HOOFSTUK 4

NAVORSINGSONTWERP

1. INLEIDING

In hierdie hoofstuk word die navorsingsontwerp behandel. Die program word in besonderheid uiteengesit en die verloop daarvan word bespreek. Ten eerste word die doel van die program bespreek om die werkswinkel te verantwoord.

2. DOEL VAN DIE PROGRAM

Die doel van die program is om ouers bewus te maak van hul eie en ander se emosie, om hul daardeur te bemagtig om empatie te toon en hul emosies te reguleer. Dit is met ander woorde, 'n ouerbemagtigingsprogram ten opsigte van die kommunikasie van emosies, met 'n uiteensetting van die ontwikkelingstake van die adolessent om aan die ouers agtergrond te verskaf aangaande die aard van ontwikkeling van die adolessent. Op hierdie manier word daar aan ouers 'n agtergrond verskaf aangaande die aard van ontwikkeling van die adolessente. Hierdie bemagtigingsprogram speel 'n funksionele rol in die begeleiding van die adolessente op die weg na self-aktualiserende volwassenes in die sin dat die adolessente hulself as gelykenes beleef en sosiaal-verantwoordelike gedrag aanleer.

3. HIPOTESE

Die hipotese word in drie afdelings omskryf en sien soos volg daar uit:

- Die gesin is 'n leerskool vir die hantering en regulering van emosies. Die gesin is 'n veilige omgewing waarbinne daar geëksploreer kan word met emosies.
- Kommunikasie van emosies is 'n aangeleerde vaardigheid. Die aanleer van vaardighede bemagtig die persoon om 'n betekenisvolle lewe te lei.
- Kommunikasie van emosies is 'n bydraende faktor tot sosiaal-aanvaarbare gedrag by die adolessent. Kommunikasie van emosies dra by tot sosiale aanpasbaarheid en sukses in die sosiale situasie.

4. STEEKPROEF

Vir die doel van die program is slegs moeders betrek omrede hierdie besondere ouers meer beskikbaar was as die vaders. Diesnieteenstaande is die program so ontwerp dat beide ouers daarby kan baat vind.

Bogenoemde ouers is genader aangesien hulle spesifieke probleme ondervind met die hantering van hul adolessente, met besondere verwysing na die hantering van die emosies tussen beide partye.

5. PROGRAM

Tydens die uitvoer van literatuurstudie was daar nie beskikbare programme wat aan die behoeftes van hierdie navorsing voldoen het nie.

Daar bestaan wel vele programme vir die afsonderlike hoofbegrippe emosies, kommunikasie en emosionele intelligensie, maar geen programme vir die

kommunikasie van emosies soos gebaseer op die emosionele intelligensieteorie nie. Om dié rede word die volgende program opgestel.

5.1 Ysbreker

Daar sal met 'n ysbreker begin word om die ouers aan mekaar bekend te stel ten opsigte van dit wat hulle aan die ander bekendgestel wil hê. 'n Eenvoudige ysbreker word gebruik. Die ouers sal hulself aan mekaar bekend stel, meld wat hul eie en hul eggenoot se beroep is en kortliks iets vertel van hul kinders. Daarna moet hulle redes verskaf waarom hulle die werkswinkel bywoon en wat hul verwagting daarvan is.

5.2 Die werkswinkel

5.2.1 Eksplisiete doel

Die eksplisiete doel van die werkswinkel kan soos volg uiteengesit word:

- Om die ouers bewus te maak van hul eie gevoelens sodat hulle dit intrapersoonlik kan kommunikeer met die doel om hul emosiese te identifiseer en in 'n gegewe situasie te benoem.
- Om die ouer bewus te maak van ander se emosies en hul toe te rus met interpersoonlike kommunikasievaardighede met die doel om empatie teenoor ander te toon.

- Om die ouer tot insig te lei dat die kommunikasie van emosies ook kommunikasie van ander momente soos sosiaal aanvaarbare gedrag en normatiewe momente tot gevolg het.

- Om die ouer te begelei tot 'n aanvaarbare manier om emosies uit te druk.

- Om die ouer se kennis uit te brei aangaande die ontwikkelingstake van die adolessent sodat die ouer insig sal toon ten aansien daarvan met die oog op toereikende begeleiding van die adolessent tot 'n suksesvolle volwassene.

6. AFDELING EEN

6.1 Implisiete doel

Die implisiete doel kan soos volg uiteengesit word:

- Om die ouer bewus te maak van sy of haar eie emosies sodat hulle die emosies kan identifiseer en in 'n gegewe situasie kan benoem.

- Om die ouer se emosionele woordeskat uit te brei om hom of haar sodoende te bemagtig om sy of haar emosies te identifiseer en te benoem.

- Om die ouer bewus te maak van intrapersoonlike

kommunikasievaardighede sodat hy of sy dit na afloop van die sessie prakties sal kan toepas in sy of haar eie gesitueerdheid.

6.2 Hulpmiddels

- Visuele voorstellings van emosies
- Werkkaart ten opsigte van Bylae A en B
- Pen of potlood

6.3 Verloop van sessie

6.3.1 Oriëntering:

Die sessie behoort ingelei te word deur 'n verduideliking aan die ouers te verskaf dat gevoelens gekommunikeer word deur middel van uitdrukking van emosies aan ander en ook aan onsself.

Die ouers behoort gevra te word of hulle presies weet wat emosies is. Daar moet voorts ook geleentheid aan die ouers gebied word om hul eie opinies en definisies te verskaf aangaande emosies en gevoelens.

Vanuit bogenoemde inligting moet daar vervolgens met behulp van die aanbieder duidelikheid verkry word oor die betekenisnuanses van die begrip emosies:

- emosies is abstrak
- almal se emosies is uniek
- emosies word opgewek na gelang van gebeurtenisse
- emosies word beleef ooreenkomstig die eie ervaringswêreld
- emosies mag gedrag rig
- emosies gaan gepaard met kognitiewe bewustheid
- emosies gaan gepaard met liggaamsveranderings -uitdrukkings en -aksies

6.3.2 Eksposisie

Met die ouer se bewuswording van die begrip *emosies*, moet die ouer dié emosies aan die hand van visuele voorstellings daarvan benoem. Die sewe prente is visuele voorstellings van sewe basiese emosies volgens Strydom (1999:24), naamlik: vreugde, aanvaarding, verwagting, hartseer, geaktiveerd, woede en vrees.

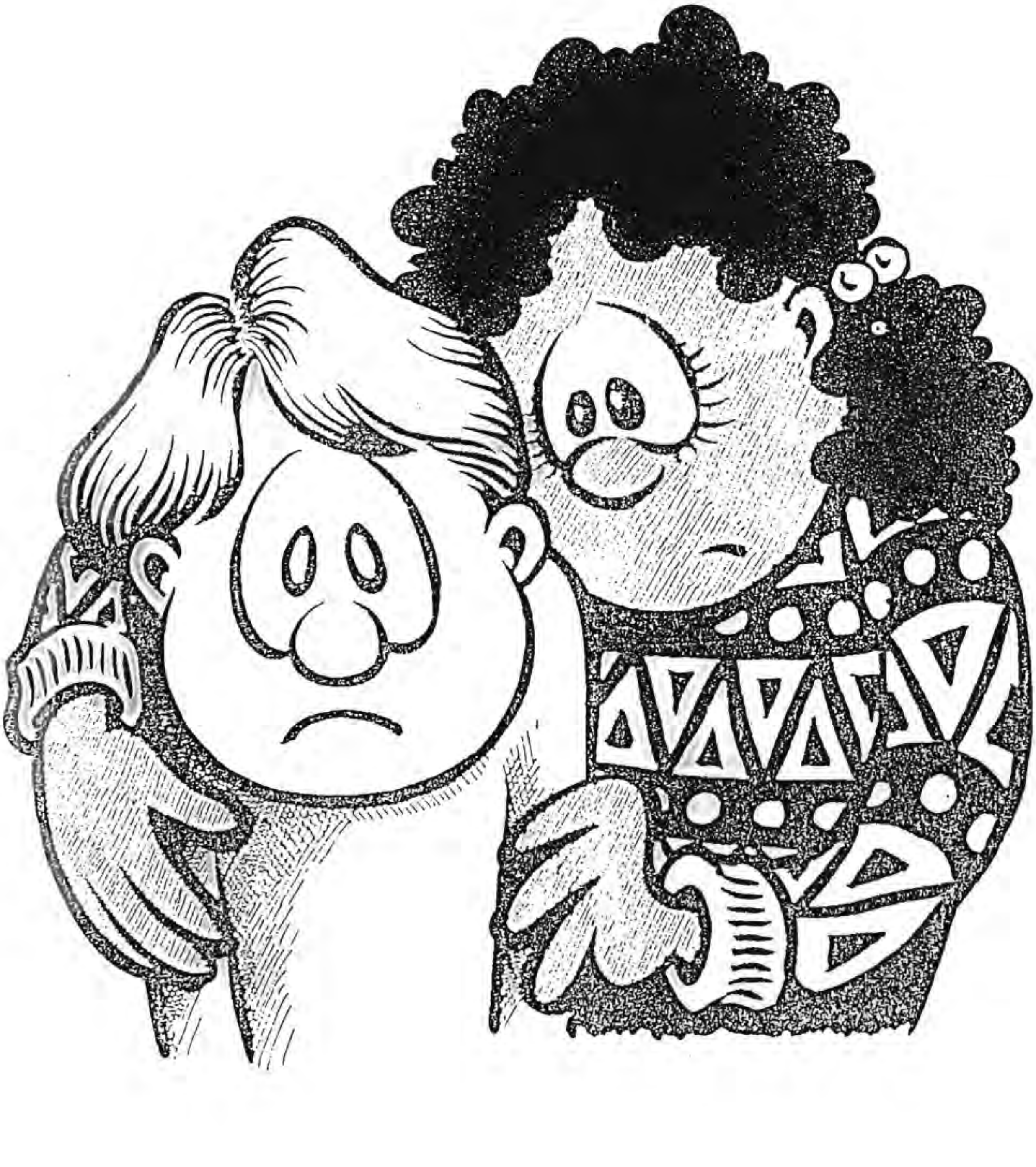
Die visuele voorstellings word voorgehou soos uitgebeeld deur Middleton (1990:60-67). 'n Prentjie word telkens afsonderlik aan die ouers getoon, waarna die ouer die emosie moet identifiseer en benoem.

Bylaag i

Bylaag ii

Bylaag iii

UNIVERSITEIT VAN PRETORIA
UNIVERSITY OF PRETORIA
YUNIBESITHI YA PRETORIA



Bylaag iv

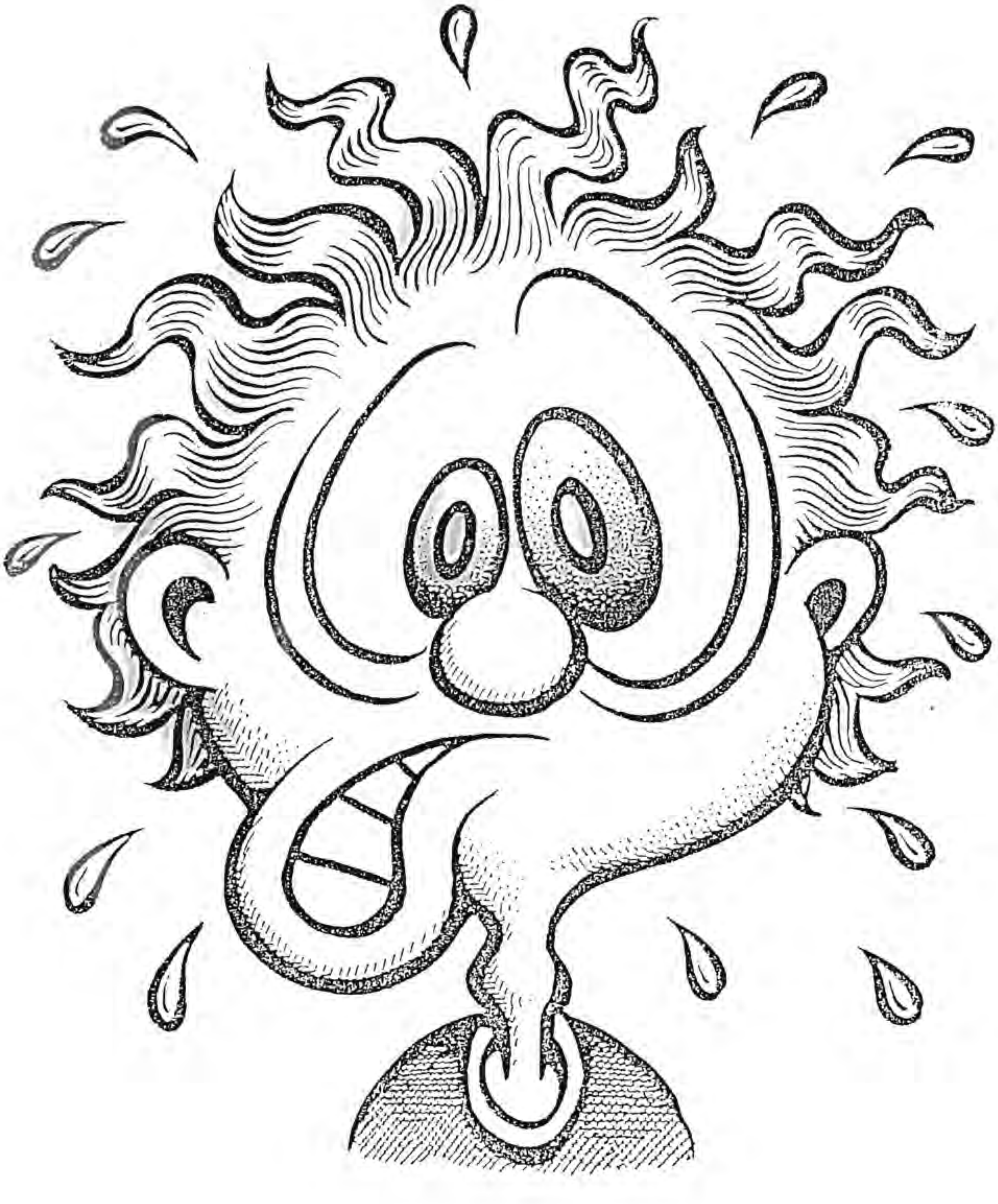
UNIVERSITEIT VAN PRETORIA
UNIVERSITY OF PRETORIA
YUNIBESITHI YA PRETORIA

Bylaag v

UNIVERSITEIT VAN PRETORIA
UNIVERSITY OF PRETORIA
YUNIBESITHI YA PRETORIA

Bylaag vi

UNIVERSITEIT VAN PRETORIA
UNIVERSITY OF PRETORIA
YUNIBESITHI YA PRETORIA



Bylaag vii

Nadat die sewe prente vertoon is, moet die ouer gepaste byvoeglike naamwoorde vir elke emosie voorsien en dit invul op bylaag A.

Bylaag A

Emosies	Byvoeglike naamwoorde			
Vreugde				
Aanvaarding				
Verwagting				
Hartseer				
Geaktiveerd				
Woede				
Vrees				

Noudat die ouer se emosionele woordeskat uitgebrei is, kan die ouer die emosies etiketteer aan die hand van goeie slegte belewing daarvan.

6.3.3 Funksionalisering

Die ouer word nou versoek om in die werkkaart in kolomvorm met behulp van bylaag B goeie en slegte gevoelens te lys aan die hand van hul eie ervaringswêreld. Hulle mag gebruik maak van die emosionele woordelys wat hulle reeds gekonstrueer het.

Bylaag B

Goeie gevoelens	Slegte gevoelens

Nadat die ouers die emosies as positiewe of negatiewe belewinge beskryf het, moet hulle begelei word tot die etiologie van die emosies in hul eie gesitueerdheid.

Ter afsluiting van die sessie kan daar aan die ouers verduidelik word dat hulle bewus moet moet wees van hul eie emosies. 'n Bewustheid van eie emosie en die intrapersoonlike kommunikasie van gevoelens mag tot toereikende interpersoonlike kommunikasie en empatie teenoor ander lei.

7. AFDELING TWEE

7.1 Implisiete doel

Die implisiete doel kan soos volg uiteengesit word:

- Om ouers te begelei tot effektiewe kommunikasie van emosies aan ander.
- Om ouers bewus te maak van ander se emosies en gevoelens sodat hulle dit as 'n vaardigheid kan implementeer tydens interpersoonlike kommunikasiemomente.
- Om die bewustheid van ander se emosies funksioneel te implementeer sodat die ouer in staat kan wees om empatie te toon teenoor ander, veral teenoor hul adolessente in ontwikkelingsfase.
- Om ouers tot die insig te lei dat deur die kommunikasie van emosies, ander momente soos

sosiaal aanvaarbare gedrag en normatiewe momente ook gekommunikeer kan word.

7.2 Hulpmiddels

- Aantekeningbord
- Werkkaart ten opsigte van Bylae C, D en E
- Pen of potlood

7.3 Verloop van sessie

7.3.1 Oriëntering

Ter aanvang van hierdie sessie behoort daar verwys te word na die identifisering van eie emosies. Die ouers kan versoek word om die volgende aanhalings te evalueer en te bespreek:

Daar behoort genoegsame tyd verskaf te word vir die evaluering van die aanhalings. Deur middel van groepbespreking kan enkele momente op die aantekeningbord gemaak word.

Bylaag C

"Jou huiswerk moet onmiddellik gedoen word!"

"Hou op om so te kla."

" Bly stil, ek wil niks weet nie."

Ouer se kommunikasierol:	**Kind se belewing daarvan:**

" Jy beter jou kamer gaan skoonmaak anders gaan jy nie vanaand uit nie."

" Jy moet ophou teëpraat, ek gaan vir jou pa vertel."

Ouer se kommunikasierol:	**Kind se belewing daarvan:**

" 'n Mens maak nie so nie."

" Dit help nie om te kla nie, doen liewers iets."

"Ons almal kry swaar, hou maar net uit."

Ouers se kommunikasierol:	**Die kind se belewing daarvan:**

"Nee, jy maak nou verkeerd. Maak eerder soos ek sê."

"Waarom nooi jy nie 'n vriend oor nie?"

"Ek sou eerder die saak met die onderwyser bespreek, as om so arrogant op te tree."

Ouers se kommunikasierol:	**Die kind se belewing daarvan:**

" Jy behoort darem van beter te weet."

" Hoe kan jy so selfsugtig wees?"

"Jy is die groot moeilikheidmaker in die huis."

Ouers se kommunikasierol:	Die kind se belewing daarvan:

" Jy is onnosel verby!."

" Sies, dis darem lelik."

" Reg, ou slim-Jan."

Ouers se kommunikasierol:	Die kind se belewing daarvan:

" Jy is net te lui om jou huiswerk te doen, daarom sê jy jy is moeg."

" Jy voel net 'n bietjie hartseer omdat jy nie die eerste span krieket behaal het nie."

Ouers se kommunikasierol:	**Die kind se belewing daarvan:**

" Wie het eerste geslaan?"

" Hoekom hou jy nie van die onderwyser nie?"

" Wat het jy toe gesê?"

Ouers se kommunikasierol:	**Die kind se belewing daarvan:**

7.3.2 Eksposisie

Daar behoort aan die ouers verduidelik te word dat jy-boodskappe 'n veroordelende uitspraak lewer. Dit lei tot skuldgevoelens by die kind. Jy-boodskappe kan ook konflik en konfrontasie veroorsaak. Kinders en veral adolessente hou nie daarvan om voorgesê te word nie. Indien hulle voorgesê word, leer hulle nie om hul eie probleme op te los nie.
Vir ouers om hul adolessent se gedrag te beïnvloed, moet die ouer op so 'n wyse kommunikeer dat die kind die ouer se gevoelens en bedoelinge reg verstaan.

Die ouer moet egter in beheer wees van sy eie emosies as hy dit wil oordra. Verwys na die eerste afdeling waar die ouer bewus gemaak is van sy eie gevoelens.

Noudat die ouer bewus is van sy gevoelens, kan hy dit aan sy adolessent kommunikeer. Deur middel van ek-boodskappe druk die ouer sy spesifieke gevoelens uit sonder om veroordelend te wees.

Verduidelik aan die ouer dat ek-boodskappe uit drie dele bestaan, naamlik:

- beskrywing van die gedrag van die kind
- beskrywing van die gevoel van die ouer teenoor daardie gedrag
- beskrywing van die gevolg van die kind se gedrag op die ouer

Wys aan die ouers die volgende manier om ek-boodskappe saam te stel:

Wanneer jy ....

voel ek ....

omdat ....

Formuleer die volgende situasies in ek-boodskappe:

Bylaag D

Situasie	**In plaas van die volgende te sê:**	**Sê eerder:**
Jou tienerdogter laat jou 'n halfuur lank wag voor sy opdaag.	"Jy is altyd laat! Wanneer gaan jy ooit leer om betyds te wees?"	"Wanneer jy" '"voel ek" "omdat"
Jou tienerseun kyk TV in plaas daarvan om sy huiswerk te doen.	"Ek gaan hierdie TV nog stukkend gooi. Dink jy jy gaan standerd 7 deurkom met 'n TV onder die arm?"	"Wanneer jy" "voel ek" "omdat"

Verduidelik aan die ouers dat dit nodig sal wees om die adolessent se gedrag te verstaan alvorens die ouer sy of haar emosies sal kan kommunikeer.

Hierdie verstaan van die adolessent se gedrag verg interpersoonlike verhoudingsvaardighede met die beklemtoning van verbale en nie-verbale kommunikasievaardighede.

Die verbale kommunikasievaardighede is pas behandel en saamgevat in die ek-boodskappe. Die nie-verbale kommunikasievaardighede word saamgevat onder die term *empatie*. Empatie is die vermoë om ander se gevoelens te verstaan. Dit vereis kommunikasie van emosies met die oog daarop om spesifieke emosies te verstaan.

Empatie blyk dus die volgende te wees:

- om 'n ander persoon se persepsie te verstaan
- om effektief met 'n ander se emosies te identifiseer
- om 'n soortgelyke respons te ervaar as reaksie op die identifisering van emosies
- om op interne ondervindinge en belewinge in terme van gedrag of kommunikasie te reageer

Ten einde effektief met die adolessent te identifiseer en hom of haar te verstaan, moet die ouer bewus wees van die adolessent se emosies, asook die ontwikkelingsfase waarin die adolessent verkeer.
Die ontwikkelingstake van die adolessent word in afdeling C uiteengesit.

Emosies is abstrak, en word vir die mens duidelik gemaak deur nie-verbale kommunikasie. Die rede hiervoor is dat emosies gepaardgaan met liggaamsverandering en die uitdrukking daarvan. Die oorgaan na aksies en emosies gaan gepaard met 'n kognitiewe bewustheid.

Die ouer is bewus van sy eie gevoelens en moet kennis dra dat dieselfde emosies ook in ander persone kan voorkom.

Op dieselfde manier wat woorde denke verwoord, so verwoord nie-verbale kommunikasie gevoelens. Daarom moet die ouers bewus gemaak word op gesigs-en liggaamsveranderinge, asook op stemtoon.

Op hierdie stadium van die sessie moet tyd gegun word vir groepbespreking oor nie-verbale kommunikasie. Vra vir die ouers om voorbeelde te noem van situasies wat hulle kan onthou waar nie-verbale kommunikasie opvallend was.

7.3.3 Funksionalisering

Ter afsluiting van hierdie afdeling word die volgende gevallestudie aan die ouers voorgehou:

8. AFDELING DRIE

8.1 Implisiete doel

Die implisiete doel kan soos volg uiteengesit word:

- Om aan die ouer riglyne te verskaf ten opsigte van die regulering en hantering van hul emosies asook dié van hul adolessent, met die oog daarop om dit prakties toe te pas in hul daaglikse interaksie.

- Om ouers tot insig te bring dat die adolessent ontwikkelingstake moet bemeester en om die impak daarvan op die ouer-adolessent kommunikasie onder hul aandag te bring.

8.2 Verloop van sessie

8.2.1 Oriëntering

Ter aanvang van hierdie sessie word daar aan die ouer verduidelik dat die hantering van emosies die volgende insluit :

- monitering
- evaluering
- regulering van emosies

Verduidelik dat emosionele selfbewustheid 'n onderbou vir die hantering van emosies is. Eers wanneer 'n persoon se emosies

geïdentifiseer is, is dit moontlik om dit te hanteer. Die hantering van emosies het verantwoordelikheid van keuses tot gevolg.

Deur die bewustheid van emosies en die hantering daarvan, word adolessente geleer om vir hulself te dink in plaas daarvan dat daar aan hulle voorgesê word. Vandaar die mening dat die ouer as fasiliteerder moet optree vir die adolessent se denke en probleemoplossingsvaardighede.

Noem dat persone wat ekspressie van emosies monitor, daartoe neig om meer ingesteld te wees op ander se gedrag en reaksies. Dit is met ander woorde moontlik om nie-verbale kommunikasievaardighede toe te pas. Hierdie vermoë stel die persoon in staat om sosiaal aanvaarbaar op te tree.

Indien die ouer gemoedstoestande kan identifiseer, kan hy daarby ook kommunikasie fasiliteer. Almal beskik egter nie oor dieselfde vermoëns om emosies te verstaan en tot die uitdrukking daarvan te kom nie. Hierdie verskille kan verduidelik word aan die hand van onderliggende vaardighede wat nodig is om emosies te verstaan en tot uitdrukking daarvan te kan kom. Hierdie vaardighede is ook bydraend tot die algemene welstand van die mens.

8.2.2 Eksposisie

Verduidelik aan die ouers dat elke persoon sekere lewensfases (met gepaardgaande ontwikkelingstake) gedurende die menslike ontwikkeling beleef. Gedurende dié lewensprosesse doen elke

persoon lewenservaring op en leer die persoon vaardighede wat hom met die aanpassing by die omgewing help.

Die bewus wees van eie en ander se emosies en die kommunikasie van hierdie emosies is daarop gerig om die adolessent suksesvol te help aanpas en te funksioneer in 'n snel veranderende sosiale omgewing.

Wanneer 'n persoon ontwikkelingstake met emosionele vaardighede benader, sal hy 'n voordeel hê om probleme op te los en om suksesvol aangepas te wees. Sodanige individue sal meer kreatief en aanpasbaar wees en vinniger 'n alternatief ter oplossing van die probleem bereik.

- Liggaamlike ontwikkelingsniveau:
  Die uitdrukkings van emosies geskied deur middel van gesigs-en-liggaamsuitdrukkings. Die opwelling van emosies het ook 'n biologiese komponent wat byvoorbeeld trane veroorsaak, hartklop versnel, ensovoort.

- Kognitiewe ontwikkelingsniveau:
  Aspekte soos intelligensie, denke, kreatiwiteit en probleemoplossingsvaardighede word hieronder geklassifiseer. 'n Verband tussen emosies en kognisie bestaan. Denke kan gevoelens opwek en gevoelens kan sekere denke stimuleer.

- Sosiale ontwikkelingsniveau:
  Met verwysing na interpersoonlike kontak word emosie in die meeste gevalle binne 'n sosiale situasie veroorsaak. Die adolessent tree dus op ooreenkomstig gebeure binne die sosiale milieu.

- Affektiewe ontwikkelingsniveau:

  Die emosionele ontwikkeling van die adolessent volg as gevolg van hormonale veranderings en groot fisiese veranderings 'n onstabiele en onvoorspelbare roete.

- Normatiewe ontwikkelingsniveau:

  Die adolessent ervaar godsdiens op 'n diep emosionele vlak en laat hom deur sy gevoel oorweldig word. Die adolessent sal opstandig raak indien sy emosionele behoeftes nie aangespreek word nie. Hy sal byvoorbeeld gevestigde gebruike veroordeel en bevraagteken.

8.2.3 Funksionalisering

Ter afsuiting van die werkswinkel kan die volgende verwerkte vraelys van Elias et al. (1999:18-20) in die groep bespreek word. Hierdie vraelys word ingesluit om vas te stel in hoe 'n mate die ouer die vaardigheid ten opsigte van die kommunikasie van emosies verwerklik het.

Bylaag E

1. *Hoe bewus is ek van my eie emosies?*
   Hoe bewus is ek van my gesin se emosies?
   Dink nou terug aan 'n onlangse probleem in die gesin, hoe het jy gevoel? En hoe het die ander partye wat betrokke was in die probleemsituasie gevoel?

2. *Hoeveel empatie toon jy teenoor ander?*
   Wys jy jou empatie aan die ander?
   Wanneer laas het jy jou empatie gewys aan ander?
   Is jy seker hulle is bewus van hoe jy voel en dat jy jou gevoelens probeer kommunikeer?
   Is jy daartoe in staat om 'n ander se standpunt in te sien tydens 'n argument?

3. *Hoe hanteer jy aggressie, angs of stres?*
   Kan jy selfbeheer toepas as jy onder stres is?
   Hoe tree jy op na 'n moeilike dag?
   Hoe dikwels skree jy op ander?
   Wanneer is jou af-dae en hoe hanteer jy dit?
   Hoe dikwels beleef jy hierdie af-dae?

4. *Watter doelwitte het ek vir my en my gesin?*
   Watter strategieë gaan ek toepas om my doelwitte te bereik?
   Hoe vinnig gee jy moed op?

5. *Hoe hanteer jy probleemsituasies?*
   Hoe hanteer jy problematiese alledaagse interpersoonlike verhoudings?
   Luister jy werklik na wat die ander party vir jou sê?
   Luister jy reflektief na ander?
   Gee jy terugvoer aan ander in 'n gesprek of argument?
   Oorweeg jy alternatiewe voordat jy 'n besluit neem om op te tree?

Die volgende vrae word deur die ouer bespreek ten opsigte van die adolessent se vermoë om sy emosies te kommunikeer.

Bylaag F

1. ***Hoe goed kan jou adolessent sy of haar gevoelens verwoord?***
   Indien jy die adolessent vra hoe hy voel, beantwoord hy jou met 'n beskrywende woord vir sy gevoelens of verduidelik hy aan jou wat gebeur het?
   Is jou adolessent daartoe in staat om gevoelens in ander te identifiseer?

2. ***Hoe wys jou adolessent sy empatie teenoor ander?***
   Wanneer was die laaste keer toe jou adolessent met 'n ander se gevoelens geïdentifiseer het?
   Kan jou adolessent 'n ander se perspektief insien?
   Kan jou adolessent beide kante van 'n argument insien?
   Is jou adolessent in staat om bogenoemde vaardighede in 'n konfliksituasie toepas?

3. ***Kan jou adolessent sy beurt afwag veral as dit kom by items wat hy of sy graag wil hê, byvoorbeeld 'n paar skoene vir die sokkie van Vrydagaand?***
   Hoe goed is jou adolessent se frustrasietoleransie?
   Hoe kommunikeer jou adolessent sy of haar negatiewe gevoelens en aggressie?

4. ***Watter doelwitte het jou adolessent vir hom-of haarself?***
   Watter doelwitte wil ek hê my adolessent moet vir homself koester?
   Beplan jou adolessent enigsins voor hy of sy iets doen?
   Help ek my adolessent beplan om 'n doelwit te bereik?

8.2.4 Samevattend

Samevattend blyk dit dat die volgende vaardighede nodig is vir die bewus wees van eie emosies en dié van ander, asook die sosiaal aanvaarbare kommunikasie daarvan.

- om effektief te kommunikeer vereis die vermoë om effektief te luister (luistervaardighede sluit in die boodskap wat oorgedra word deur verbale en nie-verbale kommunikasie)
- die individu moet daartoe in staat wees om beurte te maak tydens die kommunikasieproses
- om gevoelens te harmonieer
- om op te offer
- om konsensus te bereik
- om eie gevoelens duidelik uit te druk sonder 'n aanvallende en beskuldigende benadering tot die ander party
- om effektiewe besluite te neem en alternatiewe oplossings te beding
- selfbeheer toe te pas ten opsigte van impulse wat in 'n gegewe situasie ontstaan
- om emosies aan te pas by die situasie
- doelgeoriënteerdheid (erken daardeur die impak van hoop en optimisme)
- bewustheid van *afdae* (selfbeheer en doelgerigtheid word daardeur beïnvloed, asook die bewustheid van eie en ander se emosies)
- om self-reflektief te wees, met ander woorde om strategieë te reguleer en aan te pas as dit ontoepaslik of ontoereikend is vir die gegewe situasie.

9. WERKWYSE

Vervolgens word die verloop van die program uiteengesit:

09 : 00 - 10 : 00	Verwelkoming en bekendstelling
10 : 00 - 11 : 00	Emosies: "Wat is dit en wat maak ek daarmee?"
11 : 00 - 11 : 30	Tee en verversings
12 : 00 - 13 : 00	Kommunikasievaardighede en emosies
13 : 00 - 14 : 00	Middagete
14 : 00 - 15 : 00	Emosionele intelligensie
15 : 00 - 15 : 30	Ontwikkelingstake
15 : 30 - 16 : 00	Ope gesprek

10. SAMEVATTEND

In hierdie hoofstuk is die program ontwerp en uiteengesit. In die volgende hoofstuk word die empiriese navorsing geïmplementeer en uiteengesit.

HOOFSTUK 5

EMPIRIESE NAVORSING

1. INLEIDING

In hierdie hoofstuk word die empiriese navorsing uiteengesit en verduidelik. Vir die doel van die navorsingstudie word slegs proefpersoon 1 volledig uiteengesit en verduidelik, maar word daar telkens na die ander proefpersone verwys. Die verduideliking van die navorsingsuitkomste geskied vir organisatoriese redes, volgens die afdelings.

'n Kort biografiese uiteensetting van die proefpersone word verskaf vir duidelikheid ten opsigte van die agtergrond van die ouers met wie daar gewerk gaan word.

2. BIOGRAFIESE INLIGTING OOR PROEFPERSONE

Vir die doel van die program word slegs die moeders betrek omrede hierdie besondere ouers meer beskikbaar was as die vaders. Tog is die program van so 'n aard ontwerp dat beide die ouers daarby kan baat.

Bogenoemde ouers is ook genader omrede hul spesifieke probleme ondervind met die hantering van hul adolessente, in die besondere met verwysing na die hantering van emosies tussen beide partye.
Vervolgens word biografiese inligting van die ouerpare kortliks uiteengesit:

Proefpersoon 1

	Proefpersoon 1 :	Eggenoot
Ouderdom:	• 46	• 48
Beroep :	• Verpleegster	• Mediese dokter
Kinders :	Geslag :	Ouderdom :
	• Seun	• 21
	• Dogter	• 19
	• Seun	• 15

Proefpersoon 2

	Proefpersoon 2 :	Eggenoot
Ouderdom :	• 50	• 54
Beroep :	• Eie besigheid	• Eie besigheid
Kinders :	Geslag :	Ouderdom :
	• Seun	• 16
	• Seun	• 12

Proefpersoon 3

	Proefpersoon 3 :	Eggenoot
Ouderdom :	• 43	• 43
Beroep :	• Mediese dokter	• Bestuurder van leerlooiery fabriek
Kinders :	Geslag :	Ouderdom :
	• Seun	• 13
	• Seun	• 12

Noudat die biografiese inligting verskaf is sal die program uiteengesit word:

3. VERLOOP EN UITKOMSTE

3.1 Verloop van sessie een

Die ouers wat genader is vir die werkswinkel was almal bereid om dit by te woon. 'n Gunstige tyd wat al die ouers gepas het, was 'n Saterdagoggend.

Sessie een, wat handel oor die bewustheid van eie emosies en dié van ander, het 'n halfuur later 'n aanvang geneem as wat oorspronklik beplan was. Die rede hiervoor was dat een van die ouers laat opgedaag het vir die werkswinkel. Die verwelkoming en bekendstelling het hierna egter vlot verloop.

Proefpersoon 1 was eerste aan die beurt en het haar biografiese inligting verskaf [6]. Haar verwagting was om meer inligting te verkry aangaande die ontwikkelingstake van die adolessent en om riglyne te ontdek aangaande die hantering van die adolessent.

Proefpersoon 2 het meer inligting oor haar gesinsopset verskaf. Sy het genoem dat haar jongste aangeneem is en dat die tweedelaaste in Sonitus skool is vanweë stadige ontwikkeling en 'n meegaande ontoereikende werkstempo. Haar verwagting is om riglyne te ontvang vir die hantering van dié twee kinders wat hul wedersydse verhouding met konflik belaai het.

Proefpersoon 3 het voorts haar biografiese inligting verskaf (soos in hoofstuk 4 genoem). Haar verwagting was om meer kennis op te doen aangaande die emosionele intelligensie en die praktiese implementering daarvan.
Die doelwitte van die werkswinkel is hiernaas duidelik uiteengesit aan die ouers waarna die sessie begin het.

---

[6] Hoofstuk 5, afdeling 2

Die ouers het egter effens gesukkel om byvoeglike naamwoorde vir die emosies te kry en moes 'n rukkie onderling redekwawel om tot die beskrywing daarvan te kom. Daar is gevind dat die ouers slegs van die emosies **geluk, ongeluk, hartseer** en **bly** bewus is. Tydens die soektog na beskrywende woorde vir dié emosies het die ouers genoem dat hulle nie bewus was van al die emosies soos wat dit benoem is nie. Hulle het gemeld dat hulle wel die emosies beleef het, maar dit nooit kon benoem nie.

Die ouers was nie geneë om die emosies te definieer nie. Hulle behoefte was eerder om die emosies te benoem en te beskryf.

Die ouers het bylaag A ingevul. Dit lyk soos volg:

Bylaag A (voltooid)

Emosies	Byvoeglike naamwoorde			
Vreugde	Bly	Verlustig	Trots	Vrolik
	Tevrede			
Aanvaarding	Ontspanne	Verlig	Rustig	Ingenome
Verwagting	Geïnteresseerd	Bewus	Betrokke	Antisiperend
Hartseer	Huilerig	Bedroef	Seergemaak	Pynlik
	Verras			
Geaktiveerd	Energiek	Entoesiasties	Uitbundig	Opgewonde
Woede	Gefrustreerd	Ergerlik	Kwaad	Teleurgesteld
Vrees	Bang	Verskrik	Geskok	

Nadat die ouers bylaag A ingevul het, is hulle gevra om daardie benoemde emosies op hul eie te neem en dit volgens hul eie ervaringswêreld (volgens goeie of slegte belewing daarvan) te tabulleer.

Proefpersoon 1 se uiteensetting daarvan sien soos volg daar uit:

Bylaag B

Goeie gevoelens	**Slegte gevoelens**
Liefde	Teleurstelling veroorsaak
Gelukkig	Ergelik
Aanvaarding	Geïrriteerd
Entoesiasties	Gespanne
Verlustig	Bang en onseker

Nadat die ouers hierdie opdrag voltooi het, is daar aan hulle gesê dat dit slegs vir hulself was om hulself te vergewis van die gevoelens wat hulle beleef.

Die ouers het gelag en gesê dat dit vir hulle 'n eye opener was om dié opdrag te voltooi.

Die ouers het na afloop van hierdie opdrag baie opgewonde met mekaar begin gesels oor die emosies en die belewing daarvan, en dit was noodsaaklik om die sessie af te sluit en om tee en verversings te bedien.

3.2 Verloop van sessie twee

Na afloop van die pouse is afdeling 2 behandel. Afdeling 2 handel oor die vaardighede wat nodig is vir die kommunikasie van emosies. Daar is aan die ouers verduidelik dat hulle bewus moet wees van die emosies wat teenwoordig is tydens die dialoog wat aan hulle voorgehou gaan word.

Proefpersoon 1 se voltooide bylaag C word voorgehou en sien soos volg daar uit:

Bylaag C (Voltooid).

i) "Jou huiswerk moet onmiddellik gedoen word!"
"Hou op om so te kla."
"Bly stil, ek wil niks weet nie."
"Jy beter jou kamer gaan skoonmaak, anders gaan jy nie vanaand uit nie. Jy moet ophou teëpraat, ek gaan vir jou pa vertel."

Ouer se kommunikasierol:	**Kind se belewing daarvan:**
Die ouer gee bevele.	Die kind voel opstandig.
Die ouer wil alles onder beheer hê.	Die kind word kwaad.
Die ouer tree rigied op.	Mag tot ongehoorsaamheid lei.
Die ouer sê vir die kind wat om te doen.	Die kind voel hy word nie verstaan nie.

ii) "'n Mens maak nie so nie."
"Dit help nie om te kla nie, doen liewers iets."
"Ons almal kry swaar, hou maar net uit."

Ouers se kommunikasierol:	**Die kind se belewing daarvan:**
Die ouer "preek".	Die kind hou op praat.
Kom ongevoelig voor.	Die kind ervaar skuldgevoelens.
Die ouer gee 'n kort boodskap van wat die kind moes gedoen het.	Die kind raak hardnekkig om sy eie kant te verdedig.
Die ouer toon onbegrip.	Die kind ervaar onbegrip.

iii) "Nee, jy maak nou verkeerd. Maak eerder soos ek sê."
" Waarom nooi jy nie 'n vriend oor nie?"
" Ek sou eerder die saak met die onderwyser bespreek, as om so arrogant op te tree."

Ouers se kommunikasierol:	**Die kind se belewing daarvan:**
Ek- weet- alles houding.	Die kind voel of sy gevoelens misken word.
Die ouer tree té oorheersend op.	Die kind voel of hy 'n onvermoë het om sy eie probleme op te los.
Ouer wil wys dat hy die antwoorde ken.	Kind ervaar 'n onvermoë.
Die ouer verskaf die heeltyd raad en advies.	Lei tot afhanklikheid.

iv) " Jy behoort darem van beter te weet."
" Hoe kan jy so selfsugtig wees?"
" Jy is die groot moeilikheidmaker in die huis."

Ouers se kommunikasierol:	**Die kind se belewing daarvan:**
Die ouer oordeel.	Die kind voel dat hy niks kan doen nie.
Die ouer is negatief.	Die kind voel minderwaardig.
Die ouer is altyd reg en die kind altyd verkeerd.	Die kind kan 'n swak selfkonsep ontwikkel.
Eensydige kommunikasie.	Verhoudingsprobleme mag ontstaan.

v) " Jy is onnosel verby!"
" Sies, dis darem lelik."
" Reg, ou slim-Jan."

Ouers se kommunikasierol:	**Die kind se belewing daarvan:**
Die ouer tree krities op.	Die kind voel seergemaak.
Die ouer maak die kind skaam.	Die kind se eie waarde is laag.
Die ouer sê die kind sleg.	Die kind begin self só kommunikeer.
Die ouer wil die een wees wat reg is.	Die kind voel onwelkom.

vi) " Jy is net te lui om jou huiswerk te doen, daarom sê jy jy is moeg."
" Jy voel net 'n bietjie hartseer omdat jy nie eerste span krieket gehaal het nie."

Ouers se kommunikasierol:	**Die kind se belewing daarvan:**
Die ouer verduidelik alles.	Die kind voel bedreig.
Die ouer ontleed die situasie.	Die kind voel ontmasker.
Die ouer neem 'n streng standpunt in.	Die kind voel gefrustreerd omdat hy dalk nie saamstem nie.
Die ouer wil alle besonderhede hoor.	Die kind verhoed verdere kommunikasie.

vii) " Wie het eerste geslaan?"
" Hoekom hou jy nie van die onderwyser nie?"
" Wat het jy toe gesê?"

Ouers se kommunikasierol:	**Die kind se belewing daarvan:**
Die ouer ondervra.	Die kind voel skuldig.
Die ouer stel ondersoek in.	Die kind word uitgelok om soms leuens te vertel.
Die situasie loop soms op kruisverhoor uit.	Die kind begin die ouers se vrae wantrou.
Die ouer tree soms beskuldigend op.	Die kind voel of hulle hom met agterdog bejeen.

Daar is gevind dat die uiteensetting soos dit hierbo voorkom, te lank is en die ouers die draad van die boodskap verloor. Die ouers het egter genoem dat hulle volkome met die voorbeelde soos wat die genoem is kan identifiseer en hulle wou weet wat om daarmee te maak.

Vervolgens was die verduideliking soos in hoofstuk 4[7] aan hulle voorgehou. Hulle het genoem dat hulle wel kan verstaan waarom adolessente soos in die voorgegewe jy – boodskappe gereageer het.

[7] Hoofstuk 4, afdeling 7.3.2

Die ouers het dit moeilik gevind om ek–boodskappe te formulleer en daar was nie genoegsame voorbereide oefengeleenthede daarvoor nie.

Proefpersoon 1 se voltooide opdrag aangaande die ek–boodskappe sien soos volg daar uit:

Bylaag D (Voltooid)

Situasie	**In plaas van die volgende te sê:**	**Sê eerder:**
Jou tienerdogter laat jou 'n halfuur lank wag voordat sy opdaag.	"Jy is altyd laat! Wanneer gaan jy ooit leer om betyds te wees?"	Wanneer *jy laat is* voel ek *onrustig* omdat *ek nie weet wat met jou kan gebeur nie.*
Jou tienerjarige seun kyk TV in plaas daarvan om sy huiswerk te doen.	"Ek gaan hierdie TV nog stukkend gooi. Dink jy jy gaan standerd 7 deur kom met 'n TV onder die arm?"	Wanneer *jy die heeltyd TV kyk,* voel ek *bekommerd oor jou prestasie.* omdat *ek weet goeie prestasie verg harde werk*

Empatie is vervolgens uiteengesit en daar is aan die ouers verduidelik dat hulle hul adolessente moet verstaan en bewus behoort te wees van eie en ander se emosies om die vaardigheid te implementeer. Die ouers se aandag het begin dwaal en middagete is bedien. Daar is besluit om Bylaag E in 'n latere opvolggeleentheid te implementeer.

3.3 Verloop van sessie drie

Vervolgens is die ontwikkelingstake behandel en soos volg opsommend aan die ouers voorgehou:

<u>Fisiese ontwikkelingsniveau</u>

Adolessent se taak:	Ouers se taak:
• Leer die liggaam ken.	• Moet nie spot nie.
• Gesonde siening aangaande die seksuele.	• Differensieër fisiese take.
• Persoonlike higiëne aanleer en toepas.	• Neem PMS in ag.
	• Weet dat uiterlike voorkoms vir die adolessent belangrik is.

<u>Affektiewe ontwikkelingsniveau</u>

• Bied geleentheid vir fisiese aktiwiteite om van opgekropte emosies ontslae te raak.	• Moet nie aggressie met aggressie beantwoord nie.
• Verbalisering van emosies moet aangeleer word.	• Laat toe dat gemoedere eers afkoel voordat adolessente aangespreek word.
• Moet geleentheid hê om trane te stort.	• Erken strewe na outonomie en vrye keuses.

Kognitiewe ontwikkelings niveau

• Die leer van gevolge van optrede.	• Moet nie voorskriftelik wees nie.
• Leer om outonoom en krities op te dink.	• Laat toe dat adolessente hul eie standpunte verdedig.
• Aanleer van eie verantwoordelikheid	• Sosiale interaksie is belangrik.

Sosiale ontwikkelings niveau

• Volwasse verhouding met portuurgroep.	• Bied geleentheid vir adolessent om deel te wees van portuur groep.
• Moet ook sonder portuur groep funksioneer.	• Adolessent moet eie individualiteit behou.
• Aanleer van sosiaal verantwoordelike gedrag.	• Bied geleentheid vir sosiaal verantwoordelike gedrag van adolessent.

Normatiewe ontwikkelings niveau

• Geslagsrol identifikasie.	• Leef waardes en norme uit.
• Eie waardesisteem.	• Bied praktiese riglyne vir die uitlewing van waardes en norme.

Die ouers het met konsentrasie geluister na die inligting wat aan hulle verskaf is, maar na afloop van hierdie sessie was hulle al baie moeg. Daarom is daar besluit om die Bylaag F en G by 'n latere ontmoetings geleentheid te implementeer.

Ter afsluiting van die werkswinkel is die vaardighede wat nodig is vir die kommunikasie van emosies soos volg aan die ouers voorgehou:

- Om effektief te kommunikeer, vereis die vermoë om effektief te luister. Luistervaardighede sluit in die boodskap wat oorgedra word deur verbale en nie-verbale kommunikasie.
- Daarby moet die individu daartoe in staat wees om beurte te maak tydens die kommunikasieproses,
- Om gevoelens te harmonieer,
- Om op te offer,
- Om konsensus te bereik,
- Om eie gevoelens duidelik uit te druk (sonder 'n aanvallende en beskuldigende benadering tot die ander party).
- Die vermoë om effektiewe besluite te neem en om alternatiewe oplossings te beding.
- Selfbeheer ten op sigte van impulse wat in 'n gegewe situasie ontstaan,
- Die vermoë om emosies by die situasie aan te pas,
- Doelgeoriënteerdheid. (Erken daardeur die impak van hoop en optimisme),
- Bewustheid van jou *af* dae. (Selfbeheer en doelgerigtheid word daardeur beïnvloed, só ook die bewustheid van eie en ander se emosies).
- Om self-reflektief te wees, met ander woorde om strategieë te en aan te pas as dit ontoepaslik of ontoereikend vir die gegewe situasie blyk te wees.

Hierdie werkswinkel is afgesluit deur die geleentheid te gebied vir ope gesprek. Die inligting is met die ouers bespreek. Die ouers was egter oorweldig met al die inligting en het nie verder deelgeneem aan die gebeure nie. Die sessie is verdaag met die oog daarop om tydens 'n opvolggeleenthied die onvoltooide Bylae in te vorder.

3.4 OPVOLGGELEENTHEID

Na 'n tydperk van twee weke is die ouers afsonderlik genooi om die volgende bylae te voltooi. 'n Tydperk van twee weke is gekies met die doel dat die ouers eers die inligting moet internaliseer en toepas. Proefpersoon 1 *se uitkomste blyk soos volg:*

Bylaag E is aan die ouers verskaf met die doel om ouers te begelei met die oog om bewus te wees van eie emosies. Die vraelys is oorspronklik by die werkswinkel ingesluit as oriënteringsmedia ten einde die ouers bewus te maak van hul onbewustheid van hul emosies. Die uitkomste was anders as wat verwag is, aangesien die ouers reeds op die staduim kennis gedra het van emosionele bewustheid.

Vervolgens die uitkomste van proefpersoon 1

Bylaag E (Voltooid)

Hoe bewus is ek van my eie emosies?

Ek dink ek erken en aanvaar my emosies en is bewus daarvan.

Hoe bewus is ek van my gesin se emosies?

Ook redelik goed (tensy hulle dit soms doelbewus wegsteek).

Dink nou terug aan 'n onlangse probleem in die gesin. Hoe het jy gevoel? En hoe het die ander partye betrokke in die probleemsituasie gevoel?

Hulle raak gefrustreerd as ons nie bevredigende antwoorde kry nie. Nadat die probleem opgelos is, was ons kommunikasie oop.

Hoeveel empatie toon jy teenoor ander?

Ek dink genoeg.

Wys jy jou empatie aan die ander?

Ja.

Wanneer laas het jy jou empatie aan ander gewys?

Vandag.

Is jy seker hulle is bewus van hoe jy voel en dat jy jou gevoelens probeer kommunikeer?

Ja.

Is jy daartoe in staat om 'n ander se standpunt in te sien tydens 'n argument?

Ja.

Hoe hanteer jy aggressie, angs of stres?

Ek probeer kalm bly en dink dan 'n plan uit. Soms ontplof ek.

Kan jy selfbeheer toepas as jy onder stres is?

Ja.

Hoe tree jy op na 'n moeilike dag?

Ek sê ek is baie moeg. Kom ons maak roereiers en roosterbrood vir aandete en bad dan lekker.

Hoe dikwels skree jy op ander?

Ek sal onder erge stres skree, maar nie dikwels nie.

Wanneer is jou *af*-dae en hoe hanteer jy dit?

Voor ek menstrueer. Ek onttrek my bietjie. Ek lees of gaan 'n bietjie weg.

Hoe dikwels beleef jy hierdie af-dae?

Elke tweede maand vir 'n paar dae.

Watter doelwitte het ek vir my en my gesin?

Ek wil graag hê dat my kinders goed gebalanseerde, wel-aangpaste, emosioneel-volwasse en ekonomies onafhanlik moet wees. Ook dat hull gelowige Christene sal wees wat vir ander omgee en hulle respekteer. Ek wil hê dat hulle hul talente sal ontwikkel en verantwoordelik sal lewe.

Watter strategieë gaan jy toepas om jou doelwitte te bereik?

Ek begelei hulle en praat met hulle, stel 'n voorbeeld en vermaan hulle.

Hoe vinnig gee jy moed op?

Ek gee nie maklik moed op nie. My ouma het my geleer " waar 'n wil is, is 'n weg."

Hoe hanteer jy probleemsituasies?

Ek evalueer dit eers. Ek kyk na my opsies en oorweeg dan die beste.

Hoe hanteer jy problematiese alledaagse interpersoonlike verhoudings?

Ons praat dit uit – of skaal af – kry 'n bietjie afstand.

Luister jy werklik na wat die ander party vir jou sê?

Ek probeer, maar soms is ek heeltemal gepreokkupeerd of te besig.

Luister jy reflektief na ander?

Ja.

Gee jy terugvoer aan ander tydens 'n gesprek of argument?

Ja.

Oorweeg jy alternatiewe voordat jy 'n besluit neem om op te tree?

Ja, maar soms onder druk sal ek nie mooi dink nie.

Bylaag F (Voltooid)

Die volgende vraelys is aan die ouers verskaf. Die doel was om die ouers bewus te maak van die adolessent se vermoë om sy emosies te kommunikeer. Die ouers was na afloop van die internaliseringsweek meer bewus van die vaardighede vir die kommunikasie van emosies. Die uitkomste blyk soos volg:

Hoe goed kan jou adolessent sy of haar gevoelens verwoord?
Hy weet wat hy voel.

Indien jy die adolessent vra hoe hy voel, beantwoord hy/sy jou met 'n beskrywende woord vir sy/haar gevoelens of verduidelik hy/sy aan jou wat gebeur het?
Hy/sy gebruik beskrywende woorde.

Is jou adolessent daartoe in staat om gevoelens in ander te identifiseer?
Ja.

Hoe wys jou adolessent sy empatie teenoor ander?
Hy sal beskermend optree en insig toon in ander se gevoelens.

Wanneer was die laaste keer dat jou adolessent met 'n ander se gevoelens geïdentifiseer het?
Vandag.

Kan jou adolessent ander se perspektief insien?
Nogal, as hy nie té kwaad is nie.

Kan jou adolessent beide kante van 'n argument insien?
Ja, as hy nie kwaad is nie.

Is jou adolessent in staat om bogenoemde vaardighede in 'n konfliksituasie toe te pas?
Nie altyd nie.

Kan jou adolessent sy beurt af wag veral as dit kom by items wat sy graag wil hê, byvoorbeeld 'n paar skoene vir die sokkie van Vrydagaand?
Al stryende, ja.

Hoe goed is jou adolessent se frustrasie toleransie?
Goed, dit is al beter.

Hoe kommunikeer jou adolessent sy negatiewe gevoelens en aggressie?
Hy sê dit prontuit. Teken beswaar aan.

Watter doelwitte het jou adolessent vir homself?
Hy wil deur sy maats aanvaar word. Hy wil inpas by sy skool. Hy wil modern wees. Hy wil onafhanklik en suksesvol wees. Hy wil eendag Universiteit toe gaan.

Watter doelwitte wil ek hê moet my adolessent vir homself koester?
Hy moet volledig sy talente ontwikkel en gelukkig wees.

Beplan jou adolessent enigsins voor hy iets doen?
Ja, tot 'n mate. Maar beplan nie genoeg *detail* nie. Hy stel te lank uit.

Help ek my adolessent beplan om 'n doelwit te bereik?
Ek probeer, maar hy het 'n baie sterk wil om huidiglik onafhanklik te wees. Ek mag help as hy my vra.

Hoe hanteer jou adolessent konflik?

As dit sy ouers is, probeer hy vrede maak. Meestal vermy hy konflik. As hy 'n sterk saak het, staan hy op sy voete. Hy praat mens dikwels dood of stap uit en gaan lê op sy bed. Soms skop hy die deur of breek iets.

In hoe 'n mate is jou adolessent daartoe in staat om konflik te hanteer?

Hy het goeie sosiale vaardighede en kan ook selfgeldend optree. Hy vorder goed.

Beskik jou adolessent oor luistervaardighede of ignoreer hy bloot die ander party?

Aanvankilk hou hy hom doof. As 'n mens aandring, luister hy. Hy verras my dikwels met sy observasies en opsomming wanneer hy 'n toeskouer is. Wanneer hy nie direk geraak word nie.

5 TEN SLOTTE

In hierdie hoofstuk is die navorsingsuitkomste weergegee. Daar is gepoog om die werkwyse, afwykings en uitkomste te verduidelik. In die volgende hoofstuk word die samevatting en aanbevelings uiteengesit.

HOOFSTUK 6

SAMEVATTING EN BEVINDINGS

1. INLEIDING

In hierdie hoofstuk word 'n kort samevatting van die bevindings uit die navorsingsondersoek gegee. Leemtes in die studie word uitgelig en aanbevelings word ten opsigte van die program gemaak.

2. BEVINDINGS VANUIT DIE LITERATUURSTUDIE

Vanuit die literatuurstudie in hoofstukke 2 en 3 is gevind dat daar binne die opvoedingsverhoudinge, lewensvaardighede aan die adolessent voorgehou word.

Hierdie lewensvaardighede is funksioneel van aard in die sin dat die ouer deur middel daarvan die adolessent wil begelei tot sosiaal verantwoordelike gedrag. Die adolessent behoort dus bevoeg te wees om suksesvol in die snel transformerende samelewing aan te pas en effektief te funksioneer.

2.1 Ouerskap en vaardighede

In die literatuurstudie wat gedoen is in hoofstuk 2[8] is daar gevind dat die term *vaardigheid* die volgende insluit: bedrewendheid, die vermoë om kennis effektief te implementeer en die konsep dat vaardighede die aangeleerde bemagtiging is om 'n taak met bevoegdheid uit te voer.

Daar is dus gevind dat die ouer met vaardighede toegerus kan word om hom/haar sodoende te bemagtig om sy/haar taak
(begeleiding van die adolessent) met bevoegdheid uit te voer.

Verder is daar gevind dat empatiese ouerskap volgens Damon (1995:171-175) soos in hoofstuk 2[9] bespreek en die warm demokratiese opvoedingstyl volgens Pretorius (1992:23-51), mekaar komplementeer.
Beide hou die volgende in. 'n Toereikende: ek-jy verhouding, kommunikasie, sosialisering, selfaktualisering en behoeftevervulling.

Daar is gevind dat sosialisering en kommunikasie in diens staan van ouerskap en opvoeding. Oorbrugging van die kommunikasiegaping is as pedagogiese gesinstaak bevind. Dit is ook slegs deur middel van kommunikasie met die medemens dat 'n persoon selfaktualisering kan bereik, sy sosiaal kommunikatiewe moontlikhede kan verwerklik en 'n selfkonsep kan vorm.

Daar is dus gevind dat kommunikasie 'n belangrike essensie blyk te wees tydens die opvoedingsaangeleentheid.

---

[8] Vergelyk hoofstuk 2, afdeling 2.

[9] Vergelyk hoofstuk 2, afdeling 3.

2.2 Lewensvaardighede

Daar is gevind dat lewensvaardighede 'n omvattendende begrip is. Lewensvaardighede kan geïnkorporeer word in die holistiese ontvouing van die mens in totaliteit. Hierdie vaardighede is bevorderlik vir die individu se welstand. Dit verwys na die gedrag-gebaseerde leerwording wat nodig is om voorspelbare ontwikkelingstake te bemeester. Kommunikasie is as subveld van lewensvaardighede geïdentifiseer en dit dien ook as verbindings-essensie tussen lewensvaardighede en emosionele intelligensie.

2.3 Kommunikasie

Kommunikasie as subveld van lewensvaardighede is in hoofstuk 2[10] breedweg uiteengesit. Daar is gevind dat outentieke kommunikasie slegs plaasvind indien die ontvanger van die boodskap dit interpreteer ooreenkomstig die wyse waarop die afsender daarvan dit bedoel het. Kommunikasie geskied inter-en intrapersoonlik. Tydens intermenslike kommunikasie is sowel verbale en nie-verbale kommunikatiewe boodskappe van belang. Daar is gevind dat die mens self met al sy individuele gewoontes by alle vorme van kommunikasie betrokke is.

Emosies word ook selde verwoord. Woorde verwoord denke en nie-verbale kommunikasie verwoord gevoelens. Om emosies korrek te identifiseer en te benoem, benodig 'n persoon inter-en intrapersoonlike kommunikasievaardighede.

---

[10] Vergelyk hoofstuk 2, afdeling 4.1

Daar is ook gevind dat die konflik tussen ouer en adolessent eerder toegeskryf kan word aan kommunikasiegapings, as aan generasiegapings. Outentieke kommunikasie bring die volgende tussen ouer en adolessent mee:

- respek
- koöperatiewe gedrag tussen ouer en adolessent (wat sosiale verantwoordelikheid tot gevolg het)
- die adolessent beleef vryheid
- die adolessent beleef dat hy as gelyke behandel word

Kommunikasie is dus 'n belangrike komponent in intermenslike verhoudings.

2.4 Emosies

Emosies ontstaan as reaksie op gebeurtenisse. Dit veronderstel beplanning en 'n gereedheid om oor te gaan tot handelinge. Emosie blyk oor 'n eiesoortige kognitiewe staat te beskik wat met liggaamlike veranderings,-uitdrukkings en–aksies gepaardgaan. Die emosie dien as 'n evalueringsisteem vir die individu. Indien 'n persoon nie oor 'n geskikte evalueringsisteem beskik om die reaksies te evalueer nie, mag stormagtige jare tydens adolessensie verwag word. Indien 'n situasie verkeerd opgesom word, mag inter- en intrapersoonlike problematiek ontstaan.

Emosionele intelligensie omskryf die emosionele vaardighede wat nodig blyk te wees vir suksesvolle interpretering van gebeurtenisse.

2.5 Emosionele intelligensie

Emosionele intelligensie word in hoofstuk 2[11] in die besonder bespreek. Emosionele intelligensie blyk uit die volgende te bestaan:

- selfbewustheid
- hantering van emosies
- vermoë om empatie te toon

Emosionele intelligensie is die akkurate identifisering en uitdrukking van eie en ander se emosies (met ander woorde die kommunikasie daarvan), die regulering en implementering van daardie emosies op 'n sosiaal aanvaarbare manier. Emosionele intelligensie veronderstel kwaliteite wat bydraend is tot die sosiale aanpasbaarheid en sukses in die sosiale situasie.

Verder is daar gevind dat emosionele intelligensie minder geneties bepalend is as die kognitiewe intelligensie kwosiënt, wat impliseer dat adolessente en hul ouers met vaardighede toegerus kan word om sosiaal suksesvol te kan funksioneer.

2.6 Ontwikkelingstake en emosionele intelligensie

Tydens die ontwikkelingsfase van adolessensie geskied daar vele veranderinge op elke funksioneringsdomein, onder meer emosioneel, kognitief, sosiaal, liggaamlik en normatief.

[11] Vergelyk hoofstuk 2, afdeling 5.2

Hierdie veranderinge verg aanpassing van beide die ouer en adolessent. Deur ouer en adolessent toe te rus met vaardighede om die veranderinge te hanteer, kan die ouer- adolessent verhouding moontlik gesteun word.
In hoofstuk 2 is daar verbande gelê tussen die ontwikkelingstake van die adolessent en die emosionele intelligensievaardighede. Daar is gevind dat indien die adolessent die ontwikkelingstake in samehang met verskeie vaardighede soos die kommunikasie van emosies hanteer, hy/sy 'n voordeel sal hê om probleme op te los en om suksesvol aangepas te wees.

Die ontwikkelingstake van die adolessent word breedvoerig in hoofstuk 3 uiteengesit. Die ouer is bewus gemaak van die ontwikkelingstake van die adolessent. Ontwikkelingstake is 'n ontisiteit. Die suksesvolle afhandeling van een ontwikkelingsfase is 'n voorwaarde vir die suksesvolle afhandeling van die volgende.

3. BEVINDINGS VANUIT DIE EMPIRIESE ONDERSOEK

Alvorens die uitkomste as sulks bespreek word, gaan die hipotese weer gestel word, ten einde te toets of die doelwitte wat in hoofstuk 1 gestel is, bereik is.

3.1 Hipotese

Die hipotese word in drie afdelings omskryf en sien soos volg daar uit:

3.1.1 Hipotese een

Die gesin is 'n leerskool vir die hantering en regulering van emosies. Die gesin is 'n veilige omgewing waarbinne daar geëksploreer kan word met emosies.

3.1.2 Hipotese twee

Kommunikasie van emosies is 'n aangeleerde vaardigheid. Die aanleer van vaardighede bemagtig die persoon om 'n betekenisvolle lewe te lei.

3.1.3 Hipotese drie

Kommunikasie van emosies is 'n bydraende faktor tot sosiaal aanvaarbare gedrag by die adolessent. Kommunikasie van emosies dra by tot sosiale aanpasbaarheid en sukses in sosiale situasies.

3.2 Bevindings vanuit die hipotese

- Hipotese een[12] word aanvaar op grond van die volgende: Die teorie bewys dat opvoeding primêr 'n persoonlike verhoudingsaangeleentheid is, wat konkreet gestalte kry langs gevoelsmatige en verstandelike weë. Die kind is ook aangewese op opvoeding. Sosialisering en kommunikasie staan in diens van ouerskap en opvoeding.

[12] Vergelyk hoofstuk 6, afdeling 3.1.1

Die navorser se empiriese bevinding is dat die gesin uiteraard as model kan dien vir die hantering van emosies. In hierdie sin is bevind dat indien die ouer bemagtig word om sy emosies te hanteer, die adolessent gevolglik ook sy emosies dienooreenkomstig sal kan hanteer.

- Hipotese twee[13] verwys daarna dat die kommunikasie van emosies 'n aangeleerde vaardigheid is. Hierdie hipotese word aanvaar op grond van die navorser se bevinding dat vaardighede keuses inhou op grond van aangeleerde kennis. Sodra 'n vaardigheid aangeleer word, kan keuses uitgeoefen word, wat tot meer effektiewe kommuniksie lei. Aanvanklik is bevind dat die ouers oor 'n beperkte emosionele woordeskat beskik het en oorwegend jy-boodskappe[14] geënkodeer het. Na afloop van die program , tydens die opvolggeleentheid, was die ouers se terugvoer aan die navorser dat hul verhouding met hul adolessente met groter begrip begin verloop het.

- Hipotese drie[15] word aanvaar op grond van die volgende: Kommunikasie van emosies is bydraend tot sosiale aanpasbaarheid en sukses in sosiale situasies. In hierdie opsig het die navorser bevind dat selfs die verhouding tussen onderwyser en adolessent merkbare tekens van verbetering begin toon het. Die ouers het ook gemeld dat

[13] Vergelyk hoofstuk 6, afdeling 3.1.2

[14] Vergelyk hoofstuk 4, afdeling 7.3.2

[15] Vergelyk hoostuk 6, afdeling 3.1.3

die adolessent se taakingesteldheid ten opsigte van skolastiese insette ook sporadies begin verbeter het.

- Verder is daar bevind dat daar 'n behoefte aan programme ten opsigte van die kommunikasie van emosies gegrond op emosionele intelligensie bestaan. Hierdie program is ontwerp om die besondere behoefte aan te spreek.

- Omdat die term *emosionele intelligensie* 'n redelike resente term is, is relatiewe min navorsing daaroor beskikbaar (veral vanuit 'n die Opvoedkunde, Sielkunde, Opvoedkundige Sielkundige en Maatskaplike wetenskaplike paradigmas).

- Hierdie program is uiteraard 'n relatief resente benadering wat veranderinge en aanpassing nodig mag hê. Spesifieke problematiese momente wat tydens die implementering van die program ondervind is, blyk die volgende te wees:

4. LEEMTES IN DIE ONDERSOEK

Die volgende leemtes is in die navorsingstudie bevind:

- oneffektiewe tydsbeplanning

Die inhoudelike komponent van die werkswinkel was te omvangryk en sal gereduseer moet word tot die essensiële inhoude van die hoofstukke 2 en 3.

Die opvolggeleenthede van die werkswinkel is aanvanlik nie beplan nie. Die navorser het egter die belang van'n opvolggeleentheid ingesien as gevolg van 'n tydsbeperking. In samehang hiermee is die doel van die opvolggeleentheid om die funksionalisering van die inhoud te bepaal.

- slegs die moeders was teenwoordig
  Opvoedingsaangeleenthede veronderstel die vaderfiguur sowel as die moederfiguur. As gevolg van die onbeskikbaarheid van die vaderfigure weens werkslading, was slegs die moeders beskikbaar vir die werkswinkel. Dit is ook die moeders wat hul besig hou met die alledaagse take van die adolessente, byvoorbeeld om hulle rond te ry en te sorg dat hul al die buitemuurse aktiwiteite bywoon.

- leemtes ten opsigte van die visuele voorstellings
  'n Beperking bestaan in die visuele voorstelling van die emosie *verwagting*. Die visuele voorstelling is volgens die navorser nie toereikend genoeg nie.

- aanbieding van ontwikkelingstake
  Daar is gevind dat die ouers 'n groter behoefte toon na insig ten opsigte van die ontwikkelingstake van die adolessent. Die navorser het bevind dat die ouers min insig toon in die aard en ontwikkeling van die adolessent. Meer tyd en aandag behoort aan die afdeling gespandeer te word.

5. AANBEVELINGS

Hierdie program kan aanbeveel word vir alle volwasennes wat met ouers van adolessente te doen het:

- **Opvoedkunde**
  - Onderwysers van leerders met spesiale onderwysbehoeftes
  - Voorligtingsonderwysers
  - Onderwysers in die sekondêre skool

- **Sielkunde**
  - Opvoedkundige Sielkundiges
  - Kliniese Sielkundiges
  - Beroeps Sielkundiges
  - Sielkundiges wat met ouerbegeleiding in die praktyk te doen het

- **Maatskaplike werk**
  - Enige Maatskaplike werker wat in die gesinskonteks praktiseer.

6. SLOT

Die kommunikasie van emosies gebaseer op die emosionele intelligensieteorie is in hierdie studie bespreek ter bemagtiging van ouers van adolessente. Hierdie studie bevat riglyne en aanbevelings wat volgens die navorser dinamies en suksesvol in die praktyk geïmplementeer kan word.

Die navorser is van mening dat bogenoemde riglyne waardevol binne die kontekste van Opvoedkundige Sielkunde, Opvoedkunde, Sielkunde en Maatskaplike werk toegepas kan word. Die hoop word uitgespreek dat die hierdie riglyne die weg sal baan vir verdere navorsing in dié verband.