PSIGOLOGIESE STERKTES BINNE 'N AFRIKA-KONTEKS

Alitha Pithey
B.A. (Honneurs)

Skripsie (artikelformaat) ingedien ter gedeeltelike vervulling van die vereistes vir die graad Magister Artium (Kliniese Psigologie) aan die Noordwes Universiteit (Potchefstroom-kampus)

Studieleier: Dr. A.W. Nienaber
Medestudieleier: Dr. J.C. Potgieter
Potchefstroom
November 2006

INHOUDSOPGAWE **Bladsy**

Bedankings	3
Opsomming	4
Summary	6
Voorwoord	7
Toestemming	8
Beoogde tydskrif en riglyne vir outeurs	9
Manuskrip: Psigologiese sterktes binne 'n Afrika-konteks	10

BEDANKINGS

Die volgende persone en organisasies/instansies word bedank vir hul betrokkenheid en bydrae:

- My studieleier, dr. A.W. Nienaber, vir haar deurlopende leiding en geloof in my.
- My medestudieleier, dr. J.C. Potgieter, wat my gedwing het om niks minder as my beste te lewer nie.
- Dr. Q.M. Temane wat my bygestaan het met die onderhoude en gehelp het met die formulering en interpretering.
- Louise Vos van die Ferdinand Postma Biblioteek vir haar moeite met soektogte.
- My pa, wyle Pat Pithey, wat my altyd geïnspireer en gemotiveer het.
- My ma wat ure aan transkribering vir die studie bestee en my altyd bemoedig het.
- My tante, prof. M.P. Koen, vir haar raad en bystand tydens my studies.
- Oom Sarel en tannie Sanet, vir al hulle hulp op tye wat ek dit die meeste nodig gehad het.
- My ouma en oupa vir hulle deurlopende liefde, bystand en ondersteuning.
- Tannie Elize Jacobs, vir haar hulp en ondersteuning.
- Al die deelnemers, veldwerkers en dosente wat betrokke was by die studie.
- Vita Brevis vir die taalversorging en Engelse vertaling van die opsomming

OPSOMMING

Psigologiese sterktes binne 'n Afrika-konteks.

Sleutelbegrippe: Positiewe sielkunde, Psigofortologie, Psigologiese sterktes.

Hierdie studie was gerig op die verkenning van psigologiese sterktes binne 'n Afrika-konteks. Individue in die Noordwes-provinsie van Suid-Afrika word met verskeie stressore gekonfronteer, soos MIV, misdaad en werkloosheid, en tog is daar bewyse dat hulle funksioneer ten spyte daarvan. Die doelwit was dus om te ondersoek watter sterktes individue besit wat hulle in staat stel om te oorleef ten spyte van die stressore waaraan hulle blootgestel word. Die sterktes wat met Westerse sterktes ooreenkom is ondersoek, sowel as die sterktes wat uniek aan die Setswana-kultuur blyk te wees. Die studie het twee fases behels. In fase 1 is twee fokusgroepe gebruik met die doel om breë kategorieë van sterktes te identifiseer. Fase 2 het uit individuele onderhoude bestaan waartydens die sterktes in meer diepte ondersoek is. Die deelnemers was Setswanasprekend, tussen die ouderdomme van 20 en 29 jaar, en het hulle in swak sosio-ekonomiese omstandighede bevind.

Deelnemers se spiritualiteit en religieuse ingesteldheid het ooreenkomste met dié van 'n Westerse kultuur getoon, alhoewel die uitlewing daarvan binne 'n Afrika-konteks mag verskil. Ook hul hoop en toekomsgerigtheid word in die Westerse kultuur as 'n sterkte beskou. Humor is ook by die deelnemers waargeneem en geld eweneens as sterkte binne die Westerse kultuur. Alhoewel wysheid ook 'n Westerse sterkte is, verskil die betekenis daarvan binne 'n Afrika-konteks.

Die sterktes wat uniek aan die Setswana-groep blyk te wees, is sosiale ondersteuning en gemeensaamheid, wat as die belangrikste sterkte beskou kan word. Mensgerigte vaardighede waarin individuele kwaliteite in diens van die groep gebruik word, is nog 'n unieke sterkte, en so ook tradisionele praktyke, wat 'n gevoel van geborgenheid en deelname skep. Alhoewel dit voorkom of dié sterktes uniek is aan die Setswana-kultuur, word daar nie geïmpliseer dat dit in 'n Westerse kultuur ontbreek nie, maar wel dat dit nie

dieselfde prioriteit in Westerse kringe geniet nie. Verdere navorsing word aanbeveel om die veralgemeenbaarheid van die resultate te bepaal.

SUMMARY

Psychological strengths within an African context.

Key concepts: Positive psychology, Psychofortology, Psychological strengths.

This study explored psychological strengths within an African context. Individuals in the North West province of South Africa are confronted with various stressors such as HIV, crime and unemployment, and yet they are found to be functioning successfully in spite of these stressors. The aim of the study was to identify the strengths that help individuals cope in the face of the stressors confronting them. Particular strengths coinciding with Western strengths were investigated, as well as those that appear to be specific to the Setswana culture. The study comprised two phases. Phase 1 involved two focus groups in an attempt to identify broad categories of strengths. Phase 2 involved individual interviews aimed at an in-depth investigation of the said strengths. Participants were mother-tongue speakers of the Setswana language, aged between 20 and 29 years, and exposed to poor socio-economic conditions.

Whereas spirituality and a religious orientation amongst participants could be likened to features of Western culture, its manifestation in an African context may differ. In a similar way, the participants' hope and awareness of the future are regarded as strengths within Western culture. Also the sense of humour that prevailed is seen as a strength by Western communities. Wisdom, however, in spite of its positive status in Western terms, has a different meaning in an African context.

Strengths that seem to be specific to the Setswana group include social support and a community spirit, which can be regarded as their prime strength. Human skills directed at the well-being of the group also belong to these unique strengths, and so do traditional practices creating a feeling of belonging and participation. While these strengths appear to be unique in Setswana culture, it is not implied that they are totally lacking in Western society, but that they do not enjoy the same priority. Further research is recommended to determine the generalisation of the results.

VOORWOORD

Artikelformaat

Die artikelformaat, soos beskryf in die Algemene Regulasies A 13.7 van die Noordwes Universiteit, is gekies vir 'n miniverhandeling wat deel vorm van die vereistes vir 'n professionele meestersgraad.

Keuse van 'n joernaal

Die beoogde joernaal vir die indiening van die onderhewige manuskrip is die *South African Journal of Psychology*.

Bladsynommers

Vir die doel van die skripsie word 'n bepaalde numering van bladsye regdeur die dokument gevolg. Met die indiening van die manuskrip vir publikasiedoeleindes sal bladsynommers volgens die vereistes van die gekose joernaal aangebring word en op die titelbladsy van die manuskrip begin.

Toestemmingsbrief

Ons, die ondergetekendes, gee hiermee toestemming dat Alitha Pithey haar manuskrip *Psigologiese sterktes binne 'n Afrika-konteks* mag indien as 'n miniverhandeling vir die gedeeltelike nakoming van 'n meestersgraad.

Dr. A.W. Nienaber
Datum:

Dr. J.C. Potgieter
Datum:

BEOOGDE TYDSKRIF EN RIGLYNE VIR OUTEURS

SOUTH AFRICAN JOURNAL OF PSYCHOLOGY

INSTRUCTIONS TO AUTHORS

1. The manuscript should be typed in 12-point font (Times Roman) double-spacing
2. The first page should contain the title of the article, the name(s) of the author(s), as well as the address of the author to whom the correspondence should be addressed.
3. The abstract should be on a separate page.
4. The text of the article should be started on a new page.
5. Indicate the beginning of a new paragraph by indenting its first line two spaces, except when the paragraph follows a main or secondary heading.
6. The headings should all start at the left margin, and should not be numbered. The introduction to the paper does not require a heading.
7. The referencing style of the SAJP is similar to those used by the British Psychological Society and the American Psychological Association (See *SAJP Guide to Authors)*.
8. In the reference list, the first line of each reference starts at the left margin; subsequent lines are indented two spaces.
9. Illustrations, tables, and figures should be prepared on a separate A4 sheet. They should be numbered consecutively, grouped together, and attached to the end of the manuscript. Tables should be drawn without grid-lines separating the cells in the tables. The appropriate positions in the text should be indicated.
10. Authors are requested to pay attention to the proportions of illustrations, tables, and figures so that they can be accommodated in singe (82mm) or double (179mm) columns after reduction, without wasting space.
11. Once the article has been accepted for publication, a computer diskette must also be submitted. MS Word is the preferred text format. The manuscript number and author or author's name(s) should be clearly indicated on the diskette.
12. As the SAJP does not employ a full-time language editor, it is recommended that, once articles have been accepted for publication, authors send their manuscripts to an external language specialist for language editing. Furthermore, it is recommended that a note indicating that the manuscript had been language edited accompany final submission of the manuscript.

MANUSKRIP

PSIGOLOGIESE STERKTES BINNE 'N AFRIKA-KONTEKS

TITEL VAN MANUSKRIP, OUTEURS EN ADRESSE

Psigologiese sterktes binne 'n Afrika-konteks.

A. Pithey, A.W. Nienaber en J.C. Potgieter
Noordwes Universiteit (Potchefstroom-kampus)
Privaatsak X6001
Potchefstroom
2520

Korrespondensie kan gerig word aan:
Mej. A Pithey
P/a Dr. A.W. Nienaber
Skool vir Psigososiale Gedragswetenskappe
Noordwes Universiteit (Potchefstroom-kampus)
Privaatsak X6001
Potchefstroom
2520
psgawn@puknet.puk.ac.za

ABSTRAK

Psigologiese sterktes binne 'n Afrika-konteks.

Die fokus van die studie was gerig op die verkenning van psigologiese sterktes binne 'n Afrika-konteks. Die mense woonagtig in die Noordwes-provinsie in Suid-Afrika word met verskeie stressore gekonfronteer, maar studies toon dat inwoners steeds funksioneer ten spyte van stressore soos MIV, armoede en werkloosheid. Sterktes wat in die Afrika-konteks voorkom en gebruik word om die stressore te hanteer het dus die fokus van die huidige ondersoek gevorm. Sterktes wat ooreenstem met Westerse sterktes is ondersoek, sowel as sterktes wat uniek aan die Setswana-kultuur blyk te wees. Die deelnemers was Setswanasprekend, tussen die ouderdom van 20-29 jaar, en het hulle in swak sosio-ekonomiese omstandighede bevind. Fase 1 het uit twee fokusgroepgesprekke bestaan, waaruit breë kategorieë van sterktes geïdentifiseer is. Fase 2 het uit individuele onderhoude bestaan, wat ten doel gehad het om die breë kategorieë van sterktes wat in Fase 1 geïdentifiseer is, in meer diepte te ondersoek. Die sterktes in die Afrika-kultuur wat ooreenkomste met Westerse sterktes toon, was spiritualiteit en 'n religieuse oriëntasie, hoop en toekomsgerigtheid, humor en wysheid. Die sterktes wat uniek aan die Afrika-kultuur blyk te wees, was sosiale ondersteuning en gemeensaamheid, mensgerigte vaardighede en tradisie. Die sterktes mag egter ook in 'n Westerse konteks aangetref word, maar sal nie so prominent voorkom soos binne 'n Afrika-konteks nie.

INLEIDING

Daar is tans so 'n groot aantal volwassenes in Afrika met terminale siektes (meestal in toestande van uiterste armoede en verwaarlosing) dat 20 – 30% van alle kinders onder die ouderdom van 15 jaar in 11 lande in Afrika volgens beraming teen 2010 een of beide ouers aan die dood sal afstaan (Foster, 2002). Die Noordwes-provinsie is tans een van die armste provinsies in Suid-Afrika. Volgens die sensusopname van 2001 is 44 % van die inwoners in die Noordwes-provinsie tussen die ouderdomme van 15 en 64 jaar werkloos (Pauw, 2005). Sosiale probleme soos geweld, misdaad, armoede en ongelyke inkomste word vererger deur die feit dat meer as 50 % van persone in die ouderdomsgroep van 20 –29 jaar MIV positief is (PPT Pilots Project in South Africa, 2004). In die Noordwes-provinsie is MIV tans die grootste oorsaak van sterftes, ongeag geslag (Bradshaw et al., 2000). Uit bogenoemde is dit duidelik dat persone in die Noordwes-provinsie aan verskeie stressore blootgestel word, en dat die aard, omvang en impak van hierdie stressore in die verlede reeds aansienlike navorsingsaandag ontvang het. Navorsers het egter relatief onlangs ook begin fokus op die vermoë van sommige individue om te funksioneer ten spyte van die feit dat hulle met veelvuldige stressore gekonfronteer word (Peterson & Seligman, 2004).

In 'n studie onder vroue in die Noordwes-provinsie wat aan geweld blootgestel is, het Oosthuizen en Wissing (2005) bevind dat hierdie vroue oor sterktes en oorlewingstrategieë beskik wat hulle help om te funksioneer ten spyte van die stressore waaraan hulle blootgestel is. Die deelnemers was almal van plattelandse gebiede afkomstig waar armoede, werkloosheid, MIV en misdaad aan die orde van die dag is. Hierdie bevinding is in pas met die sentrale tema binne die Positiewe sielkunde, wat gefokus is op die oorsprong van sterktes, en die vraag na die oorsprong van psigologiese welstand probeer beantwoord. (Strümpfer, 2006; Seligman, 2002; Cilliers & Coetzee, 2003).

Positiewe sielkunde is gerig op die identifisering van daardie eienskappe van individue wat die lewe vir hulle aangenaam, goed en betekenisvol maak. Die betekenisvolle lewe

behels volgens Seligman (2003) dat 'n individu sy sterktes en deugde tot diens van iets groters as homself gebruik. Positiewe sielkunde streef dus daarna om te verstaan wat die lewe die moeite werd maak. Navorsers binne die Positiewe sielkunde ondersoek individue se positiewe ervarings en karaktertrekke wat hulle help om staande te bly wanneer hulle met stressore gekonfronteer word (Seligman & Csikszentmihalyi, 2000). Positiewe sielkunde is veral van belang wanneer individue swaarkry en nood ervaar, omdat mense juis gedurende hierdie tye dikwels vasklou aan hul sterktes, doel, integriteit en bronne van lewensbetekenis (Seligman, 2002).

Die Salutogenese is een van die eerste benaderings binne die veld van Positiewe sielkunde wat nagegaan het waarom sommige individue staande bly onder uitermatige stres. Antonovsky (1979; 1987) het die salutogene- (salus=gesondheid; genesis=oorsprong) model van gesondheid bekendgestel wat fokus op die oorsprong van gesondheid. Volgens Strümpfer (1995) is die term Fortigenese meer omvattend as die term Salutogenese, aangesien dit nie slegs fokus op gesondheid nie, maar ook op sterktes. Deur bewus te wees van sterktes waarmee individue hulle stressore hanteer, kan meer individue se sterktes ontwikkel word (Strümpher, 1995) om beter te funksioneer.

Die meeste psigologiese sterktes wat reeds geïdentifiseer is, is vanuit 'n Westerse raamwerk verken. Dit is egter belangrik om te besef dat mense en ervarings deel is van 'n bepaalde sosiale konteks wat bepaal dat die aard van die stressore waarmee hulle gekonfronteer word, asook die psigologiese sterktes wat suksesvol sal wees in die hantering van hierdie stressore, sal verskil (Seligman & Csikszentmihalyi, 2000). Min navorsing is tot dusver in Afrika gedoen om psigologiese sterktes binne 'n Afrika-konteks te verken. Aangesien die uitdagings wat die Westerse en Afrika-lande in die gesig staar verskil, is dit belangrik om sterktes binne 'n Afrika-konteks te verken. Die uitdagings wat swart Suid-Afrikaners die afgelope dekades die hoof gebied het, getuig van die moontlike bestaan van sterktes wat uniek mag wees in hul aard en oorsprong.

Die mens- en wêreldbeskouing van individue uit Afrika- en die Westerse lande toon bepaalde verskille. 'n Afrika-gesentreerde benadering van die wêreld reflekteer waardes, houdings en gebruike wat hul oorsprong binne 'n Afrika-georiënteerde filosofiese raamwerk het. Dit is nodig om hierdie benadering te verstaan alvorens die aard en oorsprong van psigologiese sterktes binne 'n Afrika-konteks verken word. Volgens 'n Afrika-gesentreerde filosofie is alles in die heelal funksioneel aan mekaar verbind en word individue beskou as verlengingstukke van die omgewing (Utsey et al., 2000). Sanewerking en groepsgerigtheid is belangrik in dié filosofie en die groep dien as 'n natuurlike ondersteuningstelsel (Jackson & Sears, 1992). Wanneer die individu blydskap of swaarkry beleef, ervaar die gemeenskap dieselfde. Individue se pyn en geluk word dus gedeel (Mbiti, 1996). Waardes soos gemeenskaplikheid, gedeelte verantwoordelikheid, groepsoriëntasie, samewerking en interafhanklikheid is vir tradisionele Afrikane belangrik (Viljoen, 1997). Volgens Van der Walt (1999) stel Afrikane die gemeenskap eerste ("Ek is omdat ons is"), en eers daarna die individu (p. 373). In teenstelling hiermee stel die Westerse kultuur die individu eerste, gevolg deur die gemeenskap of sosiale verhoudings ("Ons is omdat ek is"). In sy vergelyking van 'n Afrika- en Westerse wêreldbeskouing het Van der Walt (1999) die volgende verskille uitgelig: "Afrikane is sosiaal gerig, het 'n inklusiewe houding, en geborgenheid staan voorop. Hierdie individue is interafhanklik en samewerking is belangrik. Hulle deel graag met ander en beskeidenheid, toegeeflikheid, inskiklikheid, plooibaarheid en bereidheid tot kompromie word vooropgestel. Waardes soos vriendelikheid, hulpvaardigheid, gasvryheid, vergewensgesindheid, geduld en broederlikheid word waardeer. By Westerse individualisme kom 'n groter mate van ego-gesentreerdheid voor. Individue het 'n eksklusiewe houding en is baie keer eensaam. Individuele onafhanklikheid is belangrik en individuele inisiatief word aangemoedig. Kompetisie is algemeen en daar word versamel vir eie gebruik. Eerlikheid, openhartigheid, standvastigheid en deursettingsvermoë word as belangrik beskou. Verder word saaklikheid, onafhanklikheid en selfversorging aangemoedig" (p. 373).

Enkele bevindinge wat reeds gemaak is in ondersoeke na die psigologiese funksionering en meer spesifiek psigologiese sterktes vanuit 'n Afrika-benadering onder Amerikaanse

een fokusgroep in Tlakgameng en een in Ganyesa betrek, en die volgende vrae is aan die deelnemers gestel:

* Wanneer het jy op jou lewendigste en mees opgewekte gevoel in die gemeenskap?
* Noem een ding wat jy die meeste waardeer in jou gemeenskap.
* Dink jy jou gemeenskap is anders as ander gemeenskappe? Wat maak dit spesiaal?
* Watter hoop het jy om gesondheid en welstand in jou gemeenskap te bevorder?

Daar is van veldnotas gebruik gemaak om deelnemers se interaksie en gedrag te noteer.

Uit die fokusgroepe is breë kategorieë van sterktes geïdentifiseer. Die deelnemers se gesprekke tydens die fokusgroepe het die navorser laat besluit om semi-gestruktureerde individuele onderhoude in fase 2 te gebruik om rede deelnemers tydens die fokusgroepe met sekere vrae en konsepte gesukkel het as gevolg van taal- en kultuurverskille. Die navorser wou meer spesifieke inligting rakende die aard, werking en impak van die geïdentifiseerde kategorieë van psigologiese sterktes te bekom. Die volgende vrae is tydens die onderhoude aan die deelnemers gevra:

- Wat is jou persoonlike doelwitte vir die toekoms?
- Watter rol speel spiritualiteit in jou lewe?
- Watter rol speel tradisie in jou lewe?
- Watter aktiwiteite vind jy genotvol?
- Wat is jou beste kwaliteite?
- Wat gee jou hoop vir die toekoms?

DEELNEMERS

Opgeleide veldwerkers wat in die Ganyesa (stedelike) en Tlakgameng (landelike) distrikte van die Noordwes-provinsie woonagtig is, is gebruik om Setswanasprekende deelnemers vanuit dieselfde omgewing vir die fokusgroepe te identifiseer. Toegang tot die gemeenskap is verkry deur hierdie veldwerkers wat by 'n ander kwalitatiewe studie betrokke was. 'n Tolk wat oor 'n nagraadse kwalifikasie in Psigologie beskik was deurentyd teenwoordig.

Die twee fokusgroepe in Fase 1 het elk bestaan uit vier manlike en vier vroulike deelnemers in hul twintigerjare, almal afkomstig uit swak sosio-ekonomiese

omstandighede. Die meeste van die deelnemers was werkloos en het vrywillige werk verrig. Uit die twee fokusgroepe is deelnemers deur middel van 'n beskikbaarheidsteekproef vir Fase 2 (individuele onderhoude) geïdentifiseer en onderhoude is met vier vroulike en drie manlike deelnemers gevoer.

PROSEDURE

Die literatuurstudie is eers afgehandel ten einde inligting en kennis oor die Afrika-kultuur, en die huidige stand van kennis rakende psigologiese sterktes binne hierdie kultuur, te verkry.

Vanuit Fase 1 (fokusgroepe) is breë kategorieë van sterktes geïdentifiseer. Fase 2 is geloods om te bepaal of die temas wat tydens die kwalitatiewe ontleding van die fokusgroepe voorgekom het, ook tydens die individuele onderhoude teenwoordig sou wees, sowel as om die kategorieë van sterktes in meer besonderhede te ondersoek. Die navorser het besluit om die vrae meer op die individu te rig om sodoende te bepaal of individuele sterktes na vore sal kom en of die neiging steeds meer gemeenskapgerig sou wees. Tydens dié fase het 'n ervare Setswanasprekende navorser in sielkunde, wat vertroud is met die gemeenskap en omstandighede, hulp verleen met die formulering van vrae sodat die opvoedingsvlak en taal van die deelnemers deurentyd in ag geneem is.

ETIESE ASPEKTE

Die Etiese Komitee van die Fakulteit Gesondheidswetenskappe het die studie goedgekeur (No 05K10). Die deelnemers se belange is ten alle tye in ag geneem. Deelname aan die navorsing was vrywillig en deelnemers se ingeligte toestemming is vooraf verkry. Deelnemers kon op enige stadium van die proses onttrek sonder enige gevolge, en hulp was deurentyd beskikbaar in die vorm van geregistreerde sielkundiges. Die inligting vanuit die onderhoude is tydens beide die insameling en rapportering van data met die nodige vertroulikheid hanteer deurdat deelnemers tydens die gebruik van direkte aanhalings anoniem gebly het (Strydom, 1998).

DATAVERWERKING

Onderhoude is op oudiobande opgeneem waarna dit verbatim getranskribeer is. Die verwerking het ná die eerste fokusgroepgesprekke begin en tot verdere besluite rakende data-insameling gelei (Burns & Grove, 2001). Direkte woorde en aanhalings van deelnemers is gebruik om gestalte te gee aan die uniekheid van die data (Poggenpoel, 1998). 'n Proses van oop-kodering is gebruik om die getranskribeerde data te verwerk en 'n kundige mede-kodeerder het die data onafhanklik kodeer (Brink, 2001; Burns & Grove, 2001; De Vos, 2003). 'n Protokol is aan die mede-kodeerder gegee waarin die proses wat tydens kodering gevolg was, verduidelik is. Die navorser en die mede-kodeerder het hierna die geïdentifiseerde temas bespreek en konsensus bereik oor die hoof- en subtemas. Die betroubaarheid van die dataverwerkingsproses is sodoende verseker (Polit & Hungler, 1987).

RESULTATE

Tydens die kwalitatiewe ontleding van die fokusgroepgesprekke wat gevoer is ten einde breë kategorieë van psigologiese sterktes te identifiseer, het verskeie faktore na vore gekom wat as bronne van psigologiese sterktes beskou kan word. In die eerste plek het dit duidelik geblyk dat die gemeenskap 'n sentrale rol speel in die deelnemers se hantering van stressore, deurdat individue dit as betekenisvol ervaar het om in die gemeenskap diensbaar en betrokke te wees. Vriendskap, ondersteuning, sportdeelname en meer formele aktiwiteite soos vergaderings en debattering het dikwels in die fokusgroepgesprekke opgeduik.

In die tweede plek het spiritualiteit en religieuse belewing sigself ook as 'n belangrike bron van sterkte gemanifesteer. Hierdie bron van psigologiese krag help die deelnemers om daaglikse uitdagings te hanteer, deurdat hulle glo dat 'n hoër mag in beheer is en niks op hul pad gestuur sal word wat hulle nie kan oorwin nie.

Dit het ook geblyk dat deelname aan sekere tradisionele praktyke aan deelnemers se lewens struktuur verskaf, aangesien sekere gedragsreëls wat daarmee verband hou gehoorsaam moet word. Die hele groep neem saam deel aan sekere tradisionele

aktiwiteite wat ook 'n gevoel van gemeensaamheid en gemeenskaplikheid tot gevolg het en dus as addisionele bron van psigologiese krag dien. Voorbeelde van tradisionele praktyke is inisiasie, begrafnisse en aanbidding.

Daarby het deelnemers se toekomsgerigtheid en hoop ook as 'n sterkte gedien. Deelnemers kon betekenis in hulle huidige situasie van swaarkry vind deurdat sodanige omstandighede steeds die moontlikheid inhou om 'n beter toekoms vir die nageslag te bou. Hierdie ingesteldheid op die toekoms help die deelnemers om gefokus te bly en daadwerklik op te tree om 'n beter lewe vir die gemeenskap te verseker. Ten spyte van die negatiewe omstandighede van 'n bepaalde periode, behou hulle dus steeds die hoop dat sake op 'n later stadium sal verbeter.

Deelnemers het ook 'n bron van psigologiese sterkte gevind in hul vaardighede wat hulle in staat stel om in die gemeenskap diensbaar te wees, soos byvoorbeeld deur te verpleeg of aan te dring op die regte van die jeug. Hulle hoef nie noodwendig oor kognitiewe vermoëns te beskik om menswaardig te voel nie. Dit beteken vir hulle genoeg as hulle ander kan help en bystaan.

Laastens het lede ouer mense in die gemeenskap as 'n bron van wysheid beskou by wie hulle raad en hulp kon kry.

Nadat bogenoemde temas geïdentifiseer is, het 'n tweede rondte van data-insameling en -verwerking gevolg, met die doel om meer spesifieke inligting rakende bogenoemde kategorieë van sterktes te verkry. Die volgende temas het uit 'n meer in-diepte verkenning van die fokusgroepe en addisionele individuele onderhoude na vore gekom:

Sosiale ondersteuning en gemeensaamheid

Uit beide die fokusgroepe en individuele onderhoude was dit duidelik dat deelnemers, ten spyte van daaglike stres-ervarings, gelukkig voel wanneer hulle sosialiseer, kennis deel en mekaar help. Hierdie betrokkenheid in die gemeenskap kan op drie vlakke onderskei word.

Individue geniet in die eerste plek sosiale aktiwiteite soos vriendskap, gesellige samesyn en deelname aan sport. "When you walk alone you don't seem to be happy" en "What I am receiving from my relationships is the peace of mind" is van die uitlatings wat gemaak is. Sosiale interaksie dien dus as buffer teen stres, aangesien dit die individue laat goed voel en hulle in staat stel om hul probleme meer konstruktief te hanteer.

In die tweede plek is dit vir deelnemers belangrik dat die gemeenskap en veral die jeug bewus is van gemeenskapsaktiwiteite waar hulle onder andere inligting oor belangrike sake soos MIV kan kry. Van die response het gelui: "And then those of whom I'm with we share the ideas, burning issues and break the issues" en "At the meeting of the youth we can learn about many things". 'n Ander opmerking was: "I like sharing the info with people, telling them the importance of being involved in the community". Deelnemers vind dus gerusstelling in die feit dat hulle ingelig is en deel vorm van 'n groep waar die geheel belangriker is as die dele. Hulle vind ook betekenis daarin om op hul beurt ander in te lig, raad te gee en te help om besluite te neem.

Derdens vind individue met behulp van wederkerige hulpverlening vreugde daarin om mekaar op 'n sosiale vlak te ondersteun. Uit die onderhoude was dit duidelik dat niemand wat in nood verkeer oorgesien of agtergelaat word nie. "That means when I move forward I don't want to leave some other people behind" en "Die ding wat my goed laat voel is ek help my community" was van die reaksies wat voorgekom het. Die siekes, bejaardes en kinders word dus deurentyd versorg en bygestaan. "We go to the hospital with this old man" en "I help the grandmothers", lui van die kommentaar. Die meeste deelnemers is werkloos en tree as vrywilligers (en meestal versorgers) op. Hulle is dus bereid om ander te help en te versorg sonder dat hulle noodwendig daarvoor vergoed word. "And now I'm ready and able to volunteer everywhere in the community", het iemand gesê. Deelnemers ervaar vreugde wanneer hulle vir iemand anders iets beteken. Dit dien ook as gerusstelling omdat hulle weet dat indien siekte of nood oor hul pad sou kom, die gemeenskap hulle sal ondersteun. Daar bestaan iets of iemand groter as hulself.

Sosiale ondersteuning en gemeensaamheid dien dus op verskeie wyses as belangrike bron van psigologiese sterkte.

Spiritualiteit en religieuse belewing

Spiritualiteit verwys na geloof in 'n hoër mag of Opperwese en religieuse belewing of betrokkenheid is die uitdrukking van 'n individu of groep se geloof. Uit die fokusgroepe en individuele onderhoude het dit geblyk dat die deelnemers hul geloof aktief uitleef en dit geniet om God saam met ander Christene te dien. Daar is 'n sterk verband tussen spiritualiteit en die voorafgenoemde sterkte van sosiale ondersteuning. Deelnemers se spiritualiteit en religieusiteit voorsien egter nie net nog 'n wyse waarop die gemeenskap mekaar ondersteun en bymekaarkom nie, maar gee dikwels vir deelnemers 'n doel op aarde, en die gerusstellende wete dat hulle deur God en hul medemens ondersteun word om hierdie taak te verrig. Individue beskou stressore as deel van 'n groter plan. Daar is ook genoem: "I get support from my community and my priest...they support me spiritually, not giving me food." Uit hierdie aanhaling blyk dit duidelik dat die gemeenskap nie altyd die finansiële middele het om mekaar te ondersteun nie en dat spirituele ondersteuning (deur byvoorbeeld gebede) in hierdie omstandighede vir hulle 'n belangrike bron van krag en bemoediging is. Spiritualiteit en religieuse belewing is dus ook 'n psigologiese sterkte vir die deelnemers, aangesien die wete dat God in beheer is hul lewe meer beheerbaar maak. Dit verleen ook betekenis aan hul daaglikse bestaan.

Tradisie

Tradisie verwys onder andere na praktyke soos inisiasie, begrafnisse, troues en aanbidding. Sommige deelnemers het gevoel dat tradisie van hulle vereis om reëls te gehoorsaam en sekere aktiwiteite by te woon. Dit skep struktuur en laat hulle deel voel van 'n spesifieke kultuur met unieke leefwyses. Tradisie versterk dus die gevoel van samehorigheid en geborgenheid wat as buffer dien teen daaglikse stressore. Die rol van tradisionele praktyke as bron van psigologiese sterkte toon dus 'n sterk verband met sosiale ondersteuning wat reeds bespreek is. Tradisionele praktyke verskaf ook vir lede van hierdie gemeenskap betekenis, en is vir hulle 'n bron van krag, aangesien dit deur hul voorgeslagte uitgeoefen is en hulle deur moeilike tye gedra het. "I am an African. There

are certain items and activities that I take part in", was die opmerking van een deelnemer. Daar blyk ook 'n verband te wees tussen religieuse belewing en tradisie. Dit is wyses waarop individue uitleef wie hulle is en waaraan hulle glo.

Hoop en toekomsgerigtheid

Die "hoop" waarna hier verwys word, kan ook beskryf word as optimisme, toekomsgerigtheid of toekomsgeoriënteerdheid. Uit die kwalitatiewe gesprekke met die deelnemers het dit duidelik na vore gekom dat hulle aanhou hoop op 'n beter toekoms, ten spyte van hul huidige ongunstige omstandighede in die gemeenskap. Twee van die uitsprake was: "Knowing life will be much more softer than it was before" en "I got deep deep deep hope, hopeful for my area all around". Die deelnemers koester dus die hoop dat 'n beter toekoms vir hulle area geskep kan word. Hul hoop sentreer rondom 'n beter lewe vir die gemeenskap en nie rondom 'n beter materialistiese lewe vir hulself nie. Hulle laat hul as volg daaroor uit: "But I've got the positive mind and I'm living the positive life. I've got the hope and I keep on wishing that sometimes life will change" en "It's better to hope than to wish." Hoop gee vir hulle iets om aan vas te hou en iets om voor te lewe. Wanneer hulle met stressore gekonfronteer word, glo hulle dat dit van verbygaande aard is en fokus hulle op dit wat hulle in die toekoms wil verander. "And then within three years, I want to see the youth of Tlakgameng changed" en "Life will change and be on our side", lui sommige van die response.

Die deelnemers het duidelike doelwitte om van hoop 'n werklikheid te maak. Hulle bly dus nie passief in hulle hoop nie, maar is proaktief betrokke in 'n poging om verandering te bewerkstelling. Doelwitte is weereens nie op individuele selfverwesenliking gerig nie, maar op die ontwikkeling van die gemeenskap. "Let us work not to drive fancy cars, or have fancy cellphones or a nice house. Let us work and make the future bright for those who will come after us"; "The goals, they make you feel that you are walking and that you are still alive, you're gonna achieve and you're gonna win the challenges" en "To walk, walk towards achieving those goals" illustreer hierdie doelgerigtheid. Hoop het individuele en gemeenskapsgerigte elemente. Hulle hoop dat die gemeenskap en ook hulself 'n beter lewe vorentoe sal hê. Die gemeenskap se toekoms word egter voor die

individu se toekoms geplaas. Die deelnemers het dus hoop op 'n beter lewe, maar streef ook gepaardgaande doelwitte na om dit 'n werklikheid te maak. Hierdie kombinasie dien vir hulle as sterkte.

Mensgerigte vaardighede

Dit het geblyk dat deelnemers trots was op hul vaardighede wat hulle in staat stel om die gemeenskap te help en sodoende meer diensbaar te wees. Hulle voel positief oor die feit dat hulle ander kan versorg, met mense kan werk en met mense kan kommunikeer. Sterkte word geput uit die feit dat hulle vir ander iets kan beteken, al is dit net om 'n bejaarde se hand te neem en hom te help loop. Vaardighede wat hulle dus as belangrik ag, is nie noodwendig spesiale vermoëns nie, maar net die fisieke krag en bereidheid om andere te ondersteun. Hulle vind betekenis daarin om hul vaardighede ten bate van ander mense te gebruik. Deur diensbaar te wees, voel die deelnemers belangrik en waardig. Die betekenis van die individue se bestaan word verhoog deur hul diensbaarheid. Al word hulle dus met stressore gekonfronteer, voel hulle dat hul bestaan op aarde belangrik is omdat hulle vir hul medemens tot diens kan wees. "I'm good at caring for people", het nog iemand geantwoord. Alhoewel die deelnemers se finansiële omstandighede hulle dus verhoed om verder te studeer of hulself volgens Westerse standaarde te aktualiseer, vind hulle dit verrykend om vir ander mense tot diens te wees.

Wysheid van bejaardes

Uit die fokusgroepe en individuele onderhoude het respek vir ouer mense as 'n belangrike eienskap van die gemeenskap na vore gekom. Ouer lede van die gemeenskap word nie bloot gerespekteer omdat hulle ouer is nie, maar omdat hulle as bron van wysheid en kennis beskou word. Bejaardes beskik oor praktiese ervaring en het reeds soortgelyke probleme as waarmee die jeug gekonfronteer word, persoonlik beleef. Dit word geïllustreer deur 'n uitspraak soos: "I must respect them for the fact that they have come before me." Indien die gemeenskap dus met stressore gekonfronteer word, is die ouer mense daar om raad te gee. "I must respect them because they are older than me" en "I like the wisdom of the older people so I like to sit with them and find out what is the best thing to do in life" is 'n aanduiding van hierdie ingesteldheid. Wysheid van

bejaardes is dus vir die deelnemers 'n bron van psigologiese sterkte, omdat hulle oortuig is dat daar raad en kennis beskikbaar is wanneer 'n bejaarde geraadpleeg word.

Humor

In die fokusgroepe het deelnemers op 'n lighartige manier met mekaar gekommunikeer en deurentyd grappe gemaak. Hierdie gedrag het die bevinding dat humor dikwels gebruik word om 'n moeilike, onaangename of onbekende situasie hanteerbaar te maak, gerugsteun. Dit was duidelik dat deelnemers nie vir mekaar nie, maar met mekaar gelag het. Humor is veral in die fokusgroepe gebruik wanneer iemand bekendgestel word. Die het die nuweling gehelp om welkom te voel en gedemonstreer dat hy deur die groep aanvaar word. Die volgende opmerking van een van die fasiliteerders tydens die fokusgroep dien as voorbeeld van hierdie humor: "Even now when we introduced each other, there was a lot of laughs" en "...because I see you smile and I see you laugh". Humor dra ook die boodskap oor dat "ons omstandighede nie so sleg is nie, want ons kan nog saamlag." Humor kom dus as psigologiese sterkte onder die deelnemers voor en kan in hierdie konteks gedefinieër word as lighartige en grappige interaksies tussen individue teen die agtergrond van swaarkry en armoede.

BESPREKING

Sedert die ontstaan van die beweging van Positiewe Sielkunde is verskeie studies in Westerse individualistiese samelewings gedoen om psigologiese sterktes wat daar van toepassing is te identifiseer. Daar blyk egter 'n leemte te wees wat betref kennis oor die aard en werking van psigologiese sterktes binne 'n Afrika-konteks. As gevolg van die prominente verskille tussen Afrika- en Westerse mens- en wêreldbeskouings, bestaan die moontlikheid dat die psigologiese sterktes wat in Westerse individualistiese samelewing en die Afrika-georiënteerde kollektivistiese samelewing van toepassing is, ook prominente verskille mag toon. Die feit dat Afrika ook unieke uitdagings soos werkloosheid, armoede, geweld en MIV in die gesig staar, noodsaak waarskynlik ook die ontwikkeling en aanwending van eiesoortige bronne van psigologiese welstand. Die doelstellings van die studie was dus om te bepaal wat die aard van psigologiese sterktes is

waaroor Setswana Suid-Afrikaners beskik, asook om daardie sterktes te identifiseer wat spesifiek tot die Afrika-kultuur blyk te behoort.

Tydens die kwalitatiewe ontleding van die fokusgroepe en individuele onderhoude het dit aan die lig gekom dat daar sekere sterktes in hierdie Afrika-konteks aangewend word wat ooreenstem met dit wat reeds in 'n Westerse konteks bevind is. Spiritualiteit en religieusiteit kan byvoorbeeld as 'n universele bron van psigologiese welstand beskou word. Die gebruik van spiritualiteit en religieuse belewing as psigologiese sterkte onder Setswana Suid-Afrikaners wat in hierdie studie na vore gekom het, is in pas met die bevinding van 'n studie onder swart Amerikaners waarvolgens spiritualiteit en geloof 'n belangrike rol in die deelnemers se oorlewingsmeganismes gespeel het (Constantine, 2002). Alhoewel spiritualiteit en 'n religieuse ingesteldheid ook in die Westerse kultuur as sterkte beskou word, blyk dit 'n andersoortige dinamika binne 'n Afrika-konteks te hê. Spiritualiteit en religieusiteit word gebruik om die gemeenskap te ondersteun en mense by te staan. Dit stem ook ooreen met die literatuur waarvolgens spirituele en religieuse konsepte binne 'n Afrika-konteks sentreer rondom versoening, samewerking en samehorigheid (Chaobi, 2000).

Hoop en toekomsgerigtheid as psigologiese sterkte sluit ook aan by dit wat reeds in die Westerse kultuur gevind is. Hoop het egter in die huidige studie 'n sterk kollektivistiese inslag getoon, met die fokus op 'n beter lewe vir die gemeenskap en nageslag. Hoop beteken dat individue glo 'n beter toekoms is moontlik, en dat hulle in staat is om hierdie beter toekoms te bewerkstellig (Peterson & Seligman, 2004). Volgens Carver en Scheier (2004) is hoop soortgelyk aan optimisme waar individue met verskeie stressore gekonfronteer word en steeds positiewe uitkomste verwag. Die voorkoms van humor onder die deelnemers word ook in 'n Westerse konteks as sterkte beskou. Humor word volgens Waller (2006) in verskeie kulture met sterk tradisionele bande as sterkte gebruik. Dit dien as wyse van sosialisering en sosiale beheer deurdat mense welkom voel wanneer humor gebruik word, en individue ook op 'n humoristiese wyse gedissiplineer word sonder dat hulle verneder voel (Waller, 2006).

Dit is interessant dat al die Afrika-sterktes wat ooreenkomste met Westerse sterktes toon, naamlik spiritualiteit, hoop en humor volgens Peterson en Seligman (2004) elemente van 'n breër konstruk, naamlik wysheid vorm. Die voorkoms en gebruik van wysheid binne 'n Afrika-konteks het egter geblyk te verskil van wysheid soos gedefinieer binne 'n Westerse konteks. Waar wysheid in 'n Westerse konteks dikwels beskryf word as die vermoë om relevante inligting te gebruik om 'n goeie lewe te lei (Peterson & Seligman, 2004) word ouer mense in die Afrika-konteks as bronne van wysheid beskou en hul kennis en ervarings hoog geag en gerespekteer. Waar wysheid in 'n Westerse konteks dus dikwels primêr ingestel is op eie gewin, blyk die fokus in 'n Afrika-konteks ook sterk te val op respek vir en erkenning van bejaardes as bronne van wysheid.

Hoewel daar dus 'n aantal bronne van sielkundige sterkte is wat sterk ooreenkomste met bestaande kennis vanuit die Westerse konteks toon, is daar egter sekere sterktes wat uniek aan die Setswana-groep blyk te wees. Sosiale ondersteuning en gemeensaamheid het byvoorbeeld as die belangrikste sterkte van die Setswana-sprekende deelnemers na vore gekom. Hoewel dit ook in die Westerse konteks as sterkte beskou word, gee die prominensie wat dit in die Afrika-konteks as bron van psigologiese welstand geniet (Sheldon & Lyubormirsky, 2004), daaraan 'n unieke kleur. Sosiale ondersteuning kan volgens Wills (1991) gedefinieer word as 'n persepsie of ervaring dat 'n persoon geliefd is en daar na hom omgesien word deur ander; asook dat hy waardeer en geag word en deel is van 'n sosiale netwerk met wederkerige bystand en verpligtinge. Die gemeenskap as geheel ondersteun mekaar en vorm 'n sosiale vangnet indien iemand dit sou benodig. Dit is in pas met Khumalo (2005) se studie waarin hy bevind het dat medemenslikheid onder Afrikane nie net tot 'n een-tot-eenverhouding beperk is nie, maar dat dit 'n kollektivistiese konsep is wat uit horisontale en vertikale verwantskappe bestaan. Liefde en goedhartigheid in hierdie verhoudings dra by tot mededeelsaamheid, omgee en versorging (Khumalo, 2005). Sosiale ondersteuning as sterkte binne 'n Afrika-konteks stem dus ooreen met 'n studie van Constantine et al. (1997), waar bevind is dat swart Amerikaners van Afrika-oorsprong staatmaak op Afrika-georiënteerde kulturele oorlewingsmeganismes soos familie, gemeenskap en sosiale ondersteuningsnetwerke om hul psigologiese probleme te hanteer.

Die ontwikkeling en aanwending van mensgerigte vaardighede het ook geblyk 'n unieke bron van psigologiese sterkte by die Setswana groep te wees. Dit behels die ontwikkeling van kwaliteite en talente wat individue dan tot diens van die groep aanwend. Uit die kwalitatiewe data het dit duidelik geblyk dat die groep se geluk telkens bo dié van die individu gestel word. Dit bevestig Van der Walt (1999) se beskrywing van die Afrika-kultuur: "Ek is omdat ons is" (p. 373). Volgens Waller (2002) ervaar kollektivistiese kulture aktiwiteite as genotvol wanneer daar nie gefokus word op persoonlike prestasie en doelwitte nie, maar wel op die voordeel en diensbaarheid van die groep.

Tradisie het ook as psigologiese sterkte binne die Setswana-konteks voorgekom. Dit is 'n wyse waarop struktuur verkry en 'n gevoel van geborgenheid en samehorigeheid geskep word. Dit stem ooreen met die resultate van Waller (2006) waar tradisionele praktyke as sterkte in tradisionele kulture beskou word.

Uit die bogenoemde bespreking blyk dit dat daar algemene sterktes bestaan wat universeel voorkom en ook binne die Afrika-konteks sigbaar was, naamlik spiritualiteit, hoop en humor. Sterktes wat in die aard en intensiteit daarvan uniek tot die Afrika-kultuur blyk te wees, was almal sterk op die gemeenskap gerig. Sosiale ondersteuning en gemeenskaplikheid, tradisie en mensgerigte vaardighede is byvoorbeeld psigologiese sterktes wat prominent binne die Afrika-konteks na vore gekom het. Alhoewel sommige van hierdie sterktes ook binne 'n Westerse denkraamwerk aangetref mag word, geniet dit klaarblyklik nie dieselfde mate van belangrikheid nie.

BEPERKINGS VAN DIE STUDIE

Alhoewel die studie aanduidings gee van die sterktes wat binne die Afrika-konteks belangrik blyk te wees, is daar sekere beperkings wat uitgelig moet word. Eerstens was daar redelik min deelnemers wat aan die onderhoude deelgeneem het en die bevindinge kan dus nie veralgemeen word na alle Afrikane nie. Meer proefpersone sou die data ryker gemaak het. Tweedens is die onderhoude dikwels in Engels gevoer, alhoewel die deelnemers se eerste taal Setswana is. Hoewel daar deurentyd 'n tolk teenwoordig was

vir proefpersone wat sou verkies om in Setswana te respondeer, bestaan die moontlikheid nietemin dat inligting met die gebruik van Engels as hul tweede taal dalk verlore kon gaan.

AANBEVELINGS VIR VERDERE NAVORSING

Verdere navorsing in ander distrikte en onder ander kulturele groepe in Afrika is nodig om die veralgemeenbaarheid van die huidige resultate te ondersoek. Daar moet ook bepaal word wat die effek van verstedeliking op Afrika-sterktes is. Die toepassing van Afrika-sterktes vir terapeutiese doeleindes is nog 'n leemte wat as 'n vrugbare terrein vir ondersoek kan dien.

AANBEVELINGS VIR DIE PRAKTYK

Daar word aanbeveel dat Afrika-sterktes in gedagte gehou word in die keuse van terapie. 'n Begrip vir die Afrika-leefwyse sowel as sterktes kan as boustene dien wat kan help in die proses van terapie. Deurdat kliënte bewus gemaak word van hierdie sterktes kan hulle weer waardering vir hul eie kultuur en gemeenskap ontwikkel en hul ondersteuningsbronne identifiseer. Die bydrae wat kennis oor die Afrika-sterktes in die voorkoming van psigopatologie kan speel, vra om verdere ondersoek.

BIBLIOGRAFIE

Antonovsky, A. (1979). Health, stress and coping: New perspectives on mental and physical wellbeing. San Francisco: Jossey-Bass.

Antonovsky, A. (1987). Unravelling the mystery of health: How people manage stress and stay well. San Franscisco: Jossey-Bass.

Bradshaw, D., Nanna, N., Laubscher,R., Groenewald, P., Joubert, J., Nojilana, B., et al. (2000). South African national burden of disease study. Retrieved October 17, 2006, from http://www.mrc.ac.za/bod/northwest.

Brink, H.I.L. (2001). Fundamentals for research methodology for health care professionals. Juta: Kenwyn.

Burns, N. & Grove, S.K. (2001). The practice of nursing in research. Conduct, critique & utilization. 4th ed. Philadelphia: WB Saunders.

Carver, C.S. & Scheier, M.F. (2002). Optimism. In C.R. Snyders & S.J. Lopez (Eds.), *Handbook of positive psychology*. (pp. 231-243). New York: Oxford University Press.

Chaobi, M.M.S. (2000). Cultural factors and psychological well-being in urbanizing black South Africana in the North-west province. Unpublished masters dissertation, PU for CHE, Potchefstroom.

Cilliers, F. & Coetzee, S.C. (2003). The theoretical fit between three psychological wellness constructs: sense of coherence, learned resourcefulness and self-actualisation. *South African Journal of Labour Relations*, 4-24.

Constantine, M.G., Wilton, LO, Gainor, K.A., Lewis, E.L. (2002). Religious Participation, Spirituality & Coping among African American College Students. *Journal of College Student Development*, 43(5), 605-613.

Constantine, M.G., Chen, E.C. & Ceesay, P. (1997). Intake concerns of racial & ethnic minority students at a university counselling centre: Implications for development, programming & outreach. *Journal of multicultural counselling & development*, 25, 210-218.

Daly, A., Jennings, J., Beckett, J.O., & Leashore, B.R. (1995). Effective coping strategies of African Americans. *Social Work*, 21, 190-215.

De Vos, A.S. (2003). Qualitative data analysis and interpretation. In A.S. de Vos (Ed), H. Stydom, C.B. Fouché, M. Poggenpoel, M., Schurinck, E. & W., *Research at grass roots: a primer for the caring professions.* (pp. 339-355). Pretoria: J.L. van Schaik Academic.

Foster, G. (2002). Beyond education and food: psychosocial well-being of orphans in Africa. *ACTA Paediatr*, 91, 502-504.

Fouchè, C.B. & De Vos, A.S. (1998). Problem formulation. In A.S. de Vos(Ed), H. Strydom, C.B. Fouchè & C.S.L. Delport, *Research at grassroots: for the social sciences and human service professions.* (pp. 64-75). 2nd ed. Pretoria: Van Schaik Publishers.

Jackson, A.P. & Sears, S.J. (1992). Implications of an Africentric worldview in reducing stress for African American women. *Journal of counselling and development, 71, 184-190.*

Khumalo, I.P. (2005). Exploring the validity of the VIA-inventory of strengths in an African context. Masters dissertation. North-West University (Potchefstroom).

Mbiti, J.S. (1969). African religions and philosophy. London: Heinemann.

Neuman, W.L. (2000). Social Research Methods: Qualitative and Quantitative Approaches. 4th ed. U.S.A : Allyn and Bacon.

Oosthuizen, C.M. & Wissing, M.P. (2005). Prevalence of violence against women: Distress, coping and psychological wellbeing. Surviving the fire? *South African journal of Psychology*, 35(4), 637-656.

Pauw, K. (2005). A profile of the North West province: Demographics, poverty, inequality and unemployment. Retrieved October 17, 2006 from http:///www.wcape.agric.za.

Peterson, C. & Seligman, M.E.P. (2004). Character Strengths and Virtues: A handbook and Classification. New York: Oxford University Press.

Poggenpoel, M. (1998). Data analysis in qualitative research. In A.S. de Vos (Ed.), H. Strydom, C.B. Fouchè, M. Poggenpoel, E. & W. Schurink, *Research at grass roots: a primer for the caring professions* (pp.334-353). Pretoria: J.L. van Schaik Academic.

Polit, D.F. & Hungler, B.P. (1987). Nursing research, principles and methods. 3rd ed. Philadelphia: J.B. Lippincott Company.

PPT Pilots Project in Southern Africa. (2004). Poverty in the North West Province. Retrieved October 17, 2006 from www.nwpg.gov.za/sde/stquo.asp.

Seligman, M.E.P. (2002). Foreword: The past and future of positive psychology. In C.L.M. Keyes & J. Haidt (Eds.), *Flourishing: Positive Psychology and the life well-lived.* (pp. xi-xx). Washington: American Psychological Assosiation.

Seligman, M.E.P. & Csikszentmihalyi, M. (2000). Positive Psychology: An introduction. *American Psychologist*, 55, 236-240.

Seligman, M.E.P. & Csikszentmihalyi, M. (2000). Positive psychology. *American Psychologist,* 55(1), 5-14.

Seligman, M.E.P. (2003). Positive Psychology: Fundamental assusmptions. *The Psychologist*, 16, 126-127.

Sheldon, K.M. & Lyubomirsky, S. (2004). Achieving sustainable new happiness: Prospects, Practices, and Prescriptions. In P.A. Linley & S. Joseph (Eds.), *Positive Psychology in Practice.* (pp. 127-145). New Jersey: John Wiley & Sons.

Strümpher, D.J.W. (1995). The origins of health and strength from 'salutogenesis' to 'fortigenesis'. *South African journal of psychology*, 25(2), 81-88.

Strümpher, D.J.W. (2006). Positive emotions, positive emotionality and their contribution to fortigenic living: A review. *South African Journal of Psychology*, 36(1), 144-167.

Strydom, H. (1998). Ethical aspects of research in the caring professions. In A.S. De Vos(Ed), H. Strydom, C.B. Fouchè & C.S.L. Delport, *Research at grassroots: A primer for the caring professions.* (pp. 23-36). Pretoria: Van Schaik uitgewers.

Utsey, S.O., Adams, E.P. & Bolden, M. (2000). Development and Initial Validation of the Africultural Coping Systems Inventory. *Journal of Black Psychology*, 26(2), 194-215.

Van der Walt, B.J. (1999). Visie op die Werklikheid. Potchefstroom: Potchefstroomse Universiteit vir Christelike Hoër Onderwys.

Viljoen, H.G. (1997). Eastern and African perspectives. In W.F. Meyer, C. Moore & H.G. Viljoen (Eds), *Personology: From individual to ecosystem.* (pp. 591-627). Johannesburg: Heinemann.

Waller, M. (2006). Strengths of indigenous people. In D. Saleebey (Ed), *The strengths perspective in social work practice.* (pp. 46-58). 4th ed. U.S.A: Pearson Education Inc.

Wills, T.A. (1991). Social support & interpersonal relationships. In M.S. Clark (Ed.), *Prosocial behaviour.* (pp. 265-289). Newbury Park: Sage.

Naam:... Studentenommer.................................

Toets EDCC112 24 Mei 2007

Kies die korrekte word in Kolom B om te pas by die word in kolom A. Skryf slegs die korrekte simbool neer.

Antwoord	Kolom A	Kolom B
	1. Opvoeding.	A. Optree in belang van die gemeenskap.
	2. Onderrig.	B. Algemene Onderwys en Opleiding en Verdere Onderwys en Opleiding.
	3. Waardes van die konstitusie.	C. Progressie en integrasie
	4. Doestelling van die Nasionale Kurrikulumverklaring (NKR).	D. Die kennis, vaardighede en waardes wat leerders moet ken.
	5. Die soort leerder wat in die vooruitsig gestel word deur die NKR.	E. Sosiale geregtigheid en gelykheid.
	6. Die soort onderwyser wat in die vooruitsig gestel word deur die NKR.	F. Rol as fasiliteerder van leer kan vervul.
	7. Struktuur van die NKR.	G. Die vormende invloed van volwassenes.
	8. Beginsels van die NKR.	H. Kritieke uitkomste, leeruitkomste en assesseringstandaarde
	9. Kritieke uitkoms	I. Om 'n leerder by te staan om leerinhoud te hanteer.
	10. Assesseringstandaarde	J. Verseker gelykheid ten opsigte van toegang tot onderwys en opleiding.
		K. Identifiseer en los probleme op en neem besluite op grond van kritiese en kreatiewe denke.
		L. Beskryf die vlak waarop leerders die bereiking van leeruitkomste moet demonstreer.