

BIBLIOGRAFIE

- AALBERTS, C., GAGIANO, C.A. & TALJAARD, J.J.F. 1985. Die waarde van neuro-endokriene toetse in die diagnose van die major depressiewe episode. Suid-Afrikaanse tydskrif vir Wetenskap, 81:396.
- ABIDIN, R.R. & CARTER, B.D. 1980. Workshop and parent groups. (In Abidin, R.R., ed. Parent education and intervention handbook. Springfield: Charles C. Thomas Publisher. p. 107-129.)
- ACKERMAN, C.J. 1988. Selfmoordhandelinge by adolessente in die R.S.A.: Epidemiologie, etiologie en die voorkomende rol van die skool. Tydskrif vir Geesteswetenskappe, 28(1) : 7-25, Des.
- ANDERSON, J.L. & SIMONTICH, B. 1981. Reactive depression in youths experiencing emancipation. Child Welfare, 60(2) : 383-390, Jun.
- ARIETI, S. & BEMPORAD, J. 1980. Severe and mild depression: The Psychotherapeutic approach. London: Tavistock.
- ARNOLD, L.E. 1978. Strategies and tactics of parent guidance. (In Arnold, L.E., ed. Helping parents help their children. New York: Brunner/Mazel Publishers, p.3-21.)
- ARO, H. 1994. Risk and protective factors in depression: a developmental perspective. Acta Psychiatrica Scandinavia, 89 (Suppl.377): 59-64.
- ASARNOW, J. R. & CARLSON, G. A. 1988. Childhood depression: Five-year outcome following combined Cognitive-behaviour therapy and Pharmacotherapy. American Journal of Psychotherapy, 42(3): 456-464, Jul.

- ATWATER, E. 1983. Adolescence. Englewood Cliffs, N.J.: Prentice-Hall.
- BAKER, P. 1983. Basic Child Psychiatry. 4th ed. London: Granada.
- BARBER, B.L. & LYONS, J. M. 1994. Family processes and adolescent adjustment in intact and remarried families. Journal of Youth and Adolescence, 123(4): 421-436, Aug.
- BARRETT, R. 1983. Depressiwiteit - hoe om dit te oorwin. Kaapstad: Lux Verbi.
- BAUER, A.M. 1987. A teacher's introduction to childhood depression. The Clearing House, 61(2) : 81 - 84, Oct.
- BAUER, B & DE LANGE, G. 1985. How the subject teacher can assist the lonely teenager. Educational Journal, 95(2):34-35, Sept.
- BAUMRIND, D. 1991. Parenting styles and adolescent development. (In Encyclopedia of Adolescence, 2: 746-758.)
- BAUMRIND, H.W. 1971. Adolescent development. Scranton: Intext Educational Publishers.
- BECK, A.T. 1967. Depression: Clinical, experimental and theoretical aspects. New York: Harper & Row.
- BECK, A.T. 1983. Cognitive therapy of depression: New Perspectives. (In Clayton, P.J. & Barret, J.E. Treatment of depression: Old controversies and new approaches. New York: Raven Press, p.71-82.)
- BECKER. J. 1974. Depression: Theory and research. New York: John Wiley & Sons.

- BEHR, B., CILLIERS, E. & MEYER, C. 1988. Tiener in die kol. Pretoria: Dibukeng.
- BELKIN, G.S. 1975. Practical counseling in the schools. Iowa: William C. Brown Company Publishers.
- BEMPORAD, J.R. 1988. Psychodynamic treatment of depressed adolescents. Journal of Clinical Psychiatry, 49(9): 26-31, Sept.
- BERK, L.E. 1991. Child Development. Second Edition. Boston: Allyn and Bacon.
- BERNDT, D.J., DAISER, C.F. & VAN AALST, F. 1982. Depression and self-actualization in gifted adolescents. Journal of Clinical Psychology, 38(1):142-150, Jan.
- BIRLESON, P. 1981. The validity of depressive disorder and the development of a self - rating scale: A research report. Journal of Child Psychology and Psychiatry Allied Disciplines, 22(1) : 73-88, Jan.
- BLACKER, R., THOMAS, J. & CLARE, A. 1995. Diagnosing depressive disorder in general practice. Psychiatry in Practice, 2(4):30-36, Jul./Aug.
- BOTHA, M.J. & BARNARD, A.G. 1986. Die depressiewe kind: identifisering en hulpverlening in pedagogiese perspektief. (Referaat gelewer tydens 'n simposium van die Opvoedkundige Hulpdiens van die TOD op 14-16 Julie). Pretoria.
- BRAGE, D. & MEREDITH, W. 1994. A causal model of adolescent depression. The Journal of Psychology, 128(4): 455-468.
- BRAZELTON, B. 1983. Depressie kan tot selfmoord lei. Sarie Marais: 39-41, Apr.

- BREEDT, D.G. 1984. Aard van depressie - 'n teologiese benadering. (In Van Jaarsveld, P.J., red. Depressie. Potchefstroom: P.U. vir C.H.O. p.15-20.)
- BROUGHTON, J.M. 1981. The devided self in adolescence. Human Development, 24: 13-32.
- BROWN, R.A. & LEWINSOHN, P.M. 1984. A psychoeducational approach to the treatment of depression: Comparison of group, individual, and minimal contact procedures. Journal of Consulting and Clinical Psychology, 52(5): 774-783.
- BROWN, R.T., BORDEN, K., CLINGERMAN, S.R. & JENKINS, P. 1988. Depression in attention deficit-disordered and normal children and their parents. Child Psychiatry and Human Development, 18(3):119-132, Spring.
- BUCKBERG, J. 1986. Depression in the medically ill. Psychiatry and Clinical Psychology in Practice, 1(3): 10-12, Jun.
- BURBACH, D.J., KASHANI, J.H. & ROSENBERG, T.K. 1989. Parental bonding and depressive disorders in adolescents. Journal of Child Psychology and Allied Disciplines, 30(3): 417-429.
- BURROWS, G.D. & DENNERSTEIN, L. (Ed). 1988. Handbook of hypnosis and psychosomatic medicine. Amsterdam: Elsevier/North-Holland Biomedical Press.
- BUYS, P.J. 1987. Die praktiese uitvoerbaarheid van die Doeltreffende Ouerskapleiding (DOL) van Thomas Gordon deur die Onderwysadviseur: Voorligting. Referaat gelewer by die simposium vir die Opvoedkundige Hulpdiens van die TOD gehou op 13-15 April 1987 te Pretoria. Pretoria.

- CANTWELL, D.P. 1983. Family genetic factors (In Cantwell, D. P. & Carlson, G.A., eds. Affective disorders in childhood and adolescence. An update. New York: M.T.P. Press Ltd.)
- CANTWELL, D.P. & BAKER, L. 1983. (In Petti, T.A., ed. Childhood Depression .New York: The Haworth Press.)
- CANTWELL, D.P. & CARLSON, G.A. (Ed.) 1983. Affective disorders in childhood and adolescence. An update. New York: M.T.P. Press limited.
- CARSON, R.C., BUTCHER, J.N. & COLEMAN, J.C. 1988. Abnormal Psychology and modern life. 8th Edition. Glenview, Illinois: Scott, Foresman and Co.
- CHAN, D.W. 1994. Depressive symptoms and coping strategies among Chinese adolescents in Hong Kong. Journal of Youth and Adolescence, 24(3): 267-279.
- CLAIBORN, C.D. & STRONG, S.R. 1982. Group counseling in the schools. (In Reynolds, C.R. & Gutkin, T.B. ed. The Handbook of School Psychology. New York: John Wiley & Sons. p.530-553.)
- CLARIZIO, H.F. 1985. Cognitive-behavioural treatment of childhood depression. Psychology in the Schools, 22: 308-320, Jul.
- COLE, D.A. & REHM, L. P. 1986. Family interaction patterns and childhood depression. Journal of Abnormal Child Psychology, 14(2): 297-314.
- COLEMAN, J.C. 1980. The nature of adolescence. London: Methuen.
- COLEMAN, J.C., BUTCHER, J.N. & CARSON, R.C. 1984. Abnormal Psychology and modern life. Glenview: Scott, Foresman and Company.

- COSTELLO, C.G. 1978. A critical review of Seligman's laboratory experiments on learned helplessness and depression in humans. Journal of Abnormal Psychology, 78(1):21-31.
- CYTRYN, L & McKNEW, D. 1985. Treatment issues in childhood depression. Psychiatric Annals, 15(6): 401-403.
- CYTRYN, L & McKNEW, D.H. (Jr.) 1979. Disturbances in development. (In Noshpitz, J.D., ed. Basic Handbook of Child Psychiatry. Vol 2. New York: Basic Books, Inc. Publishers.)
- D'AURORA, D.L. & FIMIAN, M.J. 1988. Dimensions of life and school stress experienced by young people. Psychology in the Schools, 25:44-53, Jan.
- DAVIS, P.A. 1983. Suicidal adolescents. Illinois: Charles C Thomas.
- DE JONG, M.L. 1992. Attachment, individuation, and risk of suicide in Late adolescence. Journal of Youth and Adolescence, 21(3): 357-373.
- DE MAN, A., DOLAN, D., PELLETIER, R. & REID, C. 1994. Adolescent running away behavior: Active or passive avoidance? Journal of Genetic Psychology, 155(1): 59-64, Mar.
- DE VARON, T. 1972. Growing up. (In Keagan, J. & Coles, R., eds. Twelve to sixteen: Early adolescence. New York: W.W. Norton & Company, Inc. p. 337-348.)
- DE VILLIERS, I.L. 1983. Depressie: die siekte van ons tyd. Kaapstad: Tafelberg Uitgewers Bpk.

- DE WET, J.J., MONTEITH, J.L. DE K., VENTER, P.A. & STEYN, H.S. 1981. Navorsingsmetodes in die Opvoedkunde. 'n Inleiding tot empiriese navorsing. Durban: Butterworth.
- DE WET, J.M. & VENTER, C.J.H. 1987. Depressie vanuit mediese en pastorale perspektief. Potchefstroom: P.U. vir C.H.O. 22p. (Studiestuk no. 234/87).
- DEIST, F. 1990. Verstaan jou ouers. Kaapstad: Tafelberg.
- DOHERTY, J. & DAVIES, C. 1984. The psychological effects of unemployment on a group of adolescents. Educational Review, 36(3): 217-228. Nov.
- DU PLESSIS, W.F. 1984. Psigiese probleme by jongmense. Woord en Daad, 24 (263): 15-16, Jul.
- DUNBAR, J. & FRIEDMAN, L. & ANTON, J. L. 1976. Anticipation training in the treatment of depression. (In Krumboltz, J.D. & Thoresen, C.E., ed. Counseling Methods. New York: Holt, Rinehart and Winston. p.67-83.)
- EICHORN, D.H. 1980. Biological development. (In Adams, J.F., ed. Understanding adolescence. Current developments in adolescent psychology. Boston: Allyn & Bacon, Inc. p. 54-77.)
- EISNER, J.P. & SELIGMAN, M.E.P. 1994. Self-related cognition, learned helplessness, learned optimism, and human development. (In The International Encyclopedia of Education. 2nd ed. 9:5403-5407.)
- ELOFF, M.E. 1982. Die evaluering van 'n ouerbegeleidingsprogram. Johannesburg. 136p. (Verhandeling M.A. Voorligtingsielkunde) - RAU.

- ENGELBRECHT, C.S., KOK, J.C. & VAN BILJON, S.S. 1982. *Volwassewording*. Durban: Butterworth en Kie.
- ENOCH, M.D. 1983. *Healing the hurt mind. Christian faith and clinical psychiatry*. London: Hadder and Stoughton.
- EPSTEIN, M.H. & CULLINAN, D. 1986. Depression in Children. Journal of School Health, 56(1): 10-12, Jan.
- EWART-SMITH, M. 1995. Headway. The forum for mutual exchange between GP and Psychiatrist. Psychiatry in Practice, 2(4): 54, Jul./Aug.
- FICHMAN, L., KOESTNER, R. & ZUROFF, D.C. 1993. Depressive styles in adolescence:- Assessment, relation to social functioning, and developmental trends. Journal of Youth and Adolescence, 23(3): 315-330.
- FINCH, A.J. (Jr.) 1985. Children's Depression Inventory:- Sex and grade norms for normal children. Journal of Consulting and Clinical Psychology, 54(3): 424-425.
- FINE, M.J. 1980. The Parent Education Movement: An Introduction. (In Fine, M.J., ed. *Handbook on Parent Education*. New York: Academic Press.)
- FINE, S., FORTH, A., GILBERT, M. & HALEY, G. 1991. Group therapy for adolescent depressive disorder:- A comparison of social skills and therapeutic support. Journal of the American Academy of Child Adolescence Psychiatry, 30(1): 79-85, Jan.
- FLETCHER, M. 1993. *Youth: The Endangered Species*. Kilsyth: Word Publishing.
- FRANKL, V. 1975. *Waarom lewe ek*. Hollandsch Afrikaansche Uitgewers Maatschappij: Pretoria.

- FRANKL, V.E. 1975. *The Unconscious God*. New York: Simon & Schuster.
- FREDEN, L. 1982. *Psychosocial aspects of depression*. New York: John Wiley & Sons.
- FRYMIER, J. 1988. Understanding and preventing teen suicide. Phi Delta Kappan, 70(4): 290-293.
- GAGIANO, C.A. & LOUW, D.A. 1990. Psigologiese perspektiewe vir algemene praktisyns: Die behandeling van depressiewe versteurings. Geneeskunde, 32(6): 13-20, Jul.
- GARBARINO, J. 1985. *Adolescent development*. Columbus:- Charles E. Merrill Publishing Company.
- GARBERS, J.G., WIID, A.J.B., MYBURGH, C.P.H., VAN BILJON, S.S. & FOURIE, C.M. 1983. *Adolesensie: Ontwikkelingspatrone van Afrikaanssprekende skoolgaande jeug*. Durban/Pretoria: Butterworths.
- GARLAND, A.F. & ZIGLER, E.F. 1994. Psychological correlates of help-seeking attitudes among children and adolescents. American Journal of Orthopsychiatry, 64(4): 586-593, Oct.
- GERBER, C. 1988. Leer hoe jy stres hanteer. Beeld, 23 Mrt.
- GERDES, L.C. 1988. *Die ontwikkelende volwassene*. Durban: Butterworths.
- GINOTT, H.G. 1965. *Tussen ouer en kind. Nuwe oplossings vir ou probleme*. Kaapstad: Tafelberg.

- GITTELMAN-KLEIN, R. 1977. (In Schulterbrandt, J.G. & Raskin, A. ed. Depression in childhood: Diagnosis, treatment and conceptual models. New York: Raven Press. p.69-79.)
- GOLDINGS, H.J. 1979. (In Noshpitz, J.D. ed. Basic handbook of child psychiatry. Vol 4. Prevention and current issues. New York: Basic Books.)
- GOLDMAN, M.N. 1994. Emotional disorders. New York:- Marshall Cavendish.
- GOLDSTEIN, D., PAUL, G. & SANFILIPPO-COHN, S. 1985. Depression and achievement in subgroups of children with learning disabilities. Journal of Applied Developmental Psychology, 6: 263-275.
- GORDON, T. 1980. Parent Effectiveness Training: A preventive program and its effects on families. (In Fine, M.J., ed. Handbook on Parent Education, New York: Academic Press. p.101-119.)
- GOUWS, L.A. 1984. Wat veroorsaak depressie? (In Van Jaarsveld, P.J., red. Depressie. Potchefstroom: P.U. vir C.H.O.)
- GOUWS, L.A., LOUW, D.A., MEYER, W.F., & PLUG, C. 1979. Psigologie Woordeboek. Johannesburg: McGraw-Hill Boekmaatskappy.
- GRABER, J.A. & PETERSEN, A. C. 1991. Cognitive changes at adolescence: Biological perspectives. (In Gibson, K.R. & Petersen, A.C., eds. Brain maturation and cognitive development. New York: Aldine De Gruyter. p.253-279.)
- GREYDANUS, D.E. 1986. Depression in adolescence. Journal of Adolescent Health Care, 7: 1095-1205, Nov.

- GREYLING, B.C. 1984. (In Van Jaarsveld, P.J., red. Depressie. Potchefstroom: P.U. vir C.H.O.)
- HAFEN, B.Q. & PETERSON, B. 1982. The crisis intervention handbook. Englewood Cliffs: Prentice-Hall.
- HAMACHEK, D.E. 1980. Psychology and development of the adolescent self. (In Adams, J.F. ed. Understanding adolescence. Current development in adolescent psychology. Boston: Allyn & Bacon. p. 78-109.)
- HANDFORD, H.A., MATTISON, R., HUMPHREY, F.J. & McLAUGHLIN, R.E. 1985. Depressive syndrome in children entering a residential school subsequent to parent death, divorce, or seperation. Journal of the American Academy of Child Psychiatry, 25(3): 409-414.
- HARMAN, D & BRIM, O.G. (Jr.). 1980. Learning to be parents. Principles, programs, and methods. Beverley Hills: Sage Publications.
- HARRINGTON, R. 1995. Depressive disorder in adolescence. Psychiatry in Practice , 2(4):6-8, Jul./Aug.
- HERMAN, S.L. & LESTER, D. 1994. Physical symptoms of stress, depression and suicidal ideation in high school students. Adolescence, 29(115): 639-641, Fall.
- HEYNS, A.M. 1985. 'n Gespanne of daadkragtige jeug? Woord en Daad, 25(280): 15-16, Des.
- HIGHLAND, A.C. 1979. Depression in adolescents: A developmental view. Child Welfare, 58(a): 577-585, Nov.

- HONIG, A.S. 1986. Stress and coping in children, Young Children, 41(5): 47-57, Jul.
- HOPKINS, J.R. 1983. Adolescence. The transitional years. New York: Academy Press.
- HUNTINGTON, D.D. & BENDER, W.N. 1993. Adolescents with learning disabilities at risk? Emotional well-being, depression, suicide. Journal of Learning Disabilities, 26(3): 159-166, Mar.
- HUSTON-STEIN, A. & WELCH, R.L. 1980. Sex role development and the adolescent. (In Adams, J.F. ed. Understanding adolescence. Current developments in adolescent psychology. Boston: Allyn & Bacon. p. 229-261.)
- JACOBS, E.E., HARVILL, R.L. & MASON, R.L. 1988. Group Counseling. California: Brooks/Cole Publishing Company.
- JARRET, B. & RUSH, A.J. 1988. Cognitive therapy for depression. (In Flach, F. ed. Affective Disorders No. 3. New York: W.W. Norton & Company.)
- JAYCOX, L.H., REIVICH, K.J., GILLHAM, J. & SELIGMAN, M.E.P. 1994. Prevention of depressive symptoms in school children. Behaviour Research and Therapy, 32(8): 801-816, Nov.
- JEWETT, C.L. 1982. Helping children cope with separation and loss. Harvard: The Harvard Common Press.
- JOFFE, M.B. 1986. Parental attributions and depression in children. Johannesburg. R.A.U. (Dessertation (MA)).
- JOHNSON, K. 1989. Trauma in the lives of children. London: Macmillan Education Ltd.

- JORDAAN, W.J., JORDAAN, J.J. & NIEWOUDT, J.M. 1979. Algemene Sielkunde: 'n Psigologiese benadering. Johannesburg:- McGraw-Hill Boekmaatskappy.
- JOUBERT, H.G. 1990. Die voorkoms van depressie by 'n groep st. 5-leerlinge. Potchefstroom: P.U. vir C.H.O. (Verhandeling-M.Ed.).
- KAHN, J.S., KEHL, T.J., JENSON, W.R. & CLARK, E. 1990. Comparison of cognitive-behavioral, relaxation, and selfmodeling interventions for depression among middle-school students. School Psychology Review, 19(2): 196-211.
- KASHANI, J.H., HOSAIN, A., SHEKIM, W.O., HODGES, K.K., CYTRYN, L & Mc KNEW, D.H. 1981. Current perspectives on childhood depression: An overview. American Journal of Psychiatry, 138(2): 143-153.
- KAZDIN, A.E. & PETTI, T.A. 1982. Self-report and interview measures of childhood and adolescent depression. Journal of Child Psychology and Psychiatry and Allied Disciplines, 23(4): 437-457, Oct.
- KENDAL, P.C., KORTLANDER, E., CHANSKY, T.E. & BRADY, E.U. 1992. Comorbidity of anxiety and depression in youth: Treatment Implications. Journal of Consulting and Clinical Psychology, 60(6): 869-880.
- KENDALL, P.C. 1993. Cognitive-Behavioral Therapies with Youth: Guiding Therapy, Current Status and Emerging Developments. Journal of Consulting and Clinical Psychology, 61(2): 235-247, Apr.
- KONOPKA, G. 1991. Adolescence, Concept of, and requirements for health development (In Encyclopedia of Adolescence, 1: 11.)

- KORUP, U.L. 1985. Parent and teacher perception of depression in children. Journal of School Health, 15(a): 367-369, Nov.
- KUPFER, D.J. & FRANK, E. 1981. Current concepts: Depression. Pittsburgh: The Upjohn Company.
- LANDMAN, W.A., HILL, J.S., COETZEE, R.A., MOLLER, A.K. & VAN DYK, C.J. 1980. Navorsingsmetodologie vir Onderwysstudente. Durban: Butterworth.
- LATEGAN, B.M. 1979. Groeopleiding van ouers as terapeutiese intervensie by kinders met emosionele en gedragsprobleme. (Verhandeling (M.A. Kliniese Sielkunde) - Unisa).
- LAYNE, C. & BERRY, E. 1983. Motivational deficit in childhood depression and hyperactivity. Journal of Clinical Psychology, 39(4): 523-531. Jul.
- LEFKOWITZ, M.M. & BURTON, N. 1978. Childhood depression: A critique of the concept. Psychological Bulletin, 85(4): 716-726.
- LEFKOWITZ, M.M. & TESINY, E.P. 1985. Depression in children. Prevalence and correlates. Journal of Counselling and Clinical Psychology, 53(5): 647-656.
- LEVINSON, B. 1985. Classification of depression. South African Medical Journal, 68(9): Suppl. 28026. Oct.
- LEWINSOHN, P.M. 1976. Activity schedules in treatment of depression (In Krumboltz, J.D. & Thoresen, C.E. ed. Counseling Methods. New York: Holt, Rinehart and Winston. p.74-83.)

- LEWINSOHN, P.M., HOPS, H., ROBERTS, R.E., SEELEY, J.R. & ANDREWS, J.A. 1993. Adolescent psychopathology: prevalence and incidence of depression and other DSM-III-disorders in high school students. Journal of Abnormal Psychology, 102: 133-144, Feb.
- LINDSLEY, O. 1978. Teaching parents to modify their children's behaviour. (In Arnold, L.E., ed. Helping Parents Help their children. New York: Brunner/Mazel Publishers. p.3-21.)
- LINTNER, B. 1991. Living with Teenagers. London: Macdonald & Co. (publishers) Ltd.
- LIPSKER, L.E. & OORDT, R. 1990. Treatment of Depression in Adolescents:- A Christian Cognitive-behaviour Therapy Approach. Journal of Psychology and Christianity, 9(4): 25-33, Winter.
- LOUW, D.A. 1982. Inleiding tot die Psigologie. Isando: Mc Graw-Hill.
- LOUW, D.A. & VAN JAARSVELD, P.E. 1989. Gemoedsversteurings. (In Louw, D.A., red. Suid-Afrikaanse Handboek van Abnormale Gedrag. Jhb. & Kaapstad: Southern Boek Uitgewers.)
- LOUW, D.A. red. & VAN JAARSVELD, P.E. 1989. Suid-Afrikaanse Handboek van Abnormale Gedrag. Southern Boekuitgewers: Johannesburg en Kaapstad.
- LOUW, D.A., GERDES, L.C. & MEYER, W.F. 1984. Menslike ontwikkeling. Pretoria: HAUM.
- MAHONEY, M.J. & ARNKOFF, D.B. 1978. Cognitive and self-control therapies. (In Ellis, A. & Grieger, R., ed. Handbook of psychotherapy and behavior change. New York: John Wiley.)

- MALMQUIST, C.P. 1977. Childhood depression: A clinical and behavioral perspective. (In Schulterbrandt, J.G. & Raskin, A. ed. Depression in Childhood: Diagnosis, treatment and conceptual models. New York: Raven Press.)
- MANASTER, G.J. 1977. Adolescent development and the life tasks. Boston: Allyn and Boston, Inc.
- MARAIS, J.L. 1994. Lewensopvoeding vir onderwysstudente (Departement Psigo-Opvoedkunde, Voorligting en Ortopedagogiek). Potchefstroom:- PU vir CHO. 97p. (Diktaat D 21/94).
- MARKMAN, H.J. & LEONARD, D.J. 1985. Marital discord and children at risk. (In Frankenburg, W.K., Emdle, R.N. & Sullivan, J.W. Early identification of children at risk. An international perspective. New York: Plenum Press.)
- MAXWELL, B.E. 1992. Hostility, Depression, and Self-Esteem Among Troubled and Homeless Adolescents in Crisis. Journal of Youth and Adolescence, 21(2): 139-150.
- MCCORMACK, M. 1985. The generation gap. London: Constable.
- McCOY, K. 1982. Coping with teenage depression. New York & Scarborough, Ontario: New American Library Mosby.
- McFARLANE, A.H., BELLISSIMO, A., NORMAN, G.R. & LANGE, P. 1994. Adolescent Depression in a School-Based Community Sample: Preliminary findings on Contributing Social Factors. Journal of Youth and Adolescence, 23(6): 601-620.
- McKNEW, D.H. (Jr.), CYTRYN, L. & YAHRAES, H. 1983. Why Isn't Johnny Crying? Coping with depression in Children. New York/London: W.W. Norton & Company.

- MENDELS, J. 1970. Concepts of depression. New York: Wiley.
- METHA, M. 1990. A Comparative Study of Family-based and patient-based Behavioral Management in Obsessive - Compulsive Disorder. British Journal of Psychiatry, 157: 133-135.
- MOLL, A. 1987. Ouerskap is nie kinderspeletjies nie. Pretoria: Gutenberg Boekdrukkers.
- MÖLLER, A.T. 1985. Rationeel-emosionele terapie in die praktyk. Stellenbosch: Universiteit Uitgewers.
- MONTEITH, J.L. DE K. 1986. Opvoeding en ontwikkeling tot identiteitsekerheid. (In Monteith, J.C. de K., Postma, F., Scot, M. & Van der Westhuizen, G.J. Die opvoeding en ontwikkeling van die adolessent. Potchefstroom: P.U. vir C.H.O.)
- MONTEITH, J.L. DE K., POSTMA, F., SCOT, M. & VAN DER WESTHUIZEN, G.J. 1986. Die opvoeding en ontwikkeling van die adolessent. (Diktaat (113/86) - P.U. vir C.H.O.)
- MORETTI, M.M., FRINE, S., HALLEY, G. & MARRIAGE, K. 1985. Childhood and adolescent depression: Child-reports versus parent-report information. Journal of American Academy of Child Psychiatry, 24(3): 298-302.
- MORRIS, M. 1982. Childhood Depression: Prevention, Early Identification, and Remediation. Guidance Worker, 38(2): 15-23, Nov./Dec.
- MUFSON, L., MOREAU, D., WEISSMAN, M.M., WICKRAMA-RATNE, P., MARTIN, J. & SAMOILOV, A. 1994. Modification of interpersonal psychotherapy with depressed adolescents (IPT-A): Phase I and II studies. Journal of the American Academy of Child and Adolescent Psychiatry, 33(5): 695-705, Jun.

- MULLINS, L.L., LAWRENCE, J.S. & KAY, H. 1985. Cognitive problemsolving and life event correlates of depressive symptoms in children. Journal of Abnormal Child Psychology, 13(2): 305-314, Jun.
- MUSSEN, P.H., CONGER, J.J., KAGAN, J. & HUSTON, A.C. 1990. *Child Development and Personality*. New York: Harper Collins Publishers.
- NELSEN, J. & LOTT, L. 1991. *I'm on your side*. Rocklin: Prima Publishing.
- NICHOLI II, A.M. 1983. Why can't I deal with depression. Christianity Today, 38-41. Nov.
- NOLEN-HOEKSEMA, S. & GIRGUS, J.S. 1994. The emergence of gender-differences in depression during adolescence. Psychological Bulletin, 115(3): 424-443, May.
- OFFER, D. & CHURCH, R.B. 1991. Generation Gap (In Encyclopedia of Adolescence, 1: 397-399.)
- OHLSSEN, M.M., HORNE, A.M. & LAWE, C.F. 1988. *Group Counseling (Third edition)*. New York: Holt, Reinhart and Winston, Inc.
- PAIKOFF, R.L., CARLTON-FORD, S. & BROOKS-GUNN, J. 1993. Mother-daughter Dyads View the Family:- Associations between Divergent Perceptions and Daughter Well-Being. Journal of Youth and Adolescence, 22(5): 473-492, Oct.
- PALOSAARI, U. & ARO, H. 1994. Effect of timing of parental divorce on the vulnerability of children to depression in young adulthood. Adolescence, 29(115): 681-690, Fall.
- PEARCE, J. 1977. Depressive disorder in childhood. Journal of Child Psychology and Psychiatry, 18: 79-82.

- PERKINS, H.V. 1974. Human development and learning. California: Wadworth.
- PETTI, T.A., (ed). 1983. Childhood Depression. New York: The Haworth Press.
- PISTORIUS, P. 1976. Kind in ons midde. Kaapstad: Tafelberg.
- POSTMA, F. 1986. Die sosiale ontwikkeling van die adolessent. (In Monteith, J.L. de K., Postma, F., Scot, M. & Van der Westhuizen, G.J. Die opvoeding en ontwikkeling van die adolessent. Potchefstroom: P.U. vir C.H.O. p93-117.)
- PRETORIUS, J.W.M. 1988. Opvoeding, Samelewing, Jeug. Pretoria: J.L. van Schaik (Edms.) Bpk.
- PRETORIUS, T.B. & DIEDRICKS, M. 1994. Problem-solving, appraisal, social support and stress-depression relationship. South African Journal of Psychology, 24(2): 86-90, Jun.
- PROUT, H.T. & BROWN, D.T., (ed). 1983. Counseling and Psychotherapy with children and adolescents: Theory and Practice for school and clinic settings.
- PRUGH, D.G. & ECKHARDT, L.O. 1978. Guidance by physicians and nurses: A developmental approach. (In Arnold, L.E., ed. Helping parents help their children. New York: Brunner/Mazel Publishers. p.345-362.)
- PUGH, G. 1984. Parent education in action. Early Childhood Development and Care, 13: 249-276.
- PUIG-ANTICH, J., CHAMBERS, W.J. & TABRIZI, M.A. 1983. (In Cantwell, D.P. & Carlson, G.A. Affective disorders in childhood and adolescence. An update. New York: M.T.P. Press Ltd.)

- RACHMAN, A.W. 1975. Identity Group Psychotherapy with adolescents. Springfield: Charles C. Thomas Publishers.
- RAMSEY M. 1994. Student depression: General treatment dynamics and symptom specific interventions. The School Counselor, 41: 256-262, March.
- REED, M.K. 1994. Social skills training to reduce depression in adolescents. Adolescence, 29(114): 293-302, Summer.
- RENOUF, A.G. & KOVACS, M. 1994. Concordance between mothers' reports and children's self-reports of depressive symptoms: A longitudinal study. Journal of the American Academy of Child and Adolescent Psychiatry, 33(2): 208-216, Feb.
- REYNOLDS, W.M. 1984. Depression in children and adolescents: Phenomenology, evaluation and treatment. School Psychology Review, 13(2): 171-179, Spring.
- REYNOLDS, W.M. 1990. Depression in children and adolescents: Nature, diagnosis, assessment and treatment. School Psychology Review, 19(2): 158-173.
- REYNOLDS, W.M., ANDERSON, G. & BARTELL, N. 1985. Measuring depression in children:- A multimethod assessment investigation. Journal of Abnormal Child Psychology, 13(4): 513-526.
- REYNOLDS, W.M. & COATS. K.I. 1986. A comparison of cognitive-behavioural therapy and relaxation training for the treatment of depression in adolescents. Journal of Consulting and Clinical Psychology, 54(5): 653-660, Oct.
- RICH, A.R. & BONNER, R.L. 1989. Support for a pluralistic approach to the treatment of depression. Journal of College Student Development, 30: 426-431, Sept.

- ROBERTS, R.E. & SOBHAN, M. 1992. Symptoms of depression in adolescence: A comparison of Anglo, African, and Hispanic Americans. Journal of Youth and Adolescence, 21(6): 639-651.
- ROBINSON, L.M. 1985. 'n Sisteembenadering tot die aanbieding van ouerbegeleidingsprogramme. Johannesburg. 146p. (Verhandeling (M.A. Voorligtingsielkunde) - RAU).
- ROETS, H.S. 1990. Riglyne vir 'n groepterapeutiese begeleidingsprogram vir die vroeë adolessente dogter. Pretoria. 268p. (Proefskrif (D.Ed.) - Universiteit van Suid-Afrika).
- ROHDE, P. 1994. Response of depressed adolescents to cognitive-behavioral treatment: Do differences in initial severity clarify the comparison of treatment? Journal of Consulting and Clinical Psychology, 62(4): 851-854, Aug.
- ROTUNDO, N. & HENSLEY, V.R. 1985. The Children's Depression Scale. A study of its validity. Journal of Child Psychology & Psychiatry, 26(6): 917-927.
- ROUX, K. 1986. 'n Ouerbegeleidingsprogram met die adolessent as vennoot. Johannesburg. 295p. (Verhandeling (M.A. Voorligtingsielkunde) - RAU).
- RUTTER, M. 1971. Parent-child separation. Psychological effects on the children. Journal of Child Psychology and Psychiatry, 12: 233-260.
- SANTROCK, J.W. 1981. Adolescence. An introduction. Iowa: W.M.C. Brown Publishers.
- SANTROCK, J.W. & YUSSEN, S.R. 1984. Children and adolescents. A developmental perspective. Iowa: W.M.C. Brown Publishers.

- SAUNDERS, A. & REMSBERG, B. 1987. Leer jou kind stres hanteer. 'n Gids vir liefdevolle ouers. Kaapstad: Lux Verbi.
- SCHWARTZ, M., FRIEDMAN, R., LINDSAY, P. & NAROOOL, N. 1982. The relationship between conceptual tempo and depression in children. Journal of Consulting and Clinical Psychology, 50(4): 483-490.
- SCOT, M. 1986. Sedelike ontwikkeling. (In Monteith, J.L. de K., Postma, F., Scot, M. & Van der Westhuizen, G.J. Die opvoeding en ontwikkeling van die adolessent. Potchefstroom: P.U. vir C.H.O. p.151-180.)
- SEBALD, H. 1984. Adolescence: A social psychological analysis. New Jersey: Prentice-Hall.
- SEIFERT, K.L. & HOFFNUNG, R.J. 1991. Child and adolescent development. Boston: Houghton Mifflin Company.
- SERFONTEIN, T. 1991. Die Geestesgesondheid van die jeug: 'n Sosiopedagogiese perspektief. Lycra Academica, 6(1): 46-60.
- SHILLING, L.E. 1984. Perspectives on counselling theories. New Jersey: Prentice Hall.
- SILBER, A. 1988. Principles of psychoanalytically orientated therapy for depression and mania. (In Georgotas, A. & Cancro, R., ed. Depression and Mania, New York: Elsevier.)
- SIRRIDGE, T. 1980. Transactional analysis: Promoting OK'ness. (In Fine, M.J. ed. Handbook on parent education. New York: Academic Press. p.123-152.)
- SMIT, A.G. 1980. Groepvoorigting in die sekondêre skool. Durban:- Butterworth.

- SMITH, P.K. & COWIE, H. 1991. Understanding children's development. (Second Edition). Oxford: Basil Blackwell Ltd.
- SMITH, T.G. 1990. Tydige identifisering van depressie by die potensieel ernstig depressiewe adolessent. Pretoria. 146 p. (Proefskrif (D.Ed.) - Universiteit van Suid-Afrika).
- SOMMER, B.B. 1978. Puberty and adolescence. New York: Oxford University Press.
- SPIRITO, A., HART, K., OVERHOLSER, J. & HALVERSON, J. 1990. Social skills and depression in adolescent suicide attempts. Adolescence, 25(99): 543-552, Fall.
- STEIN, M.A. & O'DONNELL, A. 1985. Classification of children's behavior problems:- Clinical and quantitative approaches. Journal of Abnormal Child Psychology, 13(2): 269-280, Jun.
- STEINBERG, L. & LEVINE, A. 1992. You and your adolescent. A parent's guide for ages 10-20. London:- Edbury Press.
- STOUT, C.E. 1987. Mental illness, schools, and hospitals: What's going on? Educational Horizons, 65(3): 137-138, Spring.
- STRAUS, M.A. & KANTOR, G. K. 1994. Corporal punishment of adolescents by parents: A risk factor in the epidemiology of depression, suicide, alcohol abuse, child abuse, and wife beating. Adolescence, 29(115): 543-561, Fall.
- STROBER, M., McCracken, J. & HANNA, G. 1991 Affective Disorders. (In Encyclopedia of Adolescence, 1: 18-25.)
- STUPLE, D. 1987. RX for the suicide epidemic. English Journal, 76(1): 64-68, Jan.

- TARGET, M. & FONAGY, P. 1994. Efficacy of Psychoanalysis for children with emotional disorders. Journal of the American Academy of Child and Adolescent Psychiatry, 33(3): 361-371, Mar.-Apr.
- TAVORMINA, J.B. 1980. Evaluation and comparative studies of parent education. (In Abidin, R.R., ed. Parent education and intervention handbook. Illinois: Charles C. Thomas Publisher. p.130-152.)
- THAPAR, A. & MCGUFFIN, P. 1994. A twin study of depressive symptoms in childhood. British Journal of Psychiatry, 165(2): 259-265, Aug.
- THOM, D.P. 1984. Adolessensie. (In Louw, D.A., red. Gerdes, L.C. & Meyer, W.F. Menslike Ontwikkeling. Pretoria: HAUM p.339-404.)
- THOMPSON, C. 1995. Managing depression in general practice. Psychiatry in Practice, 2(4): 40-42, Jul./Aug.
- THOMPSON, S. & KAHN, J. 1988. The group process and family therapy: extensions and application of basic principles. Oxford: Pegamon Press.
- TRAD, P.V. 1987. Infant and childhood depression. Developmental factors. New York: John Wiley & Sons.
- TRANSVAALSE ONDERWYSDEPARTEMENT-ONDERWYSNAVORSINGSBURO. 1993. Temas vir Ouerondersteuningseminare. Pretoria.
- TURNER, R.M. & MACY, D.J. 1980. Involving parents in special programming. Journal of School Health, 50(5): 281-284, May.

- VAN DER WESTHUIZEN, T.W.B. & SCHOEMAN, W.J. 1984. Die Middelkinderjare. (In Louw, D.A., Gerdes, L.C. & Meyer, W.F. Menslike Ontwikkeling. Pretoria: HAUM.)
- VAN DER WALT, J.L. & DEKKER, E. I. 1983. Fundamentele Opvoedkunde vir Onderwysstudente. Pretoria: Promedia Publikasies.
- VAN NIEKERK, L. & VAN DER SPUY, D. 1994. Tieners gereed vir die lewe! Pretoria: J.P. van der Walt.
- VAN NIEKERK, P.A. 1990. Depressie en leerprobleme. Suid-Afrikaanse Tydskrif vir Opvoedkunde, 10(3): 276-281, Aug.
- VAN NIEKERK, P.A., red. VAN DER MERWE, A., OLIVIER, M., COETZEE, R., DU TOIT, P., JACOBS, C & KRUGEL, S. 1986. Die Opvoedkundige - Sielkundige. 'n Handleiding in die Opvoedkundige-Sielkunde. Stellenbosch: Universiteit Uitgewers.
- VAN WYK, J.D. 1983. Die Verhouding tussen ouer en kind. Pretoria: Human & Rousseau.
- VAN WYK, J.M. 1984. Die aard van depressie: 'n psigiatriese benadering. (In Van Jaarsveld, P.J., red. Depressie. Potchefstroom: P.U. vir C.H.O.)
- VAN ZYL, A.M. 1985. Depressiewe siekte by kinders. Continuing Medical Education, 3(1): 39-44, Dec.
- VINOGRADOV, S. & YALOM, I.D. 1989. Concise guide to group psychotherapy. Washington: American Psychiatric Press.
- VREY, J.D. & VENTER, M.E. 1984. Die adolessente selfkonsepskaal as klassifikasiemedium. Suid-Afrikaanse Tydskrif vir Opvoedkunde, 5(2): 99-104. Okt.

- WAY, N., STAUBER, H.Y., NAKKULA, M.J. & LONDON, P. 1993. Depression and substance use in two divergent high school cultures: A quantitative and qualitative analysis. Journal of Youth and Adolescence, 23(2): 331-341. Sept.
- WEINER, I.B. 1975. Manifestations of depression in adolescents. New York: John Wiley & Sons.
- WEISMAN, M. & KLERMAN, G. 1991. Depression in adolescence, gender differences. (In Encyclopedia of Adolescence, 1 : 210-214.)
- WILKES, T.C.R. & RUSCH, A.J. 1988. Adaptations of cognitive therapy for depressed adolescents. Journal of the American Academy of Child and Adolescent Psychiatry, 27(3): 381-385.
- WINDLE, M. 1992. Temperament and social support in adolescence: Interrelations with depressive symptoms and delinquent behaviours. Journal of Youth and Adolescence, 21(1): 1-21.
- WINDMILLER, M. 1980. Moral development and mental behaviour. (In Adams, J.F. ed. Understanding adolescence. Current developments in adolescent psychology. Boston: Allyn & Bacon. p.207-228.)
- WISSING, M.P. 1984. Aard, simptomatologie en kliniese beeld van depressie. Potchefstroom: P.U. vir C.H.O. p.1-2. (Voordragte gelewer tydens 'n eendagsimposium).
- WOOD, M.E. 1973. Children: The development of personality and behaviour. London: Harrop.
- WYCKOFF, J.L. 1980. Parent education programs: Ready, set, go! (In Fine, M.J. ed. Handbook on Parent Education. New York: Academic Press. p.293-316.)

YALOM, I.D. 1975. The theory and practice of group psychotherapy. New York: Basic Books.

Posbus 42
NIGEL
1490

19 April 1995

Die Uitvoerende Direkteur van Onderwys
Privaatsak X76
PRETORIA
2000

Meneer

TOESTEMMING VIR DIE AFNEEM VAN 'N SELFEVALUERINGSVRAELYS

Ek is tans besig met navorsing wat handel oor die begeleiding van die depressiewe adolescent binne gesins- en skoolverband en vra hiermee toestemming vir die afneem van 'n selfevalueringsvraelys, naamlik die "Children's Depression Inventory" (CDI), by 'n plaaslike hoërskool.

Die studie verloop onder die promotorskap van Prof. J.L. Marais van die PU vir CHO en behoort by voltooiing te voldoen aan die vereistes vir die toekenning van 'n Ph.D-graad.

'n Kopie van die vraelys word aangeheg.

Baie dankie

Die uwe

H.G. JOUBERT



BYLAAG B

REPUBLIC OF SOUTH AFRICA • REPUBLIEK VAN SUID-AFRIKA

Department of Education
Departement van Onderwys

Navrae: F.J. Untiedt
Enquiries
Verwysing: TOA 9-7-2/55/95
Reference:
Tel.: (012) 317-4071

Ex AV: TOD KOMPONENT
Ex HOA: TED COMPONENT
Privaatsak/Private Bag X76
PRETORIA
0001

20 Oktober 1995

Mnr. H.G. Joubert
Posbus 42
NIGEL
1490

Geagte mnr. Joubert

BEGELEIDING VAN DIE DEPRESSIEWE ADOLESSENT BINNE GESINS- EN SKOOLVERBAND

U versoek gedateer 1995-10-06, asook u telefoniese gesprekke met personeel van die Onderwysnavorsingsburo van die TOD-komponent op 1995-10-18 en 1995-10-19, het betrekking.

Die Gauteng-Departement van Onderwys verleen graag aan u toestemming om

- . 'n totaal van ongeveer 20 st. 7- en st. 8-leerlinge van die Hoërskool John Vorster (Nigel) 'n selfevalueringsvraelys naamlik die "Children's Depression Inventory", te laat invul;
- . dié leerlinge in samewerking met die skool en hul ouers aan terapeutiese behandeling te onderwerp; en
- . dié leerlinge weer na ongeveer vyf weke te evalueer.

Die toestemming is onderhewig aan die volgende voorwaardes:

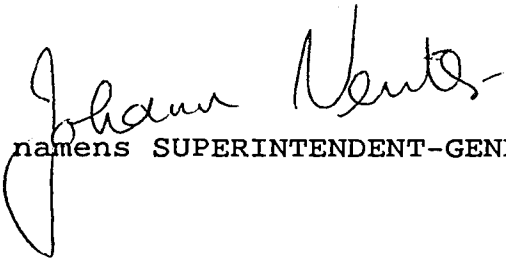
- . Dat u die betrokke Distriksdirekteur, Mev. M. Webber (tel. 011 8122432), in kennis stel dat u die Gauteng-Departement van Onderwys se toestemming verkry het om die ondersoek uit te voer en haar om haar samewerking vra. Die TOA-verwysingsnommer soos op die brief aangedui, moet aan haar verskaf word.

- . Dat u hierdie brief aan die skoolhoof en die voorsitter van die bestuursliggaam toon as bewys dat u die Departement se toestemming verkry het om die ondersoek uit te voer. Die brief mag egter nie gebruik word om samewerking af te dwing nie.
- . Dat u self die vrywillige samewerking van bogenoemde persone verkry.
- . Dat u die skriftelike toestemming van die ouers/voogde van die betrokke leerlinge verkry alvorens u die leerlinge by die ondersoek betrek.
- . Dat die invul van die vraelys nie inbreuk op die normale skoolprogram mag maak nie, en dat die tye wat u met die leerlinge werk in oorleg met die skoolhoof bepaal word.
- . Dat die naam van die skool en leerlinge nie in u navorsing vermeld word nie.

Verwys asseblief in alle toekomstige korrespondensie met die Gauteng-Departement van Onderwys (TOD-komponent) in verband met hierdie aangeleentheid na die TOA-verwysingsnommer soos op die brief aangedui.

Sterkte met u navorsing.

Die uwe


namens SUPERINTENDENT-GENERAAL

Posbus 42
NIGEL
1490

.....

Geagte Ouer

TOESTEMMING OM U KIND BY 'N NAVORSINGSPROJEK TE BETREK

Ek is tans besig met 'n navorsingsprojek waarby ek graag u seun/dogter wil betrek. Die uiteindelijke doel van die pojek is om 'n groepvoorligtingsprogram daar te stel waarby nie net u kind nie, maar ook baie ander in die toekoms kan baat. Groepvoorligtingsessies sal op 'n weeklikse basis tydens die Lewensopvoedingsprogram geskied en sal dus nie inmeng met enige buitemuurse aktiwiteite of studie nie.

Met die goedkeuring van die skoolhoof, asook die TOD vra ek vriendelik u toestemming om u kind by sodanige projek te betrek.

Indien u verdere inligting verlang, is u welkom om my telefonies tydens kantoorure te kontak. My telefoonnommer is 739-2256/7.

Voltooi asseblief die meegaande toestemmingsbriefie en stuur dit so spoedig moontlik na die skool terug.

Baie dankie

Die uwe

H.G. JOUBERT

Hiermee gee ek, ouer/voog van
..... toestemming dat hy/sy by
bogenoemde ondersoek betrek mag word.

HANDTEKENING VAN OUER/VOOG

DATUM

Posbus 42
NIGEL
1490

19 April 1995

Die Skoolhoof
Hoërskool John Vorster
Posbus 39
NIGEL
1490

Meneer

TOESTEMMING OM LEERLINGE BY 'N EMPIRIESE ONDERSOEK TE BETREK

Ek is tans besig met 'n ondersoek na die begeleiding van die depressiewe adolessent binne gesins - en skoolverband en versoek hiermee toestemming om leerlinge van u skool by sodanige ondersoek te betrek. Dit behels onder meer dat 'n groep leerlinge 'n selfevalueringsvraelys voltooi waarna 'n seleksie van twintig depressiewe leerlinge gemaak sal word. Hierdie leerlinge sal dan by 'n groepvoorligtingsprogram betrek word en van hul ouers sal 'n ouerbegeleidingsprogram deurloop.

Genoemde ondersoek is onderhewig aan die goedkeuring van die Onderwysdepartement en die ouers van die betrokke leerlinge.

By voorbaat baie dankie vir u ondersteuning in dié verband.

Vriendelike groete

H.G. JOUBERT

VERTAALDE WEERGAWE VAN DIE CDI (CHILDREN'S DEPRESSION INVENTORY)

NAAM:

ST:

Beantwoord die vrae deur by elke vraag die sin te kies wat jou gevoelens vir die laaste twee weke die beste sal beskryf. Maak 'n kruisie (X) in die ooreenstemmende blokkie. Onthou daar is geen korrekte antwoord nie en daar word op jou eerlikheid staat gemaak.

Let wel: Die vertroulikheid van jou antwoorde word verseker. Jou naam word slegs benodig om jou later in 'n bepaalde groep in te deel.

- | | | | |
|----|-------------------------------|--------------------------|---|
| 1. | a) Ek voel nou en dan treurig | <input type="checkbox"/> | 1 |
| | b) Ek voel baie keer treurig | <input type="checkbox"/> | 2 |
| | c) Ek voel altyd treurig | <input type="checkbox"/> | 3 |

- | | | | |
|----|--|--------------------------|---|
| 2. | a) Niks sal ooit vir my uitwerk nie | <input type="checkbox"/> | 1 |
| | b) Ek is nie seker of dinge vir my sal uitwerk nie | <input type="checkbox"/> | 2 |
| | c) Dinge sal vir my goed uitwerk | <input type="checkbox"/> | 3 |

- | | | | |
|----|----------------------------------|--------------------------|---|
| 3. | a) Ek doen die meeste dinge goed | <input type="checkbox"/> | 1 |
| | b) Ek doen baie dinge verkeerd | <input type="checkbox"/> | 2 |
| | c) Ek doen alles verkeerd | <input type="checkbox"/> | 3 |

- | | | | |
|----|-------------------------------|--------------------------|---|
| 4. | a) Baie dinge is vir my pret | <input type="checkbox"/> | 1 |
| | b) Party dinge is vir my pret | <input type="checkbox"/> | 2 |
| | c) Niks is vir my pret nie | <input type="checkbox"/> | 3 |

- | | | | |
|----|---------------------------|--------------------------|---|
| 5. | a) Ek is altyd stout | <input type="checkbox"/> | 1 |
| | b) Ek is baie keer stout | <input type="checkbox"/> | 2 |
| | c) Ek is nou en dan stout | <input type="checkbox"/> | 3 |

- | | | | | |
|-----|----|--|----------------------|---|
| 6. | a) | Ek dink nou en dan aan slegte dinge wat met my sal gebeur | <input type="text"/> | 1 |
| | b) | Ek is bekommerd dat slegte dinge met my sal gebeur | <input type="text"/> | 2 |
| | c) | Ek is seker dat vreeslike dinge met my sal gebeur | <input type="text"/> | 3 |
| 7. | a) | Ek haat myself | <input type="text"/> | 1 |
| | b) | Ek hou nie van myself nie | <input type="text"/> | 2 |
| | c) | Ek hou van myself | <input type="text"/> | 3 |
| 8. | a) | Alle verkeerde dinge wat gebeur is my skuld | <input type="text"/> | 1 |
| | b) | Baie verkeerde dinge wat gebeur is my skuld | <input type="text"/> | 2 |
| | c) | Verkeerde dinge wat gebeur is gewoonlik nie my skuld nie | <input type="text"/> | 3 |
| 9. | a) | Dit is altyd lekker om te lewe | <input type="text"/> | 1 |
| | b) | Dit is soms lekker om te lewe | <input type="text"/> | 2 |
| | c) | Dit is nooit lekker om te lewe nie | <input type="text"/> | 3 |
| 10. | a) | Ek is elke dag lus om te huil | <input type="text"/> | 1 |
| | b) | Ek is baie dae lus om te huil | <input type="text"/> | 2 |
| | c) | Ek is nou en dan lus om te huil | <input type="text"/> | 3 |
| 11. | a) | Dinge pla my altyd | <input type="text"/> | 1 |
| | b) | Dinge pla my baie keer | <input type="text"/> | 2 |
| | c) | Dinge pla my nou en dan | <input type="text"/> | 3 |
| 12. | a) | Ek hou daarvan om saam met mense te wees | <input type="text"/> | 1 |
| | b) | Ek hou baie keer nie daarvan om saam met mense te wees nie | <input type="text"/> | 2 |
| | c) | Ek wil nooit saam met mense wees nie | <input type="text"/> | 3 |

13. a) Dit is nooit maklik om oor iets te besluit nie 1
b) Dit is soms maklik om oor iets te besluit 2
c) Dit is altyd maklik om oor iets te besluit 3
14. a) Ek lyk goed 1
b) Party dinge aan myself lyk nie goed nie 2
c) Ek lyk lelik 3
15. a) Ek moet myself altyd dwing om skoolwerk te doen 1
b) Ek moet myself baie keer dwing om skoolwerk te doen 2
c) Skoolwerk is nie vir my 'n groot probleem nie 3
16. a) Ek het elke nag probleme om te slaap 1
b) Ek het baie nagte probleme om te slaap 2
c) Ek slaap baie goed 3
17. a) Ek is nou en dan moeg 1
b) Ek is baie dae moeg 2
c) Ek is altyd moeg 3
18. a) Ek is die meeste van die tyd nie lus om te eet nie 1
b) Ek is baie dae nie lus om te eet nie 2
c) Ek eet baie goed 3
19. a) Ek dink nooit aan siekte en pyne nie 1
b) Ek dink baie keer aan siekte en pyne 2
c) Ek dink altyd aan siekte en pyne 3

- | | | | | |
|-----|----|--|--------------------------|---|
| 20. | a) | Ek voel nie alleen nie | <input type="checkbox"/> | 1 |
| | b) | Ek voel baie keer alleen | <input type="checkbox"/> | 2 |
| | c) | Ek voel altyd alleen | <input type="checkbox"/> | 3 |
| 21. | a) | Ek het nooit pret by die skool nie | <input type="checkbox"/> | 1 |
| | b) | Ek het nou en dan pret by die skool | <input type="checkbox"/> | 2 |
| | c) | Ek het baie keer pret by die skool | <input type="checkbox"/> | 3 |
| 22. | a) | Ek het baie vriende | <input type="checkbox"/> | 1 |
| | b) | Ek het 'n paar vriende, maar ek wens ek het meer gehad | <input type="checkbox"/> | 2 |
| | c) | Ek het nie vriende nie | <input type="checkbox"/> | 3 |
| 23. | a) | My skoolwerk is goed | <input type="checkbox"/> | 1 |
| | b) | My skoolwerk is nie so goed soos wat dit was nie | <input type="checkbox"/> | 2 |
| | c) | Ek het nog altyd swak gedoen in my skoolwerk | <input type="checkbox"/> | 3 |
| 24. | a) | Ek kan nooit so goed wees soos ander kinders nie | <input type="checkbox"/> | 1 |
| | b) | As ek wil kan ek net so goed soos ander kinders wees | <input type="checkbox"/> | 2 |
| | c) | Ek is net so goed soos ander kinders | <input type="checkbox"/> | 3 |
| 25. | a) | Niemand is regtig lief vir my nie | <input type="checkbox"/> | 1 |
| | b) | Ek is nie seker of iemand vir my lief is nie | <input type="checkbox"/> | 2 |
| | c) | Ek is seker iemand is lief vir my | <input type="checkbox"/> | 3 |
| 26. | a) | Ek doen gewoonlik wat ek moet doen | <input type="checkbox"/> | 1 |
| | b) | Ek doen soms wat ek moet doen | <input type="checkbox"/> | 2 |
| | c) | Ek doen nooit wat ek moet doen nie | <input type="checkbox"/> | 3 |

27. a) Ek kom goed oor die weg met mense
b) Ek baklei baie keer
c) Ek baklei altyd

	1
	2
	3

Baie dankie dat jy hierdie vraelys voltooi het!

OPSOMMING VAN SESSIE 1

1. DOELSTELLING

- In aansluiting by die groepvoorligtingsprogram waarby kinders betrek word, is insette deur ouers onontbeerlik.
- Sekere vaardighede behoort tuis geoefen te word.
- Terugvoering deur ouers is belangrik. (Sodoende leer almal van mekaar).

2. KENMERKE VAN DIE ADOLESSENTEJARE

- Tydperk waartydens neerslagtigheid algemeen voorkom.
- Oorgangstydperk waarin dramatiese aanpassings gemaak word.
- Verandering ten opsigte van die volgende: fisiologiese- en liggaamlike ontwikkeling, ontwikkeling van seksualiteit, denkontwikkeling, persoonlikheidsontwikkeling, emosionele ontwikkeling, sosiale ontwikkeling en morele ontwikkeling.
- Al bogemelde aspekte het verreikende implikasies op die adolessent se volwassewording.

3. MOONTLIKE OORSAKE VAN NEERSLAGTIGHEID/DEPRESSIEWE GEVOELENS

- Die volgende faktore kan tot depressiewe gevoelens aanleiding gee: genetiese-, fisiese-, fisiologiese faktore, vroeë ervaring van verlies, ouerlike depressie of ander geestesafwykings, onkontroleerbaarheid van die omgewingsinvloede, foutiewe opvoedingstyl van ouers, gebrek aan intieme sosiale bande en swak interpersoonlike verhoudinge, angstigheid, swak selfbeeld, onvermoë tot ideaalverwesenliking, gebrek aan motivering, asook foutiewe denkwyses.

4. SIMPTOME VAN ADOLESSENTEDEPRESSIE/-NEERSLAGTIGHEID

- Die volgende simptome kan dui op depressie: geïrriteerdheid, eet- en gewigsversteurings, slaapversteurings, psigomotoriese versteurings (psigomotoriese vertraging sowel as -agitatie), verlies aan belangstelling, minderwaardigheids- en skuldgevoelens, onvermoë om te konsentreer, gedagtes oor die dood of selfmoord, gedragsprobleme, negatiewe selfbeeld, hartseer, gevoelens van hulpeloosheid, onttrekking, huilbuie, vermyding van oogkontak, swak prestasie op skool, angstigheid, moegheid en enuresis. Daar behoort ook gewys te word op gemaskeerde depressie wat gekenmerk word deur anti-sosiale gedrag soos diefstal, brandstigting, stökkiesdraai, dwelmmisbruik, wegloop en aggressiewe gedrag.

5. VERLOOP VAN DIE PROGRAM

Die res van die program sal as volg verloop: (Sommige van die sessies mag gekombineer word).

Sessie 2 - Opvoedingsdinamiek

Sessie 3 - Kommunikasie tussen ouer en kind

Sessie 4 - Psigo-analitiese-/Gedragbenadering

Sessie 5 - Kognitiewe benadering

Sessie 6 - Humanisties-eksistensiële benadering

Sessie 7 - Evaluering van die program.

6. BIBLIOTERAPIE

Die volgende bronne kan met groot vrug gebruik word en is in die plaaslike biblioteek beskikbaar:

- | | |
|--|---|
| - Bayard en Bayard, Jean. | Help! I've got a teenager. |
| - Behr, ea. | Tiener in die kol. |
| - Bethune, H. | Positive Parent Power. |
| - Ginott, H. | Tussen ouer en kind. |
| - Graham, L. | Teenagers. A family survival guide. |
| - Hovelmeier, K. | Common sense and your teenager. |
| - Lintner, Brenda. | Living with teenagers. |
| - McCormack, Mary. | The Generation Gap. |
| - Nelsen, Jane & Lott, Lynn. | I'm on your side. |
| - Steinberg, L. en Levine, Ann. | You and your adolescent. A parent's guide for ages 10-20. |
| - Van Niekerk, Lien en Van der Spuy, Dirkie. | Tieners gereed vir die lewe! |

OUERSKAPSTYL

A. VUL DIE VRAELYS IN DEUR DIE LETTER TEENoor DIE STELLING WAT OP U KIND VAN TOEPASSING IS TE OMKRING

1. Wanneer kom u kind na 'n partytjie huis toe?
 - A Op 'n voorafbepaalde tyd?
 - B Op 'n tyd wat u met hom bespreek het?
 - C Op 'n tyd waaroor hy besluit?
 - D As hy lus het daarvoor?

2. Watter van die volgende stellings is van toepassing op u kind wat betref klere?
 - A Kan hy koop en dra wat hy wil?
 - B Dra hy wat u vir hom sê om te dra?
 - C Dra hy klere waarvan u nie hou nie, maar nogtans vir hom gekoop het?
 - D Vra hy u opinie wanneer hy klere koop?

3. Indien u kind iets doen waarvan u nie hou nie, sal u
 - A die saak ignoreer?
 - B hom onmiddellik straf sonder om daaroor te argumenteer?
 - C die saak met hom bespreek voordat u oor 'n geskikte vorm van dissipline besluit?
 - D hom vra om dit nie weer te doen nie en hoop dat hy sal luister?

4. Wanneer u opinie en dié van u kind verskil, sal u
- A sê dat grootmense beter weet en daarvan vergeet?
 - B aanvaar dat tieners geregtig is op hul eie opinie, maar u nogtans bekommer?
 - C aan die kind sê om te dink wat hy wil, en dit dan vergeet?
 - D gaan sit en die saak so rasioneel moontlik bespreek?
5. As u kind huis toe kom met 'n swak skoolrapport, sal u
- A hom vra wat die probleem is en dan die saak bespreek?
 - B vir hom sê dat dit sy eie probleem is?
 - C hom dwing om 'n baie streng studieprogram te volg en van sy voorregte inkort?
 - D iemand vra om met hom te praat omdat u nie weet wat om te doen nie?

B. VORM KLEIN GROEPIES EN STEL VAS WATTER ANTWOORD OP ELKE VRAAG IN AFDELING A OOREENSTEM MET ELK VAN DIE OUERSKAPSTYLE.

Voorbeeld

- In Vraag 1 is
- A outoritêr
 - B gebalanseerde
 - C permissief
 - D ongeïnteresseerd

TERWYL U DIE ANTWOORDE BESPREEK, KAN U GERUS BESIN OOR DIE MERIETE EN TEKORTKOMINGE VAN ELKE OUERSKAPSTYL.

**C. VIR HIERDIE OEFENING MOET U IN 'N GROOT SIRKEL BYME-
KAARKOM. U GAAN 'N DIALOOG SKRYF OOR DIE VOLGENDE
SITUASIE:-**

U is die ouer van 'n st. 7-kind wat tot 01:00 uitgebly het, nadat u die inkomtyd op 22:00 vasgestel het. Wanneer die kind inkom, en geen klaarblyklieke tekens toon dat hy in 'n ongeluk betokke was nie, maar tog effens steier, wag u hom in.

Gee in enkele reëls 'n weergawe van die begin van u gesprek met hom weer, (Sensor wat u skryf, aangesien iemand anders dit sal moet lees.) Gee die papier aan die persoon aan u regterkant. Hierdie persoon is nou die kind wat oortree het.

'n Lig brand in die huis; dus weet jy dat een of albei ouers jou inwag. Op die papier wat jy so pas ontvang het, is geskryf wat jou ouer te sê gehad het.

Skryf u antwoord daarop neer en gee die papier terug aan die "ouer" aan u linkerkant.

Ouers word versoek om die dialoë hardop voor te lees met die gepaste uitdrukkings en liggaamstaal. Die res van die groep identifiseer die ouerskapstyle en die wenslikheid van sodanige style word bespreek.

(TOD, 1993: 11-14)

OUERSKAPSTYL

Hersiening van vorige sessies

Daar word kortliks verwys na die kenmerke van die adolessentjare, moontlike oorsake van depressiewe gevoelens asook die simptome van depressie tydens adolessensie. Ouers word opnuut aangemoedig om van die beskikbare literatuur gebruik te maak.

OUTORITÊRE OUER	DEMOKRATIESE OUER	PERMISSIEWE OUER
<p>Onbuigsaam in opvattinge. Baie voorskriftelik. Kind mag nie eie standpunt huldig nie. Ouers meer gedistansieer. Minder warmte in verhoudinge. Gee aanleiding tot:</p> <ul style="list-style-type: none"> ◦ Kind leer nie probleemoplossingsvaardighede. ◦ Kind is nie bereid om te waag nie. ◦ Bly afhanklik. ◦ Bang om verantwoordelikheid te aanvaar. ◦ Bang vir uitdagings. ◦ Kom in opstand. ◦ Neig om baasspelerig te wees in verhoudings. ◦ Kry nie geleentheid om te sosialiseer nie. 	<p>Aanvaardende/begrypende ouer. Ouers probeer verstaan voor hulle straf. Probeer kind se:-</p> <ul style="list-style-type: none"> ◦ hartseer ◦ woede ◦ ongelukkigheid ◦ teleurstelling te verstaan voor hy optree <p>Boodskap:-</p> <ul style="list-style-type: none"> ◦ “ek verstaan/aanvaar dat jy so voel, maar” <p>Kommunikeer:-</p> <ul style="list-style-type: none"> ◦ begrip ◦ respek ◦ aanvaarding <p>Gee aanleiding tot:-</p> <ul style="list-style-type: none"> ◦ Kind het vrymoedigheid om te praat ◦ Ervaar sy standpunt het waarde ◦ Kweek goeie probleemoplossingsvaardighede ◦ Kweek selfvertroue ◦ Kind weet wat van hom verwag word en hoe om dit te bereik. 	<p>Ouers verklaar graag “ek is geen outokratiese ouer nie” “ek laat my kind alles toe”. Ouers stel min eise. Ouers is huiwerig om beheer uit te oefen - bang hul skaad hul kind. Ouers sien hulself as bronne waaruit kinders kan put, maar is nie draers van standarde of ideaalmodelle nie. Ouers is nie ingestel op langtermyn doelstellings nie. Ouers is pionne van kinders se wense en begeertes. Gee aanleiding tot:-</p> <ul style="list-style-type: none"> ◦ Kind ervaar dat niemand vir hom omgee nie. ◦ Ervaar gevoelens van onveiligheid en onsekerheid. ◦ Kan sy ouers later verwyf. ◦ Kind bly afhanklik. ◦ Kind kry geen geleentheid om eie probleem op te los nie.

EFFEKTIEWE/SINVOLLE KOMMUNIKASIE

1. Hersiening van vorige sessies

Aspekte uit die vorige sessies word hersien en ouers kry geleentheid om hul persoonlike ervarings met die groep te deel om die effektiwiteit daarvan aan te toon.

2. Inleiding

Die opvoedingsverhoudinge (begrip, vertroue, gesag) vorm die basis van enige opvoeding. Dit is egter nie moontlik sonder toereikende en sinvolle kommunikasie nie. Die tyd waarin ons leef het min tyd vir kommunikasie, wat nog te sê sinvolle kommunikasie.

Ouers se programme is van so aard dat elkeen besig is met sy eie ding. Dit lei daartoe dat die kinders ook hul eie ding moet doen - hul sekuriteit en intimiteit buite die gesin moet soek. Die ideaal is dat kinders se behoeftes (buiten die behoefte na sosiale interaksie met die portuurgroep) binne die gesin vervul moet word. Daarvoor is toereikende kommunikasie nodig.

3. Sinvolle/toereikende kommunikasie

Om aan te toon wat sinvolle/toereikende kommunikasie is, word na spesifieke situasies gekyk:-

- Wanneer die kind die probleem het, byvoorbeeld hy het nie maats nie, hy hou nie van 'n sekere vak nie of hy kom nie oor die weg met 'n onderwyser nie:-
In sy reaksie op bogenoemde is die ouer geneig om 'n bepaalde houding in te neem, naamlik:

- 'n Ondersoekende houding
 - “ Hoekom hou kinders nie van jou nie?”
 - “ Hoekom leer jy nie net harder nie?”
 - “Hoekom kom julle nie oor die weg nie?”

Dit lei daartoe dat die kind nie 'n antwoord het nie, dat hy geen vertroue in sy ouer(s) het nie en dat verdere kommunikasie nie plaasvind nie.

- 'n Ondersteunende houding
 - “Toemaar, môre speel julle weer lekker”.
 - “Moenie bekommerd wees nie, jy hoef dit nie volgende jaar te neem nie”.
 - “Niemand hou seker van hom nie”.

Dit lei daartoe dat probleem nie opgelos word nie, dat die kind ervaar dat die ouer hom nie kan/wil help nie en dat verdere kommunikasie nie plaasvind nie.

- 'n Beoordelende/interpreterende houding
 - “Jy is te selfsugtig, daarom het jy nie maats nie”.
 - “Jy doen nie elke dag jou deel nie”.
 - “Jy let nie op in die klas nie”.

Geen verdere (effektiewe) kommunikasie vind plaas nie - dit lei eerder tot konflik.

- 'n Begrypende/aanvaardende houding
 - “Jy voel niemand is vir jou lief nie...”
 - “Jy is bekommerd oor jou Wiskunde - punte...”
 - “Jy voel juffrou raas net met jou alleen...”

Dit lei tot reaksie van die kind se kant af. Die kind ervaar dat sy ouer(s) begrip het vir sy probleem en het vertroue in hulle. Die kind het die vrymoedigheid om sy

probleem te bespreek. Dit leer hom probleemoplossingsvaardighede. Hy kry die boodskap dat hy belangrik is en dat hy aanvaar word. Begrip word ook verder gekommunikeer deur:

- nie in te meng nie
- passiewe luister
- aktiewe luister

- Wanneer die ouer die probleem het, byvoorbeeld wanneer die kind sy musiek te hard in sy kamer speel: Dit is belangrik om eers begrip te toon vir die kind se optrede en dan eie gevoelens duidelik met 'n ek-boodskap te kommunikeer.

Reaksies soos “jou musieksmaak is swak” of “skakel dadelik die geraas af” lei daartoe dat die adolessent ervaar dat sy ma/pa hom nie verstaan nie en dat hy/sy swak smaak het.

Sê eerder “ek weet/verstaan dat julle daarvan hou om jul musiek hard te speel, maar...”

- Wanneer die kind en die ouer die probleem het: Die gesinsgesprek of gesinsvergadering kan in sulke gevalle van groot waarde wees. Aktiwiteite kan op dié wyse saam beplan word en aanvaarding en erkenning word terselfdertyd gekommunikeer.
- Wanneer daar geen probleem is nie:- Dit is belangrik dat daar ook sinvolle kommunikasie sal plaasvind wanneer geen probleem bestaan nie. Sodanige kommunikasie is juis onontbeerlik om 'n positiewe klimaat te skep vir kommunikasie wanneer probleme soos voorheen genoem, wel voorkom.

(Van Wyk, 1983: 102-107; TOD, 1993: 89-99).

PSIGO-ANALITIESE-/GEDRAGSBENADERING**1. Hersiening van vorige sessies**

Omgewingsfaktore wat 'n rol kan speel om 'n gunstige atmosfeer vir opvoeding te skep word kortliks hersien. Ouers word gelei om ook aspekte uit die vorige sessies te herroep, naamlik kennis/begrip van die adolessent en die oorsaaklike faktore van depressie (sessie 1), ouerskapstyle (sessie 2) en toereikende kommunikasie (sessie 3).

2. Basiese emosionele behoeftes**2.1 Inleiding**

Elke individu beskik oor vier basiese emosionele behoeftes te wete sekuriteit, aanvaarding, liefde en erkenning. Vir die doeleindes van hierdie sessie word elkeen van hierdie behoeftes voorgestel as 'n tenk. Vanaf geboorte word sodanige "emosionele tenks" gevul deur ouers, onderwysers, vriende, gesinslede en ander volwassenes. Die vlak van die tenks word beïnvloed deur eksterne omstandighede soos die dood van 'n ouer, die siekte van 'n ouer, verandering van skool en trouens al die oorsaaklike faktore van depressie. Hoe voller die tenks is, hoe beter is die individu/adolessent in staat om weerstand te bied teen sodanige faktore. Vervolgens word die vulling van die "emosionele tenks" kortliks bespreek.

2.2 "Liefdestenk"

Liefde vorm die basis van enige gesonde verhouding. Die "liefdestenk" word gevul deur die wyse waarop liefde ervaar of beleef word - nie slegs die verbale uitdrukking ("ek is lief

vir jou”) nie, maar ook deur middel van fisiese kontak (deurmekaar vryf van hare, ensovoorts).

Dit begin reeds by die verhouding tussen Pa en Ma en hul verhouding met God. Die kind/adolesent wil weet Pa en Ma is lief vir mekaar: Dit moet blyk uit die volgende:

- verbale uitdrukking,
- die wyse waarop hulle na mekaar kyk,
- klein dingetjies wat vir mekaar gedoen word,
- die wyse waarop hulle aan mekaar raak,
- wedersydse respek, en
- bedagsaamheid, vergewensgesindheid, vertrouwe ...

Gesonde gesinsverhoudinge word gekenmerk deur:

- betrokkenheid by mekaar,
- toereikende kommunikasie,
- waardering vir mekaar,
- om tyd te maak vir mekaar, asook
- geestelike betrokkenheid by mekaar.

2.3 ”Aanvaardingstenk”

Aanvaarding kan beskou word as die stapelvoedsel van die opvoedingsgebeure.

Aanvaarding word as volg gekommunikeer:-

- ouer moet sy kind onvoorwaardelik aanvaar,
- ouer moet erken dat sy kind
 - o ‘n mens in eie reg is,
 - o ‘n unieke persoonlikheid het,
 - o sekere beperkinge en tekortkominge het,
 - o oor eiesoortige vermoëns en talente beskik, en
 - o teen sy eie tempo ontwikkel.

Die volgende alledaagse dinge hou verband met aanvaarding: -

- 'n gedragskode tuis (die adolessent moet geleentheid kry om behulpsaam te wees met die opstel daarvan - hy moet weet wat in sy huis aanvaarbaar is),
- bogenoemde gedragskode moet aanpas by die ontwikkelingspeil van die kind/adolessent,
- ouers moet wys hul geniet hul kinders se geselskap en dat hulle waarde heg aan hul opinies,
- ouers moet goedkeuring verleen vir gedrag wat dit verdien,
- ouers moet in toenemende mate verantwoordelikhede aan kinders toevertrou,
- adolessente se vriende behoort nie summier afgekeur te word nie,
- adolessente moet begelei word om ook mislukkings te aanvaar, en
- ouers behoort te wys hulle het vertroue in hul kinders.

2.4 “Erkennungstenk”

Die erkennungstenk word onder andere gevul deur: -

- positiewe terugvoering van ander op sy werk,
- eerlike en opregte erkenning vir goeie gedrag,
- ouer se begrip vir kind se frustrasie en tekortkominge,
- ouer wat kind se andersheid respekteer,
- ouer wat kind as persoon respekteer (demokratiese of gebalanseerde opvoedingstyl),
- ouer wat kind geleentheid gee om oor dinge te dink en sy idees uit te spreek,
- ouer wat na sy kind luister,
- ouer wat kind se privaatheid respekteer, en
- ouer wat kind se mening vra oor sake wat hom raak (koop van nuwe motor, tuintuitleg, vakansieplanne, ens.).

2.5 “Sekuriteitstenk”

Die sekuriteitstenk word gevul deur:-

- rustige, liefdevolle verhouding tussen ouers,
- opregte verhouding met God,
- voorsiening van basiese lewensmiddele,
- veiligheid wat in gesinsverband beleef word, asook
- die stel van grense (reëls, dissipline ...).

3. Aanwending van omgewingsfaktore

Die rol van positiewe versterking behoort deurgaans beklemtoon te word.

Ouers moet poog om mense, plekke, dinge en aktiwiteite te identifiseer wat nie met die adolessent se depressiewe gevoelens verband hou nie - aangename ervarings uit die verlede behoort as vertrekpunt geneem te word.

Klem behoort op die kleiner suksesse geplaas te word. Die verhoging van aktiwiteitsvlakke behoort aangemoedig te word - dit mag egter nie onder dwang geskied nie, aangesien dit weer tot meer druk kan lei.

KOGNITIEWE BENADERING

1. Hersiening van vorige sessies

Hersiening van die vorige vier sessies word gedoen.

2. Kognitiewe benadering

Kognitiewe terapie is enige psigoterapeutiese benadering wat 'n beroep doen op die individu se rasonale denke in die herformulering en modifikasie van sy gedrag. Dit berus op die aanname dat die depressiewe persoon homself, die wêreld en die toekoms negatief beskou. Kognitiewe terapie is juis die verandering van gedagtes, idees, veronderstellings, selfkommunikasie en basiese filosofieë.

Dit is waarskynlik eerder die persoon se verwronge denkpatroon as enige ander stresfaktore wat hom depressief maak.

Die volgende wyses van denkdistsorsie kom voor: -

- Arbitrêre afleidings: - gevolgtrekkings word gemaak sonder die nodige bewyse.
- Selektiewe afleiding: - gevolgtrekkings word gemaak op grond van slegs een negatiewe element in 'n situasie.
- Oorveralgemening:- ná een mislukking ervaar die depressiewe persoon dat hy nooit weer sukses sal behaal nie; in die proses is hy geneig om te hoë eise aan homself te stel.
- Vergroting en verkleining:- positiewe dinge word nie raakgesien nie, maar daar word gefokus op elke negatiewe gebeurtenis.

Die volgende irrasionele idees word gehuldig:-

- 'n mens behoort by almal geliefd te wees,
- menslike ellende word veroorsaak deur eksterne faktore en nie deur die reaksie daarop nie,
- die mens is slegs 'n slaaf van sy omstandighede,
- probleemsituasies moet eerder vermy word as om dit te konfronteer,
- 'n mens behoort te alle tye selfbeheersd op te tree, en
- 'n mens het geen kontrole oor sy emosies nie en kan dus nie sekere gevoelens beveg nie.

Uiting van sodanige gedrag of idees behoort eerder geïgnoreer en positiewe gedrag versterk te word. Dit is belangrik dat veral die adolessent moet ervaar dat hy beheer het oor beloning en straf. Ouers moet dus altyd konsekwent wees in hul optrede. Die depressiewe adolessent behoort aangemoedig te word om homself te beloon nadat problematiese situasies/emosies suksesvol hanteer is. Kleiner suksesse behoort beklemtoon te word. Genoemde irrasionele, outomatiese gedagtes behoort

- geïdentifiseer en aan die adolessent uitgewys te word - dit is belangrik dat sodanige persoon self die irrasionaliteit van sy gedagtes sal beseef,
- aan die werklikheid getoets te word, en
- met die hulp van die ouer deur alternatiewe oplossings vervang te word en in die proses moet die depressiewe adolessent homself van die blaam onthef dat alles wat verkeerd loop deur sy toedoen is.

HUMANISTIES - EKSISTENSIËLE BENADERING

1. Hersiening van vorige sessies

Ouers kry geleentheid om momente uit vorige sessies te herroep deur aan die groep te vertel in welke mate dit op hul kinders van toepassing is.

2. Humanisties - eksistensiële benadering

2.1 Die diskrepans tussen die ideale self en die ware self is in baie gevalle die oorsaak van depressie.

Realistiese verwagtinge (deur die individu en die ouer) is dus belangrik.

Selfkennis en kennis van die kind is dus onontbeerlik.

Onrealistiese verwagtinge ontnem die kind van die voorreg om sy eie unieke persoonlikheid te ontwikkel.

2.2 Ouer se aanvaarding van die kind bepaal of die kind homself aanvaar.

Selfaanvaarding werk bevrugterend in op die individu se verhouding met ander mense:- omdat hy homself beter kan aanvaar, kan hy ander beter aanvaar, omdat hy aanvaardend teenoor ander optree word hy beter aanvaar en dit het insgelyks 'n gunstige effek op sy selfaanvaarding.

Aanvaarding en begrip deur die ouer lei tot persoonlikheids groei en - ontwikkeling, asook probleemoplossingsvaardighede en die ervaring deur die kind dat hy as individu gerespekteer word.

Om aanvaarding en begrip te kommunikeer is dit belangrik om te onthou dat elke opmerking 'n verbale-, nie-verbale - en fisieke aspek het. Bogenoemde aspekte moet mekaar altyd ondersteun. 'n Dubbele boodskap (waar die nie - verbale - en fisieke aspek nie die verbale aspek ondersteun nie) lei tot onsekerheid.

Aanvaarding en begrip word verder gekommunikeer deur

- nie in te meng nie,
- passief te luister en
- aktief te luister.

Aktiewe luister impliseer onder andere

- om begrip te toon vir die kind se gevoelens,
- om sodanige begrip aan die kind te kommunikeer,
- om empatie te hê met die kind,
- om die volgende boodskappe te stuur:-
 - “Ek is geïnteresseerd in jou”
 - “Ek gee om vir jou”
 - “Ek wil jou help”.
- om nie te kritiseer of te veroordeel nie,
- om nie die kind se gedagtes of gevoelens te probeer evalueer nie,
- om nie te vinnig raad te wil gee nie,
- om clichés te vermy, en
- om nie moed op te gee nie.

Onderwys hulpsentrum
 Posbus 42
 NIGEL
 1490

Geagte Groeplid

Almal van ons is van tyd tot tyd ongelukkig, teneergedruk of neerslagtig. Soms duur dit slegs 'n paar minute, ander tye kan dit vir dae, selfs weke duur. Die afgelope weke het ons maniere bespreek waarmee ons sulke gevoelens kan verdryf. Om jou geheue te verfris noem ek 'n paar dinge wat ons altyd in gedagte moet hou:-

- Onthou: ander ouens het soortgelyke probleme; daar is selfs diegene wie meer en groter probleme het.
- As jy wil kan jy met ander lede in die groep of 'n goeie vriend of vriendin, of jou ma of pa gesels oor dit wat jou ongelukkig maak. Onthou: Om dit met iemand te deel, maak dit die helfte ligter.
- Geen probleem is onoorkomelik nie. Maar onthou, dit kom nie sommer vanself reg nie.
- Om 'n probleem op te los moet ek
 - i) iets ondervind (die padda wat val),
 - ii) iets daaruit waarneem (die padda met 'n seer lyf en stukkende motorfiets),
 - iii) daaroor nadink (die padda wat op die motorfiets sit en dink) en
 - iv) iets uit my ondervinding leer (die padda wat veilig verder ry).
- In enige verhouding is 'n persoon se gedrag hoofsaaklik 'n reaksie op 'n ander persoon of persone se gedrag. Byvoorbeeld as jy wys jy hou niks van 'n onderwyser nie, gaan jy beslis nie die beste punte in sy vak kry nie. As jy wys jy "haat" jou boetie of sussie gaan jy nie enige liefde van hom/haar kry nie. Dink mooi oor jou eie situasie: dit werk ook so met Ma en Pa.
- Wees 'n goeie vriend (in enige verhouding). 'n Goeie vriend is mos iemand wat
 - o met 'n geduldige oor luister,
 - o ander liefhet soos hy homself liefhet,
 - o ter wille van 'n vriend sekere (aanvaarbare) dinge doen,
 - o sy eie belange partykeer op die agtergrond skuif,
 - o empatie betoon,
 - o daar is vir ander om op te steun,
 - o ander behandel soos hy/syself behandel wil word,

- altyd vriendelik en gasvry is,
 - ander se foute aanvaar,
 - nie jaloers is nie,
 - betroubaar is, en
 - sy samewerking gee.
- Tog het almal die reg om
- goed te voel oor homself,
 - foute te maak,
 - te vra wat hy wil hê,
 - sy mening te verander,
 - met respek behandel te word,
 - “nee” te sê en nie skuldig te voel nie,
 - gevoelens soos woede en blydschap te ervaar en dit uit te druk.
- Hou daaglik ‘n aktiwiteitslysie by en maak seker dat jy genoeg aangename aktiwiteite beoefen. Laat jou lei deur dit wat in die verlede vir jou lekker was. Jy kan egter ook nuwe dinge aanpak.
- As jy onaangename gevoelens ervaar, maak vir jou drie kolomme soos die volgende en gebruik dit. As jy by die derde kolom kom, voel jy al klaar beter.

ONAANGENAME GEVOELENS	OUTOMATIESE GEDAGTES	EIE OBJEKTIEWE REAKSIE
“My ore lyk soos twee sopborde”.	“Ek is die lelikste mens wat leef”.	“Dit is waarskynlik net ek wat dit raaksien. Die ander bekommer hulle oor hul eie probleme”.

Hierdie is maar ‘n paar maniere om die blou uit die Maandag te haal. Maak ook jou eie planne. Al die dinge wat hier genoem is, is dinge wat daadwerklike optrede van jou vereis. Oefen dit nou die volgende paar weke en dan gesels ons weer.

Vriendelike groete

OOM HENK