



UNIVERSITEIT VAN PRETORIA
UNIVERSITY OF PRETORIA
YUNIBESITHI YA PRETORIA

**DIE EFFEK VAN SHIP[®] (SPONTANEHELING INTRASISTEMIESE
PROSES) BY ADOLESSENTE TENNISPELERS**

deur

DANIEL CORNELIUS JOHANNES HOFFMAN

**VOORGELÊ TER VERVULLING VAN DIE VEREISTES VIR DIE GRAAD D PHIL
MENSLIKE BEWEGINGSKUNDE**

in die

**FAKULTEIT LETTERE EN WYSBEGEERTE
UNIVERSITEIT VAN PRETORIA**

PROMOTOR: PROF BJM STEYN

PRETORIA

2008



VERKLARING

Ek die ondergetekende, verklaar hiermee dat die werk soos dit vervat word in hierdie proefskrif, my eie oorspronklike werk is en dat ek dit nie voorheen in geheel of gedeeltelik aan enige Universiteit vir graaddoeleindes voorgelê het nie.

Handtekening

Datum

Let daarop dat in die navorsing, die navorser na die subjekte verwys na “hy” in die manlike vorm, maar dat “hy” ook “sy” kan beteken.



DANKBETUIGINGS

Opregte dank en waardering word hiermee betuig aan:

My Skepper

Vir Sy liefde en Genade

Professor BJM Steyn

Vir sy bekwame leiding, belangstelling en ondersteuning

My vrou en kind

Vir hulle opoffering, geduld en aanmoediging

My pa

Vir al sy aanmoediging

My ma, broer en suster

Vir al hulle liefde en ondersteuning

Elizabeth

Vir al haar hulp met die tikwerk



OPSOMMING

Die navorsing handel oor die effek van SHIP[®] (Spontaneheling Intrasistemiese Proses) by adolessente tennisspelers en die waarde daarvan ten opsigte van die ontwikkeling van sielkundige potensiaal van spelers.

Tradisioneel word Sportsielkunde vanaf 'n kliniese konteks gevoed. Dit is 'n dinamiese veld wat voortdurend op soek is na nog verdere tegnologiese ontwikkeling. Die waarde van die studie is dat dit die eerste keer is dat 'n hele kliniese intervensieprogram suiwer in 'n sportkonteks toegepas word.

Die doel van die studie is om te bepaal wat die moontlike sielkundige bydrae van SHIP[®] op die sielkunde van die tennisspeler is. Die intervensie SHIP[®] het tussen vier tot ses maande geduur met 'n gemiddeld van tien sessies per speler waar 'n sessie een uur lank duur.

'n Totaal van tien adolessente tennisspelers wat verbonde is aan 'n tennisskool is vir die studie gebruik. Die spelers wat aan die studie deelgeneem het bestaan uit vier manlike en ses vroulike tennisspelers. Die eksperimentele groep bestaan uit ses tennisspelers (twee manlik en vier vroulik) wat 'n reeks psigometriese toetse afgelê het en deur SHIP[®] behandel is. Die kontrole groep bestaan uit vier tennisspelers (twee manlik en twee vroulik) wat nie deur SHIP[®] behandel is nie, maar wel die psigometriese toetse afgelê het.

Die studie maak gebruik van 'n tradisionele eksperimentele ontwerp wat van 'n eksperimentele en kontrole groep gebruik maak. Verder leen die studie aspekte van Pieterse (2004) se enkelproefpersoonnavorsingsontwerp. Die ontwerp behels onderhoude wat met al die spelers gevoer is, voor die intervensie. Die onderhoude handel oor die spelers se sterkpunte, swakpunte en belewenis van angst en stres tydens tenniswedstryde. Na die intervensie is daar onderhoude met die afrigters en drie spelers gevoer om te bepaal of daar enige verandering by die spelers plaasgevind het.

Die resultate van die studie toon 'n afname in kognitiewe en liggaamlike angst van die eksperimentele groep met geen beduidende veranderinge by die kontrole groep nie. Al

hierdie veranderinge is beduidend op die 5% peil van betekenis. Ten opsigte van selfvertroue het beide groepe 'n statisties beduidende verandering getoon op die 10% peil van betekenis. Die eksperimentele groep het egter 'n beduidende toename getoon terwyl die kontrole groep se tellings op die subskaal beduidend afgeneem het. Die spanning-angs toetstellings van die kontrole groepe was beduidend hoër as die eksperimentele groep. Hierdie verskil was beduidend op die 10% peil van betekenis. Die depressie en woede-vyandigheid toetstellings van die kontrole groep was ook statisties hoër as die eksperimentele groep na die intervensie. Hierdie verskille was beduidend op die 5% peil van betekenis. Die resultate van die analise binne groepe, toon dat die vigoortellings van die eksperimentele groep beduidend toegeneem het, terwyl die afname in die kontrole groep se tellings nie beduidend was nie. Hierdie statisties beduidende veranderinge in die eksperimentele groep was beduidend op die 5% peil van betekenis. Die afgematheid telling van die eksperimentele groep het beduidend afgeneem oor die tyd met geen beduidende verandering in die kontrole groep nie. Hierdie verandering was beduidend op die 10% peil van betekenis. Die verwarringtellings van die eksperimentele groep het beduidend afgeneem, met geen beduidende veranderinge in die kontrole groep nie. Die verandering was beduidend op die 5% peil van betekenis. Die outonomieitssubskaaltekening van die eksperimentele groep het statisties beduidend toegeneem. Die verandering was beduidend op die 10% peil van betekenis. Geen beduidende verandering het ten opsigte van hierdie subskaal by die kontrole groep plaasgevind nie. Die kontrole groepe het 'n statisties beduidende afname in die positiewe verhoudingssubskaal getoon. Ten opsigte van entiteitsingesteldheid het die kontrole groep 'n beduidende toename in die tellings getoon. Hierdie toename was beduidend op die 10% peil van betekenis alhoewel die eksperimentele groep se tellings ook toegeneem het, was dit nie statisties beduidend nie. Uit die onderhoude met die spelers en afrigters na die intervensie is dit duidelik dat die eksperimentele groep gegroei het ten opsigte van aandag en konsentrasiebeheer, die hantering van stres en angste en genot tydens tenniswedstryde.



SUMMARY

This study examines the effect of SHIP[®] (Spontaneous Healing Intrasystemic Process) on adolescent tennis players and its advantages in accordance with the development of the players' potential.

Traditionally Sport Psychology has evolved from a clinical context. It is a dynamic field that is always open to further technological development. The value of the study lies in the fact that it is the first time that an entire clinical intervention programme is applied in a purely sports context.

The goal of the study is to determine the possible psychological effects that SHIP[®] might have on the psychology of tennis players. The SHIP[®] intervention lasted between four to six months, with an average of ten sessions per player, and each session lasting one hour. A total of ten adolescent tennis players who attend a tennis school participated in the study. Of these players, four were male and six female.

The experimental group consisted of six tennis players (two male and four female) who completed a battery of psychometric tests and went through SHIP[®]. The control group consisted of four tennis players (two male and two female) who completed the psychometric tests, but were not put through SHIP[®].

The study made use of a traditional experimental design, consisting of an experimental and a control group. In addition, the study also employed aspects of Pieterse's (2004) single subject design. Specific aspects of this design that were applied, include interviews conducted with all the players prior to the intervention. The interviews focused on the players' strong points, weak points and their experience of anxiety and stress during tennis matches. Follow-up interviews were conducted with three players and their coaches after the intervention, to determine if the players had experienced any change.

The results of the study point toward a decrease in the cognitive and physical anxiety of the experimental group, with no significant changes manifesting in the control group. All these changes are significant on the 5%-level of significance. With regard to self-confidence, both groups showed a statistically meaningful change on the 10%-level of

significance. The experimental group scores showed a significant increase, while the control group scores on this subscale decreased significantly. The stress-anxiety test scores of the control group were significantly higher than those of the experimental group. This difference was meaningful on the 10%-level of significance. The depression and anger test scores of the control group were statistically higher than those of the experimental group after the intervention. These changes were meaningful on the 5%-level of significance. The results of the analysis within groups, showed that the vigor scores of the experimental group had increased significantly, while the decrease in the control group scores was of no significance. These statistical changes in the experimental group were meaningful on the 5%-level of significance. The fatigue scores of the experimental group decreased significantly over time, with no significant changes in the control group. These changes were meaningful on the 10%-level of significance. The confusion scores of the experimental group decreased significantly, with no significant changes in the control group. This change was meaningful on the 5%-level of significance. The autonomy subscale scores of the experimental group increased statistically significantly. This change was meaningful on the 10%-level of significance. No significant change occurred in the control group with regard to this subscale. The control group showed a statistically significant decrease in the positive relationship subscale. This change was meaningful on the 10%-level of significance. The experimental group showed no significant change with regard to this scale. With regard to the entity mindset, the control group showed a significant increase in scores. This increase was meaningful on the 10%-level of significance. Although the experimental group scores also increased, the scores were not statistically significant. From the interviews with the players and coaches after the intervention, it became clear that the experimental group had grown in terms of attention and concentration control, coping with stress and anxiety, and pleasure experienced during tennis matches.

INHOUDSOPGAWE

HOOFSTUK EEN

DIE EFFEK VAN SHIP[®] (SPONTANEHELING INTRASISTEMIESE PROSES) BY ADOLESSENTE TENNISPELERS

1.1	INLEIDING	1
1.2	LITERATUUROORSIG	1
1.3	SELKUNDIGE VAARDIGHEIDSOPLEIDING	4
1.4	SELKUNDIGE VAARDIGHEIDSOPLEIDINGSPROGRAMME	5
1.5	PROBLEEMSTELLING	5
1.6	DOELWIT VAN STUDIE	6
1.7	NAVORSINGSMETODE	7
1.8	PROEFPERSONE	7
1.9	NAVORSINGSONTWERP	8
1.10	PROGRAMIMPLEMENTERING EN EVALUERING	9
1.11	DIE VERLOOP VAN SHIP [®]	10
1.12	SHIP [®] EN TENNIS	11
1.13	SAMEVATTING	13

HOOFSTUK TWEE

MODELLE VANUIT HOOFSTROOM-SIELKUNDE WAT AS INTERVENSIES IN SPORT TOEGEPAS WORD

2.1	INLEIDING	15
2.2	SIELKUNDIGE MODELLE EN SPORT	15
2.3	DIE PSIGODINAMIESE MODEL	16
2.4	DIE BEHAVIORISTIESE MODEL	20
2.5	DIE KOGNITIEWE MODEL	24
2.6	DIE HUMANISTIESE MODEL	27
2.7	NEURO-LINGUISTIESE PROGRAMMERING	31
2.8	LEWENSONTWIKKELINGSMODEL	33
2.9	SAMEVATTING	46

HOOFSTUK DRIE

SHIP[®] (SPONTANEHELING INTRASISTEMIESE PROSES)

3.1	INLEIDING	47
3.2	FUNDAMENTELE KONSTRUKTE VAN SHIP [®]	47
3.2.1	Spontaneheling	47
3.2.2	Intrasistemies	47



3.2.3 Proses	48
3.3 DIAGRAM VYF – DIE SELF	48
3.4 PERSOONLIKHEIDSATTRIBUTE	50
3.5 DIE PROSES VAN SHIP®	51
3.6 HANTERINGSTYLE	52
3.7 ONTTREKKERS	55
3.8 AKTIVEERDERS	58
3.9 INTERSYSTEMIESE EN INTRASISTEMIESE KETTINGEKSPRESSIES	61
3.10 TEENOORGESTELDES	65
3.11 NEUTRALISEERDERS	69
3.12 PSIGOBIOLOGIESE STIMULANTE	70
3.13 SPONTANEHELINGSREAKSIES	73
3.14 DIAGRAM SEWENTIEN – DIE RAAMWERK	75
3.15 SAMEVATTING	80

HOOFSTUK VIER

OOREENKOMSTE EN VERSKILLE TUSSEN SELKUNDIGE MODELLE EN SHIP®

4.1 INLEIDING	81
----------------------	-----------



4.2 OOREENKOMSTE EN VERSKILLE	81
4.3 DIAGRAM AGTIEN – DIE PROSES VAN SHIP®	85
4.4 DIAGRAM NEGENTIEN – SPONTANEHELINGSPROSES	86
4.5 VERSKILLE TUSSEN PSIGOTERAPIE EN SHIP®	87
4.6 ‘N VERGELYKING VAN SHIP® MET GESTALT-PSIGOTERAPIE, BIOENERGIEKE ANALISE, JOGA EN CHI-GUNG AS ALTERNATIEWE, ANTIEKE EN MODERNE ENERGIETERAPIEË	88
4.6.1 Gestalt psigologie	88
4.6.2 Bioenergieke Analise	89
4.6.3 Yoga	91
4.6.4 Chi-Gung	93
4.7 SAMEVATTING	94

HOOFSTUK VYF

ADOLESENSIE

5.1 INLEIDING	96
5.2 DIE PSIGOANALITIESE TEORIE	96
5.3 BALK (1995) SE BESKRYWING VAN ADOLESSENSIE	97
5.4 DIE BEHAVIORISTIESE MODEL	97
5.5 PIAGET SE KOGNITIEWE BENADERING	97



5.6 LOUW (1990) SE BESKRYWING VAN ADOLESSENSIE	98
5.7 DIE HUMANISTIESE MODEL	99
5.8 LEWIN IN LOUW (1990) SE BESKOUIING	99
5.9 ERIKSON (1995) SE BESKRYWING	100
5.10 ERIKSON (1995) SE PSIGOSOSIALE MODEL	100
5.11 SAMEVATTING	103

HOOFSTUK SES

MOONTLIKE VOORDELE EN BYDRAE VAN SHIP® BY ADOLESSENTE TENNISPELERS

6.1 INLEIDING	105
6.2 GALLWEY (1974) SE BESKOUIING VAN SELF 1 EN SELF 2	105
6.3 DYER (1990) SE BESKOUIING VAN SUKSES	106
6.4 DIE VLOEISTAAT	106
6.5 POTENSIAAL EN KAPASITEIT	107
6.6 SCHLEBUSH (2002) SE OPTIMALE FUNKSIONERING	108
6.7 TAAKORIËNTASIE / EGO-ORIËNTASIE – STEYN (2001)	110



6.8 SAMEVATTING	111
------------------------	------------

HOOFSTUK SEWE

METODOLOGIE

7.1 INLEIDING	112
7.2 NAVORSINGSONTWERP	112
7.3 DOELWIT VAN STUDIE	112
7.4 PROEFPERSONE	113
7.5 KWANTITATIEWE ANALISE	114
7.5.1 Psigometriese toetse	114
7.5.2 Programbeplanning	116
7.5.3 Eksperimentele ontwerp	117
7.5.4 Steekproef	117
7.5.5 Data insameling	117
7.5.6 Data analise	118
(a) Beskrywende statistiek	118
(b) Inferensiële statistiek	118
1. Mann-Whitney U -Toets	118
2. Friedman se rangorde toets vir gekorreleerde steekproewe	119
3. Pearson se Produk Moment Korrelasies	119
7.6 KWALITATIEWE ANALISE	119
7.6.1 Kenmerke van die fenomenologiese benadering	120
7.6.2 Fenomenologiese konsepte	120
7.6.3 Stappe van analisering	121
7.6.4 Verdere evaluering	122



HOOFSTUK AGT

KWANTITATIEWE ANALISE

8.1 INLEIDING	123
8.2 RESULTATE VAN DIE PSIGOMETRIESE TOETSE	123
8.2.1 Beskrywende statistiek van die gemiddelde tellings van elke groep op elk van die subskale van die psigometriese toetse	124
8.2.2 Resultate van die analise van CSAI-2 subskaalteellings	129
8.2.3 Resultate van die analise van POMS subskaalteellings	131
8.2.4 Resultate van die analise van RYFF subskaalteellings	133
8.2.5 Resultate van die analise van die Dweck subskaalteellings	135
8.2.6 Resultate van die korrelasies van die subskaalteellings van die vier psigometriese toetse met mekaar	136
8.3 RESULTATE	143
8.3.1 Opsomming van resultate	144

HOOFSTUK NEGE

KWALITATIEWE ANALISE

9.1 INLEIDING	147
9.2 KWALITATIEWE ANALISE	148
SUBJEKTE EEN TOT SES	
9.2.1 STAP EEN: Holistiese begrip van die beskrywing	148
9.2.2 STAP TWEE: Afbakening van betekeniseenhede	148
9.2.3 STAP DRIE: Transformasie na sielkundige terme	159



9.2.4	STAP VIER: Identifisering van sentrale temas van ervaring	180
SUBJEKTE SEWE TOT TIEN		
9.2.5	STAP EEN: Holsitiese begrip van die beskrywing	181
9.2.6	STAP TWEE: Afbakening van betekeniseenhede	181
9.2.7	STAP DRIE: Transformasie na sielkundige terwe	188
9.2.8	STAP VIER: Identifisering van sentrale temas van ervaring	202
9.3	BESPREKING VAN SENTRALE TEMAS VAN ERVARING VAN SUBJEKTE EEN TOT TIEN	202
9.4	UITTREKSELS EN BESPREKINGS VAN SHIP[®]-SESSIES	206
9.5	BESPREKING VAN ONDERHOUDE MET AFRIGTERS VAN SUBJEKTE EEN TOT SES	221
9.6	BESPREKING VAN ONDERHOUDE MET SUBJEKTE VIER, VYF EN SES; SES MAANDE NA DIE INTERVENSIE	223
9.7	OPSOMMING	225
 HOOFSTUK TIEN BESPREKING EN KONKLUSIE		
10.1	INLEIDING	227
10.2	RESULTATE	227
10.2.1	Opsomming en bespreking van kwantitatiewe resultate	227
10.2.2	Samevatting van kwalitatiewe resultate	230
10.3	SAMEVATTING	236
10.4	BEPERKINGS VAN DIE STUDIE	238



10.5 AANBEVELINGS	239
VERWYSINGS	240
AANHANGSEL A	256
AANHANGSEL B1	282
AANHANGSEL B2	283
AANHANGSEL B3	284
AANHANGSEL B4	286
AANHANGSEL B5	288
AANHANGSEL B6	289
AANHANGSEL B7	291
AANHANGSEL B8	293
AANHANGSEL B9	295
AANHANGSEL B10	296
AANHANGSEL B11	297
AANHANGSEL B12	298
AANHANGSEL B13	299
AANHANGSEL C1	300
AANHANGSEL C2	302
AANHANGSEL D	304
AANHANGSEL E	305
AANHANGSEL F	306
AANHANGSEL G	308
AANHANGSEL H	310

LYS VAN DIAGRAMME

Diagram	Bladsy
1. Lewensontwikkelingsmodel – Danish & D’Augelli (1983)	34
2. Intervensie voor, tydens of na kompetisie – Murphy (1995)	35
3. Die vyf fase Model van Kirschenbaum (1984)	39
4. Prestasieprofiel – Butler & Hardy (1992) in Weinberg & Gould (2007)	41
5. Die self – JOS (2002)	48
6. Persoonlikheidsattribute – JOS (2002)	50
7. Die proses van SHIP [®]	51
8. Diskonneksie van dele van die self – JOS (2002)	52
9. Hanteringstyle – JOS (2002)	54
10. Spontane ritme van die self – JOS (2002)	56
11. Gediskonnekteerde dele van die self – JOS (2002)	60
12. Intrasistemiese kettingekspresie – JOS (2002)	63
13. Intrasistemiese kettingekspresie – JOS (2002)	64
14. Die effek van SHIP [®] op die resultaat en uitkoms van ignorering van die Intrasistemiese kettingekspresie op die langtermyn – JOS (2002)	67
15. Integrasie van teenoorgesteldes – JOS (2002)	68
16. Prosesstappe van die mens tydens SHIP [®] – JOS (2002)	69
17. Raamwerk – JOS (2002)	75
18. Die proses van SHIP [®]	85
19. Spontanehelingsproses – JOS (2002)	86
20. Vloeimodel van Kimiecik & Stein in Weinberg & Gold (2007)	107
21. Hantering van stres – Schlebusch (2002)	109

LYS VAN TABELLE

TABEL		Bladsy
1.	Beskrywende statistiek per groep op die subskale van die CSAI-2 toets	124
2.	Beskrywende statistiek per groep op die subskale van die POMS toets	125
3.	Beskrywende statistiek per groep op die subskale van die RYFF toets	126
4.	Beskrywende statistiek per groep op die subskale van die Dweck toets	128
5.	Korrelasies tussen die subskale van die psigometriese toetse	136
6.	Korrelasies tussen die subskale van die psigometriese toetse (vervolg)	139

Nie parametriese toetse om te bepaal of statisties beduidende verskille tussen die eksperimentele en kontrole groepe bestaan op die subskale van die CSAI-2 toets.

7.	Mann-Whitney Toets	256
8.	Toets statistiek(b)	257
9.	Friedman Toets	258
10.	Toets statistiek(a)	258
11.	Friedman Toets	259
12.	Toets statistiek(a)	259
13.	Friedman Toets	260
14.	Toets statistiek(a)	260

Nie parametriese toetse om te bepaal of statisties beduidende verskille tussen die eksperimentele en kontrole groepe bestaan op die subskale van die POMS toets

15.	Mann-Whitney Toets	261
16.	Toets statistiek(b)	262
17.	Mann-Whitney Toets	262
18.	Toets statistiek(b)	263
19.	Friedman Toets	264
20.	Toets statistiek(a)	264
21.	Friedman Toets	265
22.	Toets statistiek(a)	265



23.	Friedman Toets	266
24.	Toets statistiek(a)	266
25.	Friedman Toets	267
26.	Toets statistiek(a)	267
27.	Friedman Toets	268
28.	Toets statistiek(a)	268
29.	Friedman Toets	269
30.	Friedman Toets	269

Nie parametrise toetse om te bepaal of statisties beduidende verskille tussen die eksperimentele en kontrole groepe bestaan op die subskale van die RYFF toets

31.	Mann-Whitney Toets	270
32.	Toets statistiek(b)	271
33.	Mann-Whitney Toets	271
34.	Toets statistiek(b)	272
35.	Friedman Toets	273
36.	Toets statistiek(a)	273
37.	Friedman Toets	274
38.	Toets statistiek(a)	274
39.	Friedman Toets	275
40.	Toets statistiek(a)	275
41.	Friedman Toets	276
42.	Toets statistiek(a)	276
43.	Friedman Toets	277
44.	Friedman Toets	277
45.	Friedman Toets	278
46.	Toets statistiek(a)	278

Nie parametrise toetse om te bepaal of statisties beduidende verskille tussen die eksperimentele en kontrole groepe bestaan op die subskale van die Dweck toets

47.	Mann-Whitney Toets	279
48.	Toets statistiek(b)	279
49.	Friedman Toets	280
50.	Toets statistiek(a)	280



51.	Friedman Toets	281
52.	Toets statistiek(a)	281

LYS VAN FIGURE

FIGUUR		Bladsy
1.	Gemiddelde tellings van die eksperimentele en kontrole groepe op subskale van die CSAI-2 oor tyd	129
2.	Gemiddelde tellings van die eksperimentele en kontrole groepe op subskale van die POMS oor tyd	131
3.	Gemiddelde tellings van die eksperimentele en kontrole groepe op subskale van die POMS toets oor tyd (vervolg)	132
4.	Gemiddelde tellings van die eksperimentele en kontrole groepe op subskale van die RYFF toets oor tyd	133
5.	Gemiddelde tellings van die eksperimentele en kontrole groepe op subskale van die Ryff toets oor tyd (vervolg)	134
6.	Gemiddelde tellings van die eksperimentele en kontrole groepe subskale van die Dweck toets oor tyd	135