie benadering beweer die navorsers geensins dat alle faktore wat 'n individuele funksionering medebepaal, in die hulpmiddel ingesluit is nie. Die inhoud van die hulpmiddel is egter daarop gerig om die prosesse van interaksie tussen die individu en sy of haar omgewing te verbeter. Die navorsers gee volle erkenning daaraan dat daar buite die huidige hulpmiddel ander faktore kan wees wat aanvullend nagevors behoort te word.



Die keuse van die twee konstrakte van persoonlikheidsfunksionering, ES en LVK, was arbitrêr tog deurdag in terme van praktykervaring, toetsmateriaal en huidige behoeftes wat in die mark geïdentifiseer is. Die resultate wat ten opsigte van die twee konstrakte verkry is, het grootliks gekorreleer en andersins mekaar ook aangevul.

Die keuse van navorsingsmetode sal waarskynlik vanuit die tradisioneel empiriese metodiek kritiek ontlok in terme van die beperking ten opsigte van die verskeidenheid van veranderlikes wat 'n invloed op die hulpmiddel se ontwikkeling kon gehad het. Vir die huidige navorsers was die onbeperkte, maar in-diepte deelname (soos deur die naturalistiese benadering ondersteun) van min verteenwoordigende rolspelers van verskeie opvoedingsgroepe van meer waarde as die manipulering van veranderlikes. In wese kom dit daarop neer dat die hulpmiddel ontwikkel is deur diegene wat dit die waarskynlikste in opvoedingsituasies sal toepas. Uit bogenoemde is dit duidelik dat die fokus van die navorsing eerder was om die essensie van welwees raak te vat, as om verskillende groepe respondente se eienskappe en opinies met mekaar te vergelyk, met die doel om veralgemenings te kan maak.

Die getal respondente was in wese min as gevolg van die kwalitatiewe karakter van die navorsing. Die proses van navorsing by wyse van fokusgroepsessies was intensief en tydrowend. Bogenoemde was egter noodsaaklik sodat 'n rykheid van bydraes geakkommodeer kon word vir optimale hulpmiddelontwikkeling.

Die steekproef het bestaan uit opvoeders. Die respondente word as verteenwoordigend beskou van die totale opvoedkundige populasie in terme van die gebalanseerde verspreiding van hul opvoedkundige kwalifikasies. Die keuse om respondente te selekteer uit die breë populasie eerder as die kliniese populasie, was juis daarop gerig om voorkomende en ontwikkelende bydraes te verkry, eerder as om slegs bydraes ten opsigte van patologie en die genesing daarvan te verkry.

Die metode van data insameling was beide ongestruktureerd (spontane bydraes) en gestruktureerd (vyf-puntskaal), binne die aanvanklike tien konstrunkte, terwyl die response opgevolg is met semi-gestruktureerde fokusgroepsessies (besprekings). Die navorsers het dus 'n volledige, omvattende pad binne hierdie metode geloop om soveel as moontlik, en so ryk as moontlik data te bekom. Die navorsers het konserwatief gepoog om sover moontlik al die bydraes van die respondente in die hulpmiddel te akkommodeer.

Die verwerking van die bydraes van die respondente het eerstens behels dat dit kwalitatief geklassifiseer en gekategoriseer is. Die insluitbaarheid van die items is statisties bevestig, asook die kategorisering daarvan. Bogenoemde proses het verseker dat die inhoudelike van die hulpmiddel in bruikbare eenhede georden kon word. Die wyses waarop die ontledings uitgevoer is, kon binne die sisteemteorie regverdig word.

Vanuit die agtergrond dat hierdie noodsaaklike inligting hoofsaaklik net in akademies onverteerbare vorm beskikbaar is, was die doel van die navorsing juis om 'n gebruikersvriendelike hulpmiddel daar te stel. In hierdie verband was die konsephulpmiddel voorgelê aan opvoedkundiges wat dit in die praktyk toegepas en geëvalueer het. Die doel hiervan was om die bruikbaarheid van die hulpmiddel te evalueer. Die finale hulpmiddel is in die populêre idioom geskryf en word in 'n kleurvolle en kompakte boekvorm aangebied. Die teikenmark is dus eerstens die breë opvoedkundige populasie, en tweedens akademici. Vandaar dat die inslag van die proefskrif primêr prakties is, maar met 'n teoretiese ankering en 'n wetenskaplike verantwoording.

Deur bogenoemde kritiese bespreking het idees ten opsigte van die langtermyn-toepassing en uitbreiding van die hulpmiddel na vore gekom. Vervolgens sal hierdie idees in terme van aanbevelings genoem word.

#### 6.4 AANBEVELINGS

Die volgende aanbevelings word gemaak:

- \* Vir die verifiëring van die gekose konstruksie van persoonlikheid mag dit sinvol wees om 'n soortgelyke proses op alternatiewe konstruksie toe te pas.
- \* Dit kan sinvol wees om 'n longitudinale studie ten opsigte van die mate van gesonde persoonlikheidsfunksionering waartoe persone in staat is, te onderneem. Die hulpmiddel kan op die gegewe groep toe gepas word en die effek daarvan oor tyd gemeet word.
- \* Die hulpmiddel is geskryf vir die breë populasie en daar kan dus verwag word dat in sommige groepe, met unieke eienskappe en behoeftes, veranderinge in die interpretasie en gebruik daarvan mag voorkom. In sodanige gevalle kan die hulpmiddel as 'n basis gebruik word en aanpassings behoort na behoefte gemaak te word.
- \* Die huidige hulpmiddel is 'n sensitiseringshulpmiddel en 'n volgende sinvolle ontwikkeling wat aanbeveel word is dat ouderdomstoepaslike werksboeke hieruit ontwikkel word. Sodanige werksboeke kan byvoorbeeld praktiese voorbeelde, oefeninge, vrae om kennis te toets, ensovoorts bevat.
- \* In die laaste fase van die navorsingsproses het die huidige navorsers vrae vanuit die bedryf gekry ten opsigte daarvan om die hulpmiddel in 'n meetinstrument van gesonde persoonlikheidsfunksionering om te skakel. Die moontlikheid hiervan behoort verder ondersoek te word.

## 6.5 SLOT

Hierdie studie is die vervulling van 'n leemte wat die navorsers as sielkundiges oor 'n tydperk in die praktyk ervaar het. Die ervaring van bogenoemde leemte is ook deur ander opvoeders teenoor die navorsers uitgespreek. Bogenoemde het by die navorsers 'n toenemende dringendheid laat ontstaan om hierdie leemte aan te spreek. Die noodsaaklikheid hiervan was aan die een kant daarin geleë om aan pasiënte of kliënte 'n groter mate van vaardighede te leer om hul persoonlikheidsfunksionering te verhoog. Aan die ander kant is daar egter 'n groter bydrae daarin gesien naamlik, om as deel van 'n breër gemeenskapstaak, gesonde persoonlikheidsfunksionering by die algemene bevolking te verhoog. Die studie is uiteengesit in twee volumes naamlik, Deel I: Egosterkte en lokus van kontrole: 'n Sisteemteoretiese studie vir die ontwikkeling van 'n



opvoedkundige sensitiseringshulpmiddel (Ilse de Beer), en Deel II: Die ontwikkeling en evaluasie van 'n sensitiseringshulpmiddel vir opvoeders in gesonde persoonlikheidsfunksionering (Renché Nel).

Die konstrukte egosterkte en lokus van kontrole het die akademiese begroning van die studie gevorm. Egosterkte as konstruk was vir die huidige navorsers in besonder van belang aangesien die konstruk die vermoë van die sisteem om sy of haar innerlike behoeftes in balans te bring en te hou met die konteks waarbinne hul funksioneer, onderskryf. Lokus van kontrole as konstruk onderskryf weer die persoonlike verantwoordelikheid van die sisteem om hierdie balans te handhaaf. Na die navorsers se mening werk hierdie twee persoonlikheidskonstrukte sterk ondersteunend en aanvullend tot mekaar mee.

Die studie het vanuit die naturalisties interpreterende denkraamwerk plaasgevind en is vergestalt in die sisteembenadering. Die ontwikkeling van die hulpmiddel binne hierdie benadering het 'n verdere leemte aangespreek naamlik, dat 'n sisteem (persoon) nie los van sy of haar konteks kan verander of ontwikkel nie. Die hulpmiddel is ontwikkel met in agneming van die sirkulêre gang van die lewe.

Die twee persoonlikheidskonstrukte (egosterkte en lokus van kontrole) en die sistematiese begroning het die basis gevorm vir die daarstel van die hulpmiddel vir gesonde persoonlikheidsfunksionering in die vorm van die *Sambreelboek van Welwees*. Die navorsers is van mening dat hierdie boek 'n bydrae sal lewer om eersgenoemde behoeftes en leemtes aan te spreek.