# Welheidsbediening deur AGS-pastore in 'n stedelike konteks: 'n Prakties-Teologiese studie

Louise Lovell
M.A. Teologie (R.A.U.)

**Proefskrif voorgelê vir die graad Philosophiae Doctor in Praktiese Teologie aan die Noordwes-Universiteit (Potchefstroomkampus)**

Promotor: Prof. dr. G.A. Lotter

Mei 2009
Potchefstroom

## HP WILDERS

## VERTALING EN TEKSVERSORGING

**(SUID-AFRIKAANSE VERTALERSINSTITUUT: LIDNOMMER 1001237)**

Hiermee verklaar ek, Helena Petronella Wilders, dat ek Louise Lovell se PhD taalversorg het.

Ek is 'n geregistreerde lid van die Suid-Afrikaanse Vertalingsinstituut.

Die uwe

H.P. Wilders

**HIERDIE STUDIE WORD OPGEDRA AAN**

**MY LEWENSMAAT, KEN LOVELL,**

**MY TWEE KINDERS, RYAN EN KAYLIN**

**EN JANET TSHABALALA**

## DANKBETUIGINGS

Ek wil graag, in geen spesifieke volgorde nie, die volgende persone bedank wat hierdie navorsing moontlik gemaak het:

- My promotor, Prof. dr. George Lotter, vir sy kennis, leiding, volgehoue motivering en onderskraging. Sy positiewe gesindheid was deurentyd vir my 'n inspirasie.
- Prof. dr. Cilas Wilders, Dr. Vincent Atterbury, Prof. dr. John Pilch en Dr. Ernrich Basson wat as vakkundiges waardevolle insette gelewer het.
- Die personeel van die Teologiese Biblioteek en die Ferdinand Postma-Biblioteek van die Noordwes-Universiteit vir hulle professionele diens en hulpvaardigheid.
- Helena Wilders vir die finale taalversorging.
- Al die persone wat bereid was om aan die navorsingstudie deel te neem.
- My lewensmaat, Ken Lovell, en dogter Kaylin vir hulle ondersteuning en voortdurende aanmoediging asook vir die begrip wat hulle gehad het vir die persoonlike tyd wat ek aan die navorsing spandeer het.
- Ken Lovell vir die tegniese versorging en rekenaarondersteuning.
- Dr. Pieter Oldewage vir die kodering van die onderhoude, vir deeglike werk, waardevolle advies en die konsensusgesprekke wat gevoer is.
- Lize van den Bergh wat die onderhoude getranskribeer het.
- Jan McPherson vir sy volgehoue belangstelling, hulp en aanmoediging.
- Dr. Francois Möller vir die aanmoediging, hulp en ondersteuning om my studies voort te sit en vir die geestelike verryking wat sy insette op my lewe gehad het.
- Dr. Retha Visagie wat as eksterne kundige in kwalitatiewe navorsing, begeleiding gegee het met die datakoderingsproses.
- Janet Tshabalala se getroue ondersteuning met die dag-tot-dagaktiwiteite.
- Carine Kruger vir die waardevolle insette met die formulering van die navorsingsvraag, algemene inligting en aanmoediging.

**Alle lof en dank aan my hemelse Vader. Aan Hom kom die eer toe.**

INHOUDSOPGAWE


**DANKBETUIGINGS ..... ii**

**INHOUDSOPGAWE ..... iii**

**HOOFSTUK 1 ..... 2**

**'N INLEIDENDE PERSPEKTIEF OP 'N WELHEIDSBEDIENING DEUR AGS-PASTORE IN 'N STEDELIKE KONTEKS ..... 2**

**1.1 TITEL EN SLEUTELTERME ..... 2**

**1.2 ORIËNTERING EN PROBLEEMSTELLING TEN OPSIGTE VAN DIE ONDERSOEKVELD ..... 2**

1.2.1 Motivering ten opsigte van die gebruik van die term "welheid" as vertaling van die Engelse term "wellness" ..... 2
1.2.2 Voorlopige konseptualisering - 'n leksikografiese studie ..... 4
1.2.2.1 AGS ..... 4
1.2.2.2 Bediening ..... 4
1.2.2.3 Pastoor ..... 5
1.2.2.4 Praktiese Teologie ..... 5
1.2.2.5 Stedelike ..... 5
1.2.2.6 Welheid vanuit 'n sekulêre perspektief ..... 6
1.2.3 Historiese verhouding tussen godsdiens en natuur- en gesondheidswetenskappe in die Westerse wêreld ..... 6
1.2.4 'n Holistiese benadering in welheidsbediening ..... 7
1.2.5. Betrokkenheid van die kerk in die kontemporêre kultuur ..... 8
1.2.6 Stand van navorsing ..... 10
1.2.7 Navorsingsvraag ..... 10

**1.3 DOELSTELLING EN DOELWITTE ..... 11**

1.3.1 Doelstelling ..... 11
1.3.2 Doelwitte ..... 11

**1.4 SENTRALE TEORETIESE ARGUMENT ..... 11**

**1.5 METODE VAN ONDERSOEK ..... 11**

1.5.1 Zerfass se model .... 13
1.5.2 Metateoretiese perspektiewe .... 16
1.5.3 Basisteoretiese perspektiewe .... 16
1.5.4 Praktykteoretiese perspektiewe .... 16

**1.6 HOOFSTUKINDELING .... 17**

**1.7 TEGNIESE ASPEKTE .... 17**

1.7.1 Afkortings vir die boeke van die Bybel .... 17
1.7.2 Geslagsvorm .... 17
1.7.3 1983 Afrikaanse vertaling van die Bybel .... 17
1.7.4 Verwysingsisteem .... 17
1.7.5 Resente en minder resente bronne .... 18
1.7 6 Die terme fisies en fisiek .... 18

**HOOFSTUK 2 .... 20**

**METATEORETIESE PERSPEKTIEWE MET BETREKKING TOT 'N WELHEIDSBEDIENING DEUR AGS-PASTORE IN 'N STEDELIKE KONTEKS .... 20**

**2.1 INLEIDING .... 20**

**2.2 WAT IS 'N METATEORIE? .... 21**

**2.3 DOELSTELLING .... 22**

**2.4 VERTALING VAN DIE WOORD "WELLNESS" .... 23**

**2.5 WELHEID IN HISTORIESE KONTEKS – 'N VOËLVLUG .... 24**

2.5.1 Inleiding .... 24
2.5.2 Antieke oorsprong van die konsep .... 24
2.5.3 Ontwikkeling van die konsep in die negentiende en twintigste eeu .... 25
2.5.4 Dr. Halbert L. Dunn munt die woord "wellness" .... 26
2.5.5 Die ontwikkeling van die konsep vanaf die sewentigerjare .... 27
2.5.6 Samevatting .... 28

**2.6 WELHEIDSLEEFWYSE IN DIE KONTEMPORÊRE KULTUUR .... 29**

2.6.1 Eienskappe van die kontemporêre kultuur .... 30
2.6.2 Versnelde lewenstempo .... 30
2.6.3 Intellektuele onwelheid .... 31

2.6.4 Siektetoestande ..... 31
2.6.5 Stygende mediese kostes ..... 31
2.6.6 Wêreldgesondheidorganisasie (WGO) en die Wêreld Ekonomiese Forum (WEF) ..... 32

**2.7 PERSPEKTIEWE VAN ANDER VAKDISSIPLINES OOR WELHEID ..... 32**

2.7.1 Inleiding ..... 32
2.7.2 Kontemporêre uitsprake oor welheid as konsep ..... 33
2.7.2.1 Bill Hettler ..... 34
2.7.2.2 Arizona State-Universiteit ..... 34
2.7.2.3 John J. Pilch ..... 34
2.7.2.4 Michael Mulvihill ..... 35
2.7.2.5 Paul Zane Pilzer ..... 35
2.7.2.6 Jane E. Myers, Thomas J. Sweeney en J. Melvin Witmer ..... 35
2.7.2.7 Charles B. Corbin en Robert P. Pangrazi ..... 35
2.7.2.8 National Wellness Institute ..... 35
2.7.2.9Gohde ..... 36
2.7.2.10 Jan Montague ..... 36
2.7.2.11 Donald Epstein ..... 36
2.7.2.12 Wêreldgesondheidsorganisasie ..... 36
2.7.2.13 Kathy Freston ..... 36
2.7.3 Gesondheid, siekte, kwale en ongesteldheid ..... 38
2.7.3.1 Inleiding ..... 38
2.7.3.2 Die belangrikheid van gesondheid ..... 38
2.7.3.3 Die ontwikkeling en betekenis van die konsep gesondheid ..... 40
2.7.3.4 Verskil tussen kwale, siektes en ongesteldhede ..... 45
2.7.3.5 Verskil tussen gesondheid en welheid ..... 47

**2.8 VERSKEIE BASIESE KONSEPTE RAKENDE WELHEID ..... 49**

2.8.1 Dimensies van totale welheid ..... 49
2.8.1.1 Fisieke welheid ..... 51
2.8.1.2 Emosionele welheid ..... 51
2.8.1.3 Intellektuele welheid ..... 52
2.8.1.4 Sosiale welheid ..... 53
2.8.1.5 Geestelike welheid ..... 53
2.8.2 Afsluiting ..... 58
2.8.3 Welheidsmodelle ..... 59
2.8.3.1 The Original Wellness Wheel ..... 61

2.8.3.2 Revised and Expanded Wellness-model ..... 61
2.8.3.3 The Current Model: Three domains of self-management ..... 62
2.8.3.4 The Six Dimensional Model ..... 63
2.8.3.5 The Wellness Energy System - 12 Dimensions of wellness ..... 63
2.8.3.6 The Wheel of Wellness ..... 64
2.8.3.7 Perceived Wellness Model ..... 65
2.8.3.8 The Indivisible Self: An Evidence-Based Model of Wellness ..... 66
2.8.3.9 Holistic Flow Model of Spiritual Wellness ..... 67
2.8.4 Eienskappe van 'n persoon wat totale welheid bemeester ..... 68
2.8.5 Leefstyloptredes en -houdings wat welheid kan belemmer ..... 69
2.8.5.1 Bewustheid ..... 70
2.8.5.2 Kennis ..... 70
2.8.5.3 Waardebepaling ..... 70
2.8.5.4 Selfbestuursvaardigheid ..... 70
2.8.5.5 Motivering ..... 70
2.8.5.6 Ondersteuning en geleentheid ..... 70
2.8.5.7 Selfverantwoordelikheid ..... 70
2.8.6 Welheid, gesondheid en godsdiens ..... 70

**2.9 DIE TOEKOMS VAN DIE WELHEIDSBEWEGING ..... 73**

**2.10 VOORLOPIGE SAMEVATTING MET BETREKKING TOT DIE METATEORETIESE PERSPEKTIEWE ..... 74**

**2.11 SLOTOPMERKING ..... 76**

**HOOFSTUK 3 ..... 78**

**SKRIFPERSPEKTIEWE MET BETREKKING TOT 'N WELHEIDSBEDIENING ..... 78**

**3.1 INLEIDING ..... 78**

3.1.1 Basisteorie ..... 78
3.1.2 Die Skrif as kenbron van die basisteorie ..... 79
3.1.2.1 Die gesag van die Heilige Skrif ..... 79
3.1.2.2 Die genoegsaamheid van die Heilige Skrif ..... 80
3.1.2.3 Die betroubaarheid van die Heilige Skrif ..... 81
3.1.2.4 Die noodsaaklikheid van die Heilige Skrif ..... 81
3.1.2.5 Gevolgtrekking ..... 81

**3.2 DOELSTELLING** ..... **82**

**3.3 ENKELE OPVATTINGS MET BETREKKING TOT DIE MENSLIKE SAMESTELLING** ..... **82**

3.3.1 Teologiese modelle van menswees ..... 83
3.3.1.1 Monisme ..... 83
3.3.1.2 Digotomie ..... 84
3.3.1.3 Trigotomie ..... 86
3.3.1.4 Veelvuldig-gefasetteerde perspektief (Multifaceted) ..... 88
3.3.1.5 Afsluiting ..... 88

**3.4 KOMPONENTE VAN DIE MENSLIKE NATUUR** ..... **90**

3.4.1 Liggaam ..... 90
3.4.2 Siel ..... 92
3.4.3 Gees ..... 93
3.4.4 Afsluiting ..... 95

**3.5 DIMENSIES VAN WELHEID VANUIT 'N BYBELSE PERSPEKTIEF** ..... **96**

3.5.1 Emosionele dimensie ..... 96
3.5.2 Fisieke dimensie ..... 100
3.5.3 Intellektuele dimensie ..... 101
3.5.4 Sosiale dimensie ..... 103
3.5.5 Geestelike dimensie ..... 105
3.5.6 Voorlopige vergelyking tussen dimensies van welheid vanuit metateoretiese en basisteoretiese perspektiewe ..... 107

**3.6 SKRIFGEGEWENS WAT KAN DUI OP DIMENSIES VAN WELHEID** ..... **111**

3.6.1 Saul ..... 111
3.6.2 Daniël ..... 114
3.6.2.1 Versoek om nie koninklike kos te eet nie (Dan 1:8-16) ..... 115
3.6.2.2 Daniël se drie vriende in die vuuroond (Dan 3:18 en verder) ..... 115
3.6.2.3 Daniël se gebedslewe en die leeukuil (Dan 6:5 en verder) ..... 116
3.6.3 Job ..... 116
3.6.4 'n Vergelyking tussen die welheidslewe van Saul, Daniël en Job ..... 119

**3.7 VOORLOPIGE SAMEVATTING MET BETREKKING TOT DIE BASISTEORETIESE PERSPEKTIEWE** ..... **122**

**3.8 SLOTOPMERKING** ..... **124**

HOOFSTUK 4 ... 127

EMPIRIESE NAVORSING TEN OPSIGTE VAN 'N WELHEIDSBEDIENING DEUR AGS-PASTORE IN 'N STEDELIKE KONTEKS ... 127

4.1 INLEIDING ... 127

4.2 NAVORSINGSONTWERP ... 128

4.2.1 Kwalitatiewe navorsing ... 130
4.2.2 Verkennende navorsing ... 131
4.2.3 Beskrywende navorsing ... 132
4.2.4 Kontekstuele navorsing ... 132

4.3 NAVORSINGSMETODE ... 132

4.3.1 Steekproef ... 133
4.3.2 Loodsstudie ... 134
4.3.3 Data-insameling ... 135
4.3.3.1 Onderhoudvoering ... 135
4.3.3.2 Veldnotas ... 137
4.3.4 Data-analise ... 137
4.3.5 Vertrouenswaardigheid van die navorsingsproses ... 138
4.3.5.1 Waarheidswaarde ... 139
4.3.5.2 Toepaslikheid ... 141
4.3.5.3 Konsekwentheid ... 141
4.3.5.4 Neutraliteit ... 142
4.3.6 Etiese oorwegings ... 144

4.4 VOORLOPIGE SAMEVATTING ... 146

4.5 NAVORSINGSRESULTATE ... 146

4.5.1 Inleiding ... 146
4.5.2 Resultate van die loodsstudie ... 146
4.5.3 Bespreking van die veldnotas ... 147
4.5.4 Bespreking van die steekproef ... 147
4.5.5 Die onderhoudvoeringskedule ... 148
4.5.6 Analise van onderhoude ... 148
4.5.7 Beskrywing van die resultate ... 150
4.5.7.1 TEMA 1: 'n Welheidsbediening is holisties en bedien die totale mens na liggaam, siel en

gees in al die dimensies ..... 150
4.5.7.2 TEMA 2: 'n Welheidsbediening is belangrik en noodsaaklik ..... 155
4.5.7.3 TEMA 3: Aanbevelings ten opsigte van die beplanning, toepassing en funksionering van 'n welheidsbediening ..... 157
4.5.7.4 TEMA 4: Dimensies van welheid ..... 162
4.5.7.5 TEMA 5: Aktiwiteite wat in elk van die dimensies toegepas kan word en kundiges wat gebruik kan word ..... 164

**4.6 VOORLOPIGE SAMEVATTING ..... 171**

**4.7 SLOTOPMERKING ..... 172**

**HOOFSTUK 5 ..... 175**

**FORMULERING VAN 'N PRAKTYKTEORETIESE MODEL VIR WELHEIDSBEDIENING DEUR AGS-PASTORE IN 'N STEDELIKE KONTEKS ..... 175**

**5.1 INLEIDING ..... 175**

**5.2 DOELSTELLING ..... 175**

5.2.1 Inleiding ..... 175
5.2.2 Die struktuur van hoofstuk 5 ..... 176

**5.3 PRAKTYKTEORETIESE RIGLYNE VIR 'N WELHEIDSBEDIENING ..... 177**

5.3.1 Inleiding ..... 177
5.3.2 Welheid as konsep ..... 178
5.3.3 Die noodsaaklikheid van 'n welheidslewenswyse en 'n welheidsbediening ..... 180
5.3.4 Bediening van die totale mens na liggaam, siel en gees ..... 184
5.3.5 Dimensies vir 'n welheidsbediening ..... 185
5.3.6 Beplanning, toepassing en funksionering van 'n welheidsbediening ..... 195
5.3.6.1 Die beplanningstadium ..... 195
5.3.6.2 Die toepassingstadium ..... 199
5.3.6.3 Funksionering van 'n welheidsbediening ..... 199
5.3.7 Aktiwiteite en die gebruikmaking van kundiges vir 'n welheidsbediening ..... 202

**5.4 SLOTOPMERKING ..... 205**

**HOOFSTUK 6 ..... 209**

**SAMEVATTING, SLOT, AANBEVELINGS EN TEMAS VIR VERDERE NAVORSING ..... 209**

**6.1 INLEIDING** .... 209

**6.2 SAMEVATTING VAN HOOFSTUKKE 2 tot 5** .... 210

6.2.1 Hoofstuk 2 (Metateoretiese perspektiewe) .... 210
6.2.2 Hoofstuk 3 (Basisteoretiese perspektiewe) .... 212
6.2.3 Hoofstuk 4 (Empiriese navorsing) .... 215
6.2.4 Hoofstuk 5 (Praktykteoretiese perspektiewe) .... 216

**6.3 SLOTOPMERKING** .... 218

**6.4 AANBEVELINGS EN TEMAS VIR VERDERE NAVORSING** .... 219

**OPSOMMING** .... 221

**SLEUTELTERME:** .... 222

**ABSTRACT** .... 223

**KEY WORDS:** .... 224

**BIBLIOGRAFIE** .... 225

**BYLAES** .... 262

Bylaag A: Toestemmingsbrief vir navorsingsondersoek .... 262
Bylaag B: Inligting vir 'n steekproefprofiel .... 266
Bylaag C: Protokol vir die onafhanklike kodeerder ten opsigte van data-analise .... 267

## LYS VAN FIGURE

Figuur 1: Hermeneutiese wisselwerking in prakties-teologiese teorievorming - Zerfass se model .... 14
Figuur 2: Ysbergmodel van Travis en Ryan .... 41
Figuur 3: Dimensies van optimale gesondheid .... 44
Figuur 4: Omvattende ongesteldheid-welheidskontinuum van Travis en Ryan .... 48
Figuur 5: Verskil tussen welheid en gestremdheid van Travis en Ryan .... 49
Figuur 6: Die tweeledige natuur van geestelikheid .... 55
Figuur 7: Geïntegreerde funksies van geestelike behoeftes .... 55
Figuur 8: The Original Wellness Wheel .... 61
Figuur 9: Revised and Expanded Wellness-model .... 62

Figuur 10: The Current Model: Three domains of self-management ........ 62
Figuur 11: The Six Dimensional Model ........ 63
Figuur 12: The Wellness Energy System ........ 64
Figuur 13: The Wheel of Wellness ........ 65
Figuur 14: Perceived Wellness Model ........ 66
Figuur 15: The Indivisible Self: An Evidence-Based Model of Wellness ........ 67
Figuur 16: Holistic Flow Model of Spiritual Wellness ........ 68
Figuur 17: Faktore wat groei na welheid kan belemmer ........ 69
Figuur 18: Voorstelling deur die navorser van die mens na aanleiding van die trigotomiese mensbeskouing ........ 86
Figuur 19: Voorstelling deur die navorser van die Heilige Gees in die samestelling van die trigotomiese mensbeskouing ........ 95
Figuur 20: Enkele hooftrekke ten opsigte van welheid en/of onwelheid in die lewens van Saul, Daniël en Job (voorgestelde model deur navorser) ........ 120
Figuur 21: Voorgestelde model deur navorser: dimensies van 'n welheidsbediening ........ 193
Figuur 22: Voorgestelde organisatoriese struktuur vir 'n welheidsbediening deur die navorser ........ 197
Figuur 23: Voorgestelde praktykgerigte model deur navorser: begeleiding na welheid deur die toepassing van welheidsaktiwiteite en die gebruikmaking van kundiges ........ 204

## LYS VAN TABELLE

Tabel 1: Dimensies van welheid ........ 50
Tabel 2: Definisies van gesondheid en welheid ........ 59
Tabel 3: Die verskillende gesigspunte van die samestelling van die mens ........ 90
Tabel 4: Positiewe en negatiewe emosies ........ 98
Tabel 5: 'n Vergelyking tussen dimensies van welheid vanuit metateoretiese (hoofstuk 2) en basisteoretiese (hoofstuk 3) perspektiewe ........ 108
Tabel 6: Verskille tussen die kwantitatiewe en kwalitatiewe navorsingsparadigma ........ 129
Tabel 7: Vertrouenswaardigheid: kriteria en beheermaatreëls ........ 139
Tabel 8: Beheermaatreëls om vertrouenswaardigheid te verseker ........ 143
Tabel 9: Navorsingsmetode ........ 145
Tabel 10: 'n Oorsig van die temas en subtemas ........ 149
Tabel 11: Oorkoepelende resultate van afgehandelde navorsing van die dimensies van welheid en voorgestelde praktykteorie ........ 187
Tabel 12: Voorgestelde model deur navorser: 'n beknopte weergawe van die dimensies vir 'n

welheidsbediening ............................................................................................. 194
Tabel 13: Voorgestelde strategiese doelwitte vir 'n welheidsbediening deur die navorser...... 198
Tabel 14: 'n Beknopte samevatting van die aanbevelings wat in ag geneem kan word vir die beplanning, toepassing en funksionering van 'n welheidsbediening ........................ 201

**MARTIN LUTHER SAID:**

**"THIS LIFE, THEREFORE, IS NOT GODLINESS BUT THE PROCESS OF BECOMING GODLY, NOT HEALTH BUT GETTING WELL, NOT BEING BUT BECOMING, NOT REST BUT EXERCISE. WE ARE NOT NOW WHAT WE SHALL BE, BUT WE ARE ON THE WAY. THE PROCESS IS NOT YET FINISHED, BUT IT IS ACTIVELY GOING ON. THIS IS NOT THE GOAL BUT IT IS THE RIGHT ROAD. AT PRESENT, EVERYTHING DOES NOT GLEAM AND SPARKLE, BUT EVERYTHING IS BEING CLEANSED".**

Halaas, 2004:v

# HOOFSTUK 1

# 'N INLEIDENDE PERSPEKTIEF OP 'N WELHEIDSBEDIENING DEUR AGS-PASTORE IN 'N STEDELIKE KONTEKS

## 1.1 TITEL EN SLEUTELTERME

**Welheidsbediening deur AGS-pastore in 'n stedelike konteks: 'n Prakties-teologiese studie**

Sleutelterme: Welheid, holisme, bediening, Praktiese Teologie, Apostologiese Geloofsending, (AGS), pastoor, pastore.
Key words: Wellness, holism, ministry, Practical Theology, Apostolic Faith Mission (AFM), pastor, pastors

## 1.2 ORIËNTERING EN PROBLEEMSTELLING TEN OPSIGTE VAN DIE ONDERSOEKVELD

### 1.2.1 Motivering ten opsigte van die gebruik van die term "welheid" as vertaling van die Engelse term "wellness"

Vir die doel van die studie word die woord "wellness" met welheid vertaal. "Wellness" word algemeen gebruik in die Engelse taal. Die woord word ook soms net so in Afrikaans oorgeneem, omdat daar nog nie 'n amptelike vertaling van die woord in Afrikaans is nie (Pheiffer, 2007). Volgens Gouws (2007), mederedakteur van die Verklarende Handwoordeboek van die Afrikaanse Taal, is welheid die woord wat tipies as vertaalde ekwivalent gebruik word. Die woord welheid sal dus in hierdie studie binne 'n bepaalde gebruikskonteks gevestig word.

'n Algemeen aanvaarde definisie van welheid is nog nie ontwikkel nie. Kundiges verskil ook oor die verskil tussen welheid en gesondheid (Corbin & Pangrazi, 2001:1-4). Epstein (2005:1) gaan sover as om te sê: "... It's pretty obvious that wellness has begun to surpass health as today's cultural buzz word". In die hedendaagse welheidsbenadering in die gesondheidswetenskappe word dit redelik algemeen aanvaar dat die mens beskou word as 'n multidimensionele wese waar totale welheid onder andere die volgende dimensies kan insluit: geestelike, emosionele, fisieke, intellektuele, sosiale, omgewings-, beroeps- en psigologiese

dimensies (Corbin & Pangrazi, 2001:2; Wilders, 2002:7-8). Volgens welheidsteoretici is balans 'n belangrike aspek van welheid en daarom is totale welheid ook slegs moontlik indien hierdie dimensies in 'n sekere balans tot mekaar ontwikkel word (Savolaine & Granello, 2002:179; Halaas, 2004:7-8; Travis & Ryan 2004:3; Freston, 2008:4).

Vir die doel van hierdie oriëntering word daar voorlopig slegs na die volgende definisies van welheid verwys:

> Wellness is a choice - a decision you make towards optimal health. Wellness is a way of life - a lifestyle you design to achieve your highest potential for well being. Wellness is a process - a developing awareness that there is no end point, but that health and happiness are possible in each moment, here and now. Wellness is the interaction of the body, mind and spirit - the appreciation that everything we do, think, feel, and believe has an impact on our state of health. Wellness is the loving acceptance of yourself (Travis *et al.,* s.a.a:1).

Bethany First Church of the Nazarene (Anon., s.a.b:1) ondersteun hierdie siening en brei soos volg daarop uit:

> One of God's universal principals is the principal of balance. ... Seeking this balance is striving for total wellness (Luke 2:52). ... If we work hard at developing our physical life but not the other parts of our life we will never reach our potential physically. In the same way, if we work hard to develop our spiritual life but do not develop the other parts of our life, we will never reach our potential spiritually.

Volgens Tjeltveit (1989:136) noem Tillich bogenoemde lewenswyse "unhealthy health". Die studie wil juis ook die staat van ongesonde gesondheid aanroer ten gunste van 'n *holistiese* welheidsbediening wat die totale mens omvat. Die rede vir hierdie betoog sal beter verstaan word gesien teen die agtergrond van die geskiedenis van die verdeling van die mens in die Westerse wêreld, wat verreikende gevolge gehad het. Die geestelike dimensie van die mens was beskou as die domein van die kerk, terwyl die fisiese dimensie aan die wetenskap behoort het (Peck, 1990:43-44; Powell, 2001a:1) Hierop word meer breedvoerig uitgebrei in punt 1.2.3.

Voordat die onderwerp verder ontplooi word, is dit vir eers noodsaaklik om na 'n voorlopige woordverklaring te kyk.

### 1.2.2 Voorlopige konseptualisering - 'n leksikografiese studie

Konseptualisering maak die gebruik van begrippe duidelik, bring bepaalde begrippe in verband met mekaar en is noodsaaklik vir die verstaan van 'n perspektief of argument. Dit is dus onontbeerlik in 'n literatuurstudie, aldus Lategan (2007a:134; 2006:140). Konsepte kan soms meer as een betekenis hê of onbekend wees en daarom is dit belangrik om enkele sentrale konsepte wat herhaaldelik in die studie voorkom, te ondersoek, ten einde te verseker dat eenvormige interpretasies daaraan gekoppel word. Die doel van hierdie afdeling is om voorlopig die hoofkonsepte soos in die navorsingstitel: "Welheidsbediening deur AGS-pastore in 'n stedelike konteks: 'n Prakties-Teologiese studie", vanuit 'n leksikografiese studie te belig. Die doel is geensins om 'n absolute definisie te gee nie, maar om sekere aksente te beklemtoon met die oog op begripsverheldering. In hoofstuk 2 sal welheid meer breedvoerig vanuit 'n metateoretiese konteks bespreek word, terwyl konsepte in hoofstuk 3 vanuit basisteoretiese perspektiewe ook meer volledig ontplooi sal word.

#### 1.2.2.1 AGS

Die AGS is 'n kerkgenootskap waarvan die afkorting staan vir: Apostoliese Geloofsending (Pharos, 2007:1,44). Die kerk het ontstaan in 1908 en is deel van die wêreldwye Pinksterbeweging wat in 1961 kerkstatus van die Suid-Afrikaanse regering ontvang het, onder die Private Wet Nommer 24 van 1961 (Van der Spuy, 1985:58; sien ook Burger, 1987, vir 'n meer volledige uiteensetting van die geskiedenis van die kerk).

#### 1.2.2.2 Bediening

Volgens Pharos (2007:61) word die betekenis van die woord bediening gegee as 'n bediendaad of -handeling, lewering van diens, amp van 'n predikant, terwyl HAT (2005:71) dit verklaar as 'n handeling van bedien, amp van 'n predikant, in die bediening staan, die bediening neerlê, aftree, asook die volharding in die gebed en die bediening van die Woord (Hand. 6:4). In samehang hiermee is dit die mening van König (2006:274) dat die term verwys na:

> ... verantwoordelikhede wat individue of groepe in 'n gemeente aanvaar. Dit hang saam met die gedagte dat die Gees gawes aan gemeentelede gee en nie net aan "ampsdraers" nie. Hiermee moet die gemeentelede mekaar bedien ... Strukture word dan in die gemeente geskep waarin hierdie lidmate die gawe kan beoefen. 'n Gemeente kan hierdie bedieningstruktuur hand aan hand met die ampstruktuur implementeer, of van 'n ampsbediening oorskakel na 'n bedieningstruktuur.

Vir die doeleindes van hierdie studie word die term bediening derhalwe benut om te verwys na

take of verantwoordelikhede wat deur pastore en lidmate binne gemeenteverband uitgevoer word volgens die gawes wat hulle ontvang het, tot dienslewering aan die naaste.

#### 1.2.2.3 Pastoor

Volgens Pharos (2007:632) word pastoor beskryf as 'n Rooms-Katolieke priester, 'n leraar van die Apostoliese Geloofsending en ander Evangeliese genootskappe, soos die Volle Evangelie Kerk en die Pinksterkerk.

Binne die konteks van hierdie studie, word die term pastoor derhalwe benut om te verwys na 'n leraar wat verbonde is aan die AGS-kerk en wat funksioneer as geestelike leier deur die bediening van die gemeente.

#### 1.2.2.4 Praktiese Teologie

Teologie word beskryf as 'n wetenskap oor (die openbaring van) God (HAT, 2005:1173). Pfeiffer *et al.* (2000:1690) gee 'n meer uitgebreide definisie van Teologie: "The term theology comes from two Greek words: *theos*, 'God' and *logos*, 'word' and means when compound, the study of or science of God. However this is a very restricted meaning of the term since it is generally use to cover not only the study of God ... but also His relation to and dealings with the world and man". In samehang hiermee beskryf Harrison *et al.* (2000:518) Teologie as: "... that which is thought and said concerning God. True theology is thus given by the Bible itself as the revelation of God in human terms".

Praktiese Teologie, daarenteen, word soos volg deur Vanhoozer (2005:612-613) uiteengesit:

> Practical theology, then, is more than mere applied theory; it is a strategic perspective, which links the hermeneutical with the empirical so as to achieve an integrative theological model that underlies the theological task as a whole. ... The practical theologian seeks to interpret Scripture, tradition and praxis in order that the contemporary life of both church and world can be transformed. ... Practical theology enables congregations to engage in critical moral reasoning so that the authenticity and moral appropriateness of their praxis can be assessed and tested.

Daar sal voorlopig met bogenoemde definisie volstaan word. 'n Verdere ontplooiing van die konsep word in hoofstuk 1 punt 1.5 en in hoofstuk 2 punt 2.1 gedoen.

#### 1.2.2.5 Stedelike

Die woord *stedelike* word deur Pharos (2007:853) soos volg verklaar: "Van 'n stad, betreffende

'n stad". 'n Stad is 'n groot versameling van huise en geboue wat volgens 'n vaste grondplan langs strate gebou word; dit is groter as 'n dorp (Pharos, 2007:874; HAT, 2005:1093).
Hierdie definisie word vir die doeleindes van die studie aanvaar en word as sodanig binne die konteks van die navorsing benut.

#### 1.2.2.6 Welheid vanuit 'n sekulêre perspektief

Alhoewel die woord welheid, soos reeds genoem (sien hoofstuk 1 punt 1.2.1), nie in 'n Afrikaanse woordeboek voorkom nie, is dit 'n direkte vertaling van "wellness" en daarom word die betekenis van "wellness" hier weergegee volgens 'n paar internetwoordeboeke.

**Dictionary.com Unabridged (v 1.1) online (2006)**
Noun - 1. The quality or state of being healthy in body and mind, especially as the result of deliberate effort. 2. An approach to healthcare that emphasizes preventing illness and prolonging life, as opposed to emphasizing treating diseases.
**WordNet 3.0 online (2006)**
Noun - A healthy state of wellbeing free from disease; "physicians should be held responsible for the health of their patients" [syn: health] [ant: illness]
**American Heritage Stedman's Medical Dictionary online (2002)**
Noun - The condition of good physical and mental health, especially when maintained by proper diet, exercise and habits.
**Merriam-Webster's Medical Dictionary online (2002)**
Function: noun - the quality or state of being in good health especially as an actively sought goal <lifestyles that promote wellness>

Binne die metateoretiese konteks van die studie, met bogenoemde definisies en die definisies wat in punt 1.2.1 aangebied is in ag geneem, word die term welheid voorlopig benut om te verwys na 'n holistiese staat van bestaan waar die mens deur die keuses wat hy maak verantwoordelikheid neem vir sy totale gesondheid na liggaam, siel en gees. Daar word gepoog om elke dimensie van menswees gebalanseerd en optimaal te ontwikkel, met inagneming dat alles wat die mens doen, dink, glo en voel 'n effek het op sy totale bestaan. Welheid fokus dus op 'n siektevoorkomende lewenstyl, eerder as om die klem te laat val op die behandeling van siektes.

### 1.2.3 Historiese verhouding tussen godsdiens en natuur- en gesondheidswetenskappe in die Westerse wêreld

Die geskiedenis dui aan dat daar al vir die afgelope driehonderd jaar 'n skeiding tussen godsdiens en die natuur- en gesondheidswetenskappe in die Westerse wêreld (daar word

telkens na die Westerse wêreld verwys, omdat die literatuur daar ontstaan het) bestaan (Powell, 2001a:1). Peck (1990:43) verduidelik dit soos volg:

> In the late seventeenth century, after the Galileo affair proved hurtful to both, science and religion worked out an unwritten social contract of nonrelationship. The world was quite arbitrary divided into the "natural"' and "supernatural". Religion agreed that the 'natural world' was the sole province of the scientists. And science agreed, in turn, to keep its nose out of the spiritual.

Hierdie verdeling het ernstige gevolge gehad vir die mens as holistiese wese, wat tot en met vandag toe nog sigbaar is (Powell, 2001b:319; Coetzer, 2006:778-779). Sekere aspekte van menswees moes volgens die ooreenkoms geïgnoreer word in beide wêrelde. Die probleem van die bose as voorbeeld, word onder andere deur Peck genoem as die terrein van die godsdiens en dat die gesondheidswetenskappe dit nie eens aanspreek nie (Peck,1990:44). Daarenteen het Bonnell (1968:37) al in die sestigerjare die aandag daarop gevestig dat die kerk die afgelope 300 jaar veral besig was om die mens se *siel* te red en daarom is daar min aandag aan sy fisiese omstandighede en sy gesondheid geskenk. So byvoorbeeld bevestig McMillen en Stern (2000:200) ook die heersende toestand in die mediese wêreld: "Medicine and religion are the twin traditions of healing. They grew up together and became separated in early childhood. As we approach the third millennium, maybe they can come back together". Han *et al.* (2003:5) huldig dieselfde siening: "... due to the separation of mind and body, Western medicine proceeded to develop a 'headless' medicine". In die gesondheidswetenskappe val die klem op die heling van die fisieke liggaam, terwyl die konsep van heelheid verwaarloos word (Weil, 1997:47; Putter, 2005:155).

Die mens is 'n eenheid, 'n holistiese wese waar elke deel van hom uiters belangrik is vir menswees (Mark 12:30-34). Die mens behoort gesien te word soos wat Jesus Christus die mens gesien het: "... the modern so-called cleavage between spirit and body, mind and emotions, did not exist for Jesus. To the Hebrew, man was a unit" (Bonnell, 1968:37; sien ook Tolson & Koenig, 2003:53; Sladden, 2006:1). 'n Holistiese bediening behoort aan die totale mens verskaf te word. In die volgende afdeling word meer hieroor uitgebrei.

### 1.2.4 'n Holistiese benadering in welheidsbediening

Dit wil voorkom asof daar 'n tendens in die kontemporêre wêreld is om terug te beweeg na 'n holistiese benadering van gesondheid. Epstein (2005:4) stel dit soos volg: "Wellness education will be the greatest industry on earth. Providing services that help individuals find meaning about themselves, their lives and their choices will be the central focus in the next decade". In

die gesondheidswetenskappe is daar ook stemme wat opgaan vir die behandeling van die *totale* mens, omdat geestelikheid en godsdiens 'n belangrike rol speel in die genesingsproses (Lyttle, 2002:1-2; Levant, 2005:1). Koenig (1998:26) het intensiewe navorsing oor die aspek gedoen en beweer: "We physicians do not fully understand the relationship between mind, body, and that intangible element known as spirit. But we treat religious people every day whose indomitable spirits and faith prevent their physical sickness from ruling their lives". Sy navorsing het aangetoon dat godsdienstige geloof 'n groot rol speel in fisiese en emosionele gesondheid en heling van mense (Koenig, 1998:27; sien ook Tolson & Koenig, 2003:18-19, 53, 95). Tolson en Koenig (2003: 14-15, 56) kom tot die gevolgtrekking uit hul navorsing, dat gebed en geloof in God die fisiologiese prosesse in die liggaam, die immuunsisteem, die hormoonsisteem en die sirkulêre sisteem aktiveer wat herstel en heling bewerkstellig.

Die tradisionele klem wat die kerk hoofsaaklik op geestelike bediening lê, behoort geherevalueer te word. Nie net die geestelike nie, maar emosionele en fisiese aspekte van menswees behoort eweneens bedien te word. Die kerk het beslis ook 'n verantwoordelikheid om in sy welheidsbediening aan die mens, hom bewus te maak van 'n gebalanseerde, holisties lewe volgens Bybelse riglyne (Deut 5:33; Hos 4:6). Hierdie mens is na God se beeld geskape (Gen 1:26-27) en Jesus Christus het aan die mens gelyk geword. Artikel 18 van die Nederlandse Geloofsbelydenis verduidelik dit soos volg: "Hy het die gestalte van 'n dienskneg aangeneem en aan die mens gelyk geword (Fil 2:7) deur werklik 'n egte menslike natuur, met al sy swakhede maar sonder sonde, aan te neem. Hy het nie alleen wat die liggaam betref die menslike natuur aangeneem nie, maar ook 'n egte menslike siel om so 'n werklike mens te wees ... Want Hy moes sowel die siel as die liggaam aanneem om altwee te red, aangesien albei verlore was". Artikel 19 brei verder hierop uit: "Dit wat Hy by sy sterwe in die hande van sy Vader oorgegee het, was dus 'n ware menslike gees wat uit sy liggaam uitgegaan het" (Nederlandse Geloofsbelydenis, s.a.:3) (sien Heidelbergse Kategismus, s.a. - vraag 1, 4, 11 en 26).

### 1.2.5. Betrokkenheid van die kerk in die kontemporêre kultuur

In die lig van genoemde omstandighede waarmee die mens in die kontemporêre wêreld tans te doen het, maak Warren (2007:xiv) die volgende opmerking: "I believe the key issue for churches in the 21st century will be church health, not church growth". 'n Gesonde kerk sal die klem laat val op gesonde mense en 'n gebalanseerde lewe (Warren, 2007:xiv,91). 'n Gesonde kerk het nie net te doen met gesonde mense nie, maar is ook 'n kerk wat die evangeliese roeping uitleef. Die kerk word deur geloof gekwalifiseer. Tog is dit die mening van Hamilton (2004:51-71) en Silverman (2006:1-7) dat daar 'n geweldige behoefte bestaan vir 'n welheidslewenswyse en dat die kerk kan voorsien in die behoefte. Silverman (2006:3) meen

dat die kerk die ideale plek is vir die opvoeding wat noodsaaklik is vir welheid, want gemeentes het alreeds geskeduleerde programme, lede is alreeds 'n beskikbare gehoor en die welheidsboodskap kan van tyd tot tyd herbevestig word. Volgens Gunderson (aangehaal deur Silverman, 2006:3) besit geloofsgemeenskappe unieke eienskappe vir so 'n bediening. Hy stel dit soos volg:

> The strength to accompany, to be present in the lives of others;
> The strength to convene diverse interests around problems or opportunities;
> The strength to connect people to resources through the web of networks within the congregation;
> The strength to tell stories that provide a framework of meaning;
> The strength to give sanctuary, providing a safe place to gather;
> The strength to bless, creating hope;
> The strength to pray, to find meaning between the holy and the human; and
> The strength to endure, to persist as a congregation for the long cycles needed to produce community change.

Gesien teen die agtergrond van die kontemporêre kultuur, moet 'n welheidsbediening ontplooi word. Die gelowige moet nie net bewus gemaak word van die erns en belangrikheid van 'n welheidslewenswyse volgens Bybelse beginsels nie, maar moet ook effektief toegerus word om dit prakties toe te pas en uit te leef in sy verhouding met God.

Burger en Nel (2008:474) bevestig ook die klem wat daar vandag op die vereistes van 'n veranderde tydsgees geplaas word deur dit soos volg te stel: "The reality of globalisation and the electronic and communications revolution present challenges to the church like never before. We must keep in mind that the so-called post-modern generation demands a different approach and methods from the church if it wants to stay 'in business'". Hulle sê verder dat aanpasbaarheid nog altyd een van die AGS se karaktereienskappe is (Burger & Nel, 2008:478). In die lig hiervan gesien sal die kerk ook die behoefte aan 'n welheidsbediening kan aanspreek.

Die fokus van die studie is hoegenaamd nie die kontemporêre kultuur nie, maar dit is tog van deurslaggewende belang dat kennis geneem word van die klimaat waarin die mens vandag leef en die konteks waarin die konsep moet figureer. Hieroor sal verder uitgebrei word in hoofstuk 2 punt 2.6.

Ten slotte moet daar net kortliks verwys word na bedieningspatrone wat gedurig ondersoek en aangepas moet word op grond van Bybelse beginsels. Bediening moet altyd die tye verstaan

en stelselmatig vernuwing aanbring (Vorster, 1996:117,125). Nuwe werklikhede stel altyd nuwe uitdagings en in die kontemporêre kultuur waarin die hedendaagse mens woon, behoort kerklike bediening daarop ingestel te wees om die mens in sy totaliteit met 'n welheidsbediening toe te rus.

### 1.2.6 Stand van navorsing

'n Rekenaargesteunde soektog is met behulp van die Noordwes-Universiteit se biblioteek uitgevoer deur gebruikmaking van die volgende databasisse: ATLAS (American Theological Library Association), RNT (Religious and Theological Abstracts), Africa Wide, Proquest, EBSCOhost (Academic Search Elite Database), Biblioteekkatalogus en 'n uitgebreide webwerfsoektog op Google.

Uit genoemde soektogte blyk dit dat daar nie spesifieke literatuur beskikbaar is in terme van 'n welheidsbediening deur AGS-pastore vanuit 'n Bybelse perspektief nie. Tog is aanverwante literatuur vanuit 'n Bybelse, psigologiese en gesondheidswetenskaplike perspektief oor genesing en gesondheid redelik beskikbaar (Malkmus, 2002; Colbert, 2003b; Rubin & Remedios, 2005). Die rol wat die kerk behoort te speel in die kontemporêre kultuur en die funksionaliteit van die kerk, is al nagevors. Vergelyk byvoorbeeld Hendriks (1997 & 2003), Dreyer (2003) en Vorster (1996). Die teologiese modelle van menswees is ook nagevors deur Joubert (2005). Daar is 'n groot aantal relevante dokumente op die webwerf beskikbaar oor gesondheid en genesing vanuit 'n psigologiese en mediese perspektief (Powell, 2001a; Corbin & Pangrazi, 2001; Schuster *et al.*, 2004a; Epstein, 2005). Tog blyk dit dat weinig gedoen is vanuit 'n Bybelse perspektief met betrekking tot welheid. Navorsing ten opsigte van welheidsbediening deur AGS-pastore in 'n stedelike konteks sal grootliks nuut in die Teologie wees wanneer komponente van welheid in samehang met mekaar bespreek word waar die mens holisties bedien word deur pastore van die AGS.

### 1.2.7 Navorsingsvraag

In die lig van bogenoemde kan die volgende vraag gevra word:
Waarom is 'n welheidsbediening deur AGS-pastore in 'n stedelike konteks noodsaaklik en wat behoort dit te behels in die begeleidingsproses van die mens na welheid?

**Individuele navorsingsvrae wat in die oplossing hiervan ondersoek word, is die volgende:**

- Watter perspektiewe word in die literatuur van ander vakdissiplines gevind vir 'n welheidsbediening?
- Watter moontlike Skrifperspektiewe kan gevind word vir 'n welheidsbediening?

- Watter vernuwende insigte betreffende hierdie aangeleentheid kan deur 'n empiriese ondersoek na vore kom?
- Watter praktykteoretiese model kan geformuleer word wat as basis kan dien vir 'n welheidsbediening deur AGS-pastore in 'n stedelike konteks om die mens na welheid te begelei?

Na aanleiding van bogenoemde vrae kan die volgende navorsingsdoelstelling en doelwitte gestel word.

## 1.3 DOELSTELLING EN DOELWITTE

### 1.3.1 Doelstelling

Die oorkoepelende doel van die studie is om ondersoek in te stel na 'n moontlike welheidsbediening deur AGS-pastore in 'n stedelike konteks, met die oog op die daarstelling van 'n model vir sodanige bediening sodat die mens begelei kan word na welheid.

### 1.3.2 Doelwitte

Die spesifieke doelwitte van die studie is om:

- 'n Literatuurstudie te doen oor die insigte wat uit ander vakdissiplines verkry kan word rakende 'n welheidsbediening.
- Moontlike Skrifperspektiewe te ondersoek rakende 'n welheidsbediening.
- 'n Empiriese ondersoek te doen rakende 'n welheidsbediening.
- 'n Praktykteoretiese model te formuleer wat as vertrekpunt kan dien vir 'n welheidsbediening deur AGS-pastore in 'n stedelike konteks met die oog op begeleiding na welheid.

## 1.4 SENTRALE TEORETIESE ARGUMENT

Die sentrale teoretiese argument van die studie is dat 'n welheidsbediening deur AGS-pastore in 'n stedelike konteks noodsaaklik is en dat hierdie bediening 'n belangrike rol kan speel in die begeleidingsproses van die mens na welheid.

## 1.5 METODE VAN ONDERSOEK

In hierdie studie word die organiese inspirasieleer aanvaar, asook dat die Skrif nie tydgebonde is nie, maar wel tydgerig (Jordaan & Van der Walt, 2005:2; van Rensburg, 2006:753-754). Volgens die organiese inspirasieleer is God die eerste outeur van die Heilige Skrif en die Een

van wie die inisiatief uitgegaan het. Die Bybelskrywers is ook outeurs, maar alleen in 'n sekondêre sin, hulle is die organe deur wie God spreek (Matt 1:22; 2 Pet 1:21). Hulle is nie deur die Heilige Gees as outomate gebruik nie, maar is as lewende, denkende en werkende organe in Sy diens geneem. Alhoewel God deur die profete en apostels spreek, verloor hulle nie hul persoonlikheid nie. Elke Bybelskrywer openbaar sy eie aanleg en behou sy eie styl, maar in hul woorde en gedagtes is hulle van die Heilige Gees afhanklik. Dit is daarom dat God self die spreker in die Heilige Skrif is (Towns, 2006:31-37; Ennis, 2008:268-271).

Die studie val binne die veld van die Praktiese Teologie, omdat dit 'n studie is van mense se handelinge wat daarop ingestel is om ander mense te help om God te ontmoet en met God en hul medemens in gemeenskap te lewe (Heyns & Pieterse, 1998:8). Ballard (1999:141-143) meen verder dat dit die taak van Praktiese Teologie is om inligting te verskaf wat gelowiges in staat kan stel om uitvoering te gee aan hul taak in die wêreld. Dit is ook wat met hierdie studie gepoog gaan word.

As raamwerk waarbinne teoretiese besinning plaasvind, bied die Praktiese Teologie in die soeke na probleemoplossing modelle aan. Die modelle is metodes of hulpmiddels om die verkeer tussen teorie en praxis te bevorder en te vergemaklik en dit is ook noodsaaklik aangesien die model bepaal hoe daar in die praxis te werk gegaan moet word (Heyns & Pieterse, 1998:34). Daar is baie modelle waaruit die Praktiese Teologie kan kies (Heyns & Pieterse, 1998:34). Volgens Lotter (2007:3) word die volgende modelle, wat sekere basiese komponente bevat wat herhaal word, normaalweg gebruik: Heitink, Getz, en Zerfass se model. Die basiese komponente is die volgende: Bybelse komponente (basisteoretiese), ander dissiplines (metateoretiese) en die toepassing in die praktyk (praktykteoretiese). Lotter stel ook sy eie model bekend wat as raamwerk gebruik kan word. Sy model bestaan uit drie komponente wat bestaan uit: Skrifperspektiewe (sluit in eksegese en hermeneuse), Konteks (sluit in literatuur en empiriese) en dit alles saam vorm die Pastoraal-teologiese model. Die Skrifperspektiewe en Konteks werk interaktief om die model te vorm.

Vir die doeleindes van hierdie studie word daar gebruik gemaak van die prakties-teologiese model van Zerfass (Zerfass, 1974:164-177, sien ook Heyns & Pieterse, 1998:36-38; De Wet, 2006:57-87) wat hierdie model spesifiek vir die Praktiese Teologie ontwerp het (vgl. ook Venter, 1995:181-202). Pieterse (1993:109) wys ook daarop dat Zerfass oortuig is dat hierdie benadering die wetenskaplike karakter van die vak op vaste basis plaas. Dit is 'n model wat die ondersoek struktureer volgens die bipolêre spanningsverhouding tussen teorie en praxis (Pieterse, 1993:175). Verder is dit 'n toepaslike model om te beskryf hoe die basisteorie in die

praktyk behoort te funksioneer. Die prakties-teologiese model van Zerfass (1974) is bepalend vir die metode van hierdie navorsing. Die rede waarom die metode en model gekies is, is omdat dit nie net in die Praktiese Teologie beproef en aanvaar is nie, maar ook geskik is om die doelstellings van die navorsing te bereik en dus die wetenskaplike kwaliteit van die ondersoek te verseker. Dit is moontlik omdat dit 'n objektiewe, gebalanseerde, sistematiese, niesydige, kontroleerbare werkswyse is (sien Mouton & Marais, 1993:8). Die model word vervolgens meer breedvoerig bespreek.

### 1.5.1 Zerfass se model

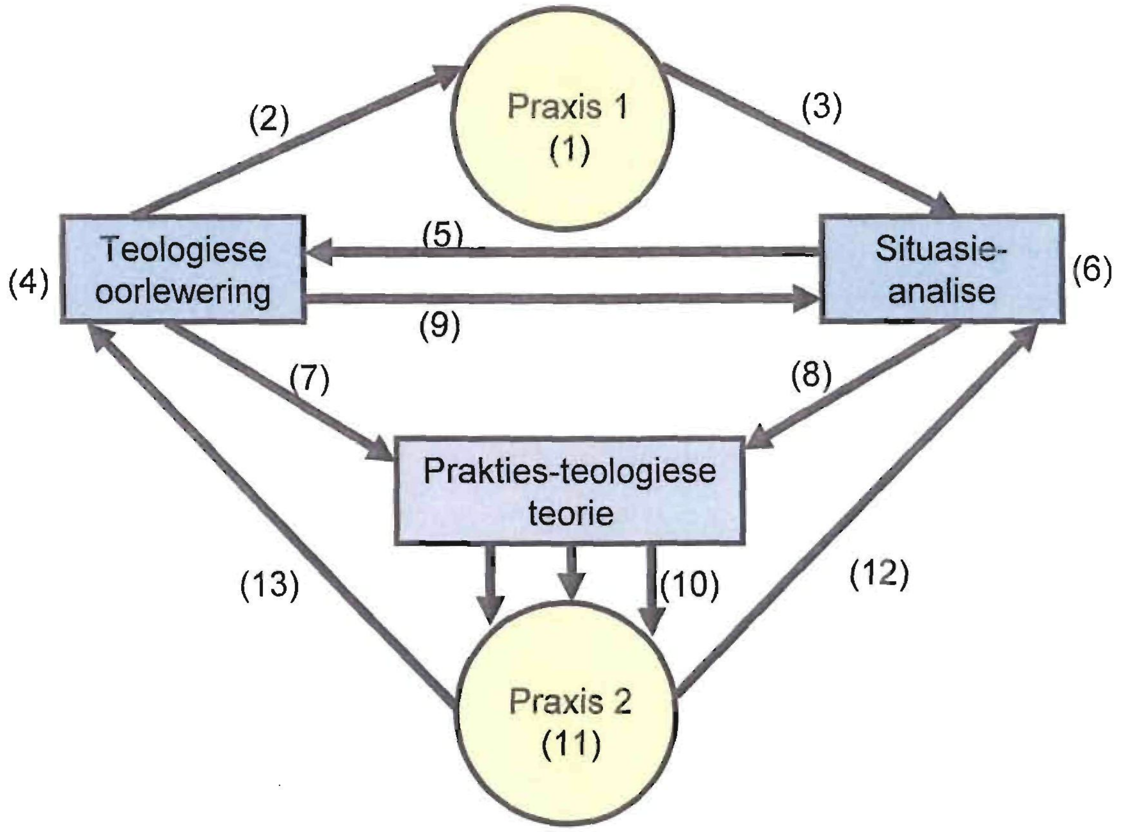
Die handelingswetenskaplike model van Zerfass ontstaan binne die denkklimaat van die sestigerjare van die twintigste eeu (De Wet, 2006:61). Hierdie omstandighede moet in gedagte gehou word wanneer sy model bestudeer word. Zerfass (1974:166) omskryf hierdie model as: *"ein handlungswissenschaftliches Model der Korrektur christlich-kirchlicher Praxis".* Die volgende aspekte word deur Zerfass (1974:164-177) uitgelig aangaande sy model:

Die teologie het vir baie jare redelik geïsoleerd van ander wetenskappe gefunksioneer. Gedurende die sestigerjare van die twintigste eeu vind 'n fokusverskuiwing plaas na die konkreet lewende mens en sy situasie. 'n Verandering moes noodwendig in die kerk plaasvind as gevolg van maatskaplike veranderinge wat baie vinnig begin plaasvind het. Daar is besef dat die kerk anders moes dink en daarom ook anders moes doen. Die tradisionele word bevraagteken, terwyl die vreemde of nuwe begin klem kry. Onder die druk van maatskaplike kritiek moes daar op verskeie vlakke van die kerklike lewe gereageer en gereformeer word (vgl. Zerfass, 1974:164). Hierdie veranderde benadering wat Zerfass in die praktyk voorstel moet op grond van prinsipiële denke, prakties uitgevoer word, omdat Zerfass (1974:166) beweer: *"...der Wissenschafts-charakter der Praktischen Theologie entscheidet sich beim Methodenproblem".*

Zerfass poog met die model om aan te toon watter elemente 'n rol speel in die verstelling van die kerklike praktyk en lê klem op die siklus wat nodig is om tot nuwe teorievorming te kom, wat dan na 'n nuwe praktyk kan lei (Venter, 1996:25-26; Heyns & Pieterse, 1998:36; De Wet, 2006:59). Die geheelbeeld (gesamtcharakteristik) ten opsigte van 'n model is altyd vir hom belangrik en ook om voortdurend bewus te wees van die bedoeling en perke van die model. Volgens Zerfass (1974:169) is 'n model soos 'n landkaart wat aspekte skematies vereenvoudig. Prakties-teologiese studie is spesifiek gerig op die regstelling van 'n bestaande handelingspraxis (Zerfass, 1974:169) en daarom is die model van waarde en kan met groot sukses in die praktyk toegepas word (sien ook Heitink, 1999:113; Grosskopf & Lotter, 2003:15; De Wet, 2006:73,84). De Wet (2006:80) wys tereg daarop dat:

Wanneer in 'n prakties-teologiese studie aansluiting gevind word by 'n model wat die verbetering van die praxis ten doel het, behoort daarmee rekening gehou word dat daar dikwels min kom van idealistiese veranderingsverwagtings. Praktiese Teologie word beoefen in 'n gebroke werklikheid waarin die Gees dikwels bedroef word deur mense se volharding in geloofsongehoorsaamheid en geloofsonvolwassenheid. Voleindigende verandering kan alleen bewerk word deur die Een wat sê: Kyk, Ek maak alles nuut!

Vervolgens word 'n diagrammatiese oorsig gegee van die werking van Zerfass se handelingswetenskaplike model as korrektief op 'n Christelik-kerklike praxis (Figuur 1).




**Figuur 1: Hermeneutiese wisselwerking in prakties-teologiese teorievorming - Zerfass se model** (Heyns & Pieterse, 1998:37)

In Figuur 1 verteenwoordig praxis 1 die bestaande basispraktyk wat sy teoretiese oorsprong in die teologiese oorlewering (4) of die teologiese verstaan van die praktyk het (aangedui deur pyl 2). Pyl 3 dui die situasie-analise (6) aan wat kennis van ander wetenskappe inspan om 'n duidelike beeld van die werklikheid te verkry. Pyl 5 dui op die wisselwerking van die teologiese tradisie en die geanaliseerde situasie. Pyl 7 en 8 verteenwoordig die invloed van die teologiese

tradisie en die situasie-analise. Pyl 9 dui die ontwikkeling van 'n nuwe prakties-teologiese teorie aan wat moet poog om die situasie te verbeter. 'n Teorie word ontwikkel oor wat gedoen moet word ter verbetering van die omstandighede. Pyl 10 stel die handelingsimpuls voor in die daarstelling van 'n nuwe praxis (11). Dit beteken nie dat die proses afgehandel is nie. Dit moet eers aan die situasie (12) en die oorlewering (13) getoets word, sodat die teologiese oorlewering en situasie die werkbaarheid en of korrektheid van die nuwe praktyk kan beproef (Zerfass, 1974:167 en verder; sien ook Dingemans, 1989:202; Pieterse, 1993:174-176; Heyns & Pieterse, 1998:36-38; Heitink, 1999:113). Pieterse (1993:176) voeg by: "As die proses deurloop is, behoort daar vanweë 'n konkreter greep op die werklikheid 'n veranderde horison te vorm van waaruit ons die Bybel verstaan vir die eie tyd – spesifiek met die oog op optimale kommunikasie van die evangelie". Hierdie proses bly onafgehandel en gaan voortdurend voort. Bogenoemde uiteensetting van die model verskaf die riglyne vir hierdie navorsing.

Vervolgens word 'n kort oorsig gegee van die beplande navorsing oor welheid deur van die Zerfass-model gebruik te maak, aan die hand van die volgende verduidelikende aantekeninge: Die praxis (1) in hierdie navorsing kom as ontoereikend na vore. Daar is moontlik 'n afwesigheid of 'n onvoldoende welheidsbediening. Dit gee aanleiding tot 'n spanningsituasie wat nadenke oor die situasie ('n welheidsbediening) vereis, wat weer kan lei tot 'n verbetering van die situasie. Teologiese oorleweringe oor verwante begrippe of konsepte wat die saak van welheid aanraak (die begrip welheid kom nie in die Skrif voor nie) sal nagegaan word om die situasie beter te kan verstaan. Hierna sal 'n situasieanalise gedoen word aan die hand van die sekulêre literatuur en deur empiriese navorsing op grond waarvan riglyne aangebied kan word vir 'n welheidsbediening. 'n Wisselwerking vind plaas tussen die konkrete situasie en die teologiese tradisie. 'n Spanning ontstaan oor hoe die konkrete situasie veronderstel is om te lyk en hoe dit in werklikheid lyk. Dit gee aanleiding tot die oortuiging dat iets omtrent 'n welheidsbediening te doen om die situasie te verbeter. Sodoende kom 'n nuwe praxis (2) tot stand waar 'n welheidsbediening moontlik meer prominent aandag ontvang of meer effektief toegepas word. Die nuwe praxis oor 'n welheidsbediening dra by tot 'n verdieping in die verstaan van die nuwe situasie. Deur van die model gebruik te maak kan daar moontlik verseker word dat alle aspekte in ag geneem word by die vervanging van 'n bestaande praxis met 'n nuwe praxis. In hierdie model word alle faktore wat 'n rol speel in die regstellingsproses van 'n bestaande handelingspraxis in een model saamgevat.

In die beantwoording van die verskillende navorsingsvrae, word die volgende metodes gebruik:

### 1.5.2 Metateoretiese perspektiewe

Die metateorie word heel eerste hanteer om vas te stel wat die *konteks* presies behels en watter literatuur beskikbaar is oor welheid. Daarna sal dit getoets word aan die Bybelse perspektiewe wat in die volgende hoofstuk bespreek word.

'n Literatuurstudie word beoog om die bydrae van ander vakdissiplines te verdiskonteer. Daar sal ook van 'n kwalitatiewe empiriese studie gebruik gemaak word. 'n Fokus groep van sewe persone sal gebruik word met die oog op persoonlike onderhoude. Hierdie navorsing sal voldoen aan die riglyne van die Etiekkomitee van die Noordwes-Universiteit en aan beginsels wat daar vasgelê is met betrekking tot geldigheid en betroubaarheid, met inagneming van die anonimiteit van deelnemers en ander aspekte soos vereis deur die Etiekkomitee (Handleiding vir nagraadse studie, 2005:29-35).

### 1.5.3 Basisteoretiese perspektiewe

Basisteoretiese riglyne word vanuit die Skrif ondersoek oor 'n welheidsbediening. In die vorming van 'n basisteorie vir die navorsing sal van die openbaringshistoriese metode gebruik gemaak word. Jordaan (2003:5) maak die volgende stelling oor 'n openbaringshistoriese studie:

> Die benaming "openbaringsgeskiedenis" veronderstel dat God sy openbaring in en deur die geskiedenis gee. Die doel van 'n openbaringshistoriese studie is dan ook om die Skrifgeopenbaarde dade van God in die geskiedenis te bestudeer. ... Deur die historiese karakter van die Godsopenbaring as uitgangspunt te neem, word openbaringshistoriese studie gegrond op die aanname dat daar in die Godsopenbaring 'n historiese voortgang is en dat hierdie voortgang ook in die te-boek-gestelde openbaring, die Bybel, weerspieël word.

'n Studie sal gemaak word van verskeie gedeeltes in die Bybel waar die welheidsbeginsel na vore kom.

### 1.5.4 Praktykteoretiese perspektiewe

Hierdie teorie beskryf hoe die basisteorie en metateorie in hermeneutiese wisselwerking met mekaar ontwikkel tot 'n praktykteorie (Reinecke, 2001:147). 'n Praktykteoretiese model sal geformuleer word met die oog op riglyne wat gebied word ten opsigte van 'n welheidsbediening.

## 1.6 HOOFSTUKINDELING

Die hoofstukindeling is soos volg:

Hoofstuk 1: Inleiding.

Hoofstuk 2: Metateoretiese perspektiewe met betrekking tot 'n welheidsbediening.

Hoofstuk 3: Skrifperspektiewe met betrekking tot 'n welheidsbediening.

Hoofstuk 4: Empiriese navorsing ten opsigte van 'n welheidsbediening deur AGS-pastore in 'n stedelike konteks.

Hoofstuk 5: Formulering van 'n praktykteoretiese model vir 'n welheidsbediening deur AGS-pastore in 'n stedelike konteks.

Hoofstuk 6: Samevatting, aanbevelings en temas vir verdere navorsing.

## 1.7 TEGNIESE ASPEKTE

Vervolgens word 'n aantal relevante tegniese aspekte belig.

### 1.7.1 Afkortings vir die boeke van die Bybel

Die afkortings van Bybelboekname wat voor in die 1983 Afrikaanse vertaling van die Bybel voorkom, word gebruik (BYBEL. 1983. Nuwe Vertaling. Kaapstad: Bybelgenootskap van Suid-Afrika.)

### 1.7.2 Geslagsvorm

Die onderwerp is beslis van toepassing op beide geslagte. Waar die geslagsvorm hy/hom voorkom, verteenwoordig dit ook die vroulike geslagsvorm sy /haar en omgekeerd.

### 1.7.3 1983 Afrikaanse vertaling van die Bybel

Wanneer aanhalings uit die Bybel gemaak word, word die 1983 Afrikaanse vertaling van die Bybel gebruik, behalwe wanneer dit anders aangedui word.

### 1.7.4 Verwysingsisteem

Alle bronverwysings word gedoen aan die hand van die Harvard-metode van verwysing soos uiteengesit in Verwysings (Van der Walt, 2006). Alle internetartikels wat net in die HTML-vorm beskikbaar is, is uitgedruk en hierdie bladsynommers is gebruik, vir meer effektiewe verwysing.

### 1.7.5 Resente en minder resente bronne

Voorkeur is aan resente bronne gegee, alhoewel minder resente bronne ook geraadpleeg is ter wille van volledigheid.

### 1.7 6 Die terme fisies en fisiek

In die spreektaal word die terme "fisies" en "fisiek" soms afwisselend gebruik. Volgens die HAT (2005:236) en Pharos (2007:186) het "fisies" betrekking op die natuur of op natuurwette, terwyl "fisiek" op die natuurlike gesteldheid van die liggaam dui.

**IN NOTHING DO MEN MORE NEARLY APPROACH THE GODS THAN IN GIVING HEALTH TO MEN.**

Cicero (Koenig, 2004:1200)

# HOOFSTUK 2

# METATEORETIESE PERSPEKTIEWE MET BETREKKING TOT 'N WELHEIDSBEDIENING DEUR AGS-PASTORE IN 'N STEDELIKE KONTEKS

> "With the ever-growing impact of science on our lives,
> religion and spirituality have a greater role to play in
> reminding us of our humanity. What we must do is
> balance scientific and material progress with the
> sense of responsibility that comes of inner development"
> Goleman (sien Pollard, 2004:32).

Vervolgens word in hierdie hoofstuk aandag gegee aan die metateoretiese perspektiewe rakende 'n welheidsbediening. Die keuse om met 'n metateorie te begin, is gedoen in die lig daarvan dat welheid nie 'n Bybelse terminologie is nie, maar in die algemeen eerder geassosieer word met die gesondheidswetenskappe. Die konsep van 'n totale gesonde lewe kom redelik algemeen in die Skrif voor, soos in hoofstuk 3 aangetoon sal word. In hierdie hoofstuk sal vasgestel word wat die konteks op metavlak presies behels en watter literatuur beskikbaar is oor welheid om vandaar te beweeg na moontlike Skriftuurlike perspektiewe oor die saak.

## 2.1 INLEIDING

In hoofstuk 1 is daar alreeds gemeld dat hierdie prakties-teologiese studie aansluiting gevind het by die handelingswetenskaplike model van Zerfass wat die verbetering van die praxis, oftewel die konkrete werklikheid, ten doel het (Zerfass, 1974:164-177; sien ook Pieterse, 1993:175-176; De Wet, 2006:57-87). Die model geniet baie aandag en wye steun (sien Pieterse, 1993:109; Van den Berg & Dreyer, 1995:219; Venter, 1996:25) en word in verskeie prakties-teologiese studies gebruik (Pieterse, 1993:108). As voorbeeld hiervan kan na die volgende proefskrifte verwys word: Thompson, 2000; Reinecke, 2003; Schoeman, 2005; Steyn, 2005; Putter, 2006, Grobbelaar, 2007 en Parker, 2008.

Volgens de Wet (2006:60) is die rede hiervoor: "... waarskynlik geleë in die raamwerk wat dit

bied vir die ondersoek van verskillende vlakke van hermeneutiese wisselwerking tussen teologiese tradisie en huidige situasie, norm en praktyk, die ideale en reële, teologie en ander geesteswetenskappe".

In Praktiese Teologie word daar met verskeie teorieë gewerk wat wetenskaplike teorieë is as dit wetenskaplik deeglik geformuleer en getoets is (Pieterse, 1993:51). Wetenskaplike teorieë moet op die werklikheid gerig wees en so is Praktiese Teologie 'n *scienta praxeos*, dit is 'n wetenskap wat 'n teorie vir die praktyk nastreef (Heyns & Pieterse, 1998:10). Hierdie teorie-praxis-verhouding word deur Pieterse (1998:181) vanuit 'n prakties-teologiese oogpunt soos volg verduidelik: "... the praxis of God happens by means of human ... actions. But it happens in a partnership between God and human beings through the work of the Holy Spirit".

In Praktiese Teologie word daar onderskei tussen metateorieë, basisteorieë en praktykteorieë (Louw, 1998:75; Heitink, 1999:113; Lotter, 2007:4). 'n Teorie is altyd voorlopig of hipoteties van aard en moet so geformuleer word. Toetsbare hipoteses moet deduktief daaruit afgelei kan word, wat empiries weerlê of bevestig kan word (Pieterse, 1993:50). De Wet (2006:84) waarsku juis dat wanneer daar met teorievorming besig is, die teologiese kwaliteit in 'n gereformeerde benadering altyd beskerm moet word deur die hooffokus van die teorievormende arbeid te laat val op 'n Skrifgebonde basisteorie, wat hermeneuties op die situasie (metateorie) gerig is. Dit moet ook agogies en normatief gerig word op die vernuwing en voleinding van die handelingspraxis van die kerk (praktykteorie). Kruger en Venter (2001:570) toon aan dat slegs wanneer die situasie-analise in wisselwerking gebring word met die teologiese teorie, dit funksionele waarde sal hê. In die mate onderskei Praktiese Teologie homself van ander teologiese dissiplines daarin dat hy sonder om sy normerende aard te laat affekteer, die tussenvlak betree met die doel om effektief te bedien.

Vervolgens word die metateoretiese aspekte van 'n welheidsbediening bespreek.

## 2.2 WAT IS 'N METATEORIE?

Metateorie is die teorie waarin die wetenskaplike vertrekpunte uitgespel word wat raakvlakke met ander vakke deel, dit wil sê vakke wat dieselfde werklikheidsveld ondersoek (Van den Berg & Dreyer, 1995:212; Venter, 1996:89). Kennis kan dus van ander vakdissiplines wat met die Praktiese Teologie universeel gedeel word, ingespan word om 'n juiste beeld van die

werklikheid te kan verkry (Heyns & Pieterse, 1998:50; sien ook Lotter, 2004:4). Dit beteken nie dat die kerk nie meer van belang is nie, maar die kerk word nou as deel van die samelewing gesien. Pieterse (1993:107) stel dit soos volg: "Deur dus 'n meer holistiese kyk op die werklikheid vanuit 'n koninkryksperspektief te neem, kan Woord en werklikheid saam gesien word. Dit open die moontlikheid om Praktiese Teologie te bedryf waarin teorie en praktyk, Woord en werklikheid, in bipolêre spanningseenheid op mekaar betrek kan word" (sien ook Heitink, 1996:280). In dié lig gesien sal 'n praktykteorie onvolledig wees as die metateoretiese insigte nie geïntegreer word nie.

## 2.3 DOELSTELLING

Met bogenoemde afbakening in gedagte, is die doel van die hoofstuk om 'n uitgebreide literatuurstudie, histories en kontemporêr, te doen oor die insigte wat uit ander vakdissiplines verkry word rakende welheid. 'n Ondersoek sal gedoen word na wat bedoel word met welheid vanuit 'n metateoretiese perspektief, in ooreenstemming met Zerfass se model, met die oogmerk dat 'n praktykmodel uiteindelik daargestel kan word as hermeneutiese wisselwerking tussen die meta- en basisteorie, wat as riglyn kan dien vir geestelike leiers om 'n meer holistiese en effektiewe welheidsbediening aan gelowiges te verskaf.

Die basis van verskeie wetenskaplike navorsingsprojekte, Teologie ingesluit, is geleë in literatuurstudie. Dit sal noodwendig ook die basis van hierdie studie behels. Dit beteken dat dokumente, boeke of artikels waarin ander ondersoekers hulle bevindinge neergeskryf het, geraadpleeg en ontleed sal word (Lategan, 2007a:129). Die insigte en bevindinge van hierdie navorsers word dan sistematies byeengebring. Lategan (2007a:128-129) beklemtoon dat die literatuurstudie nie net 'n tussen stap in die navorsingsproses mag wees nie. Dit moet fokus op die navorsingsprobleem en dit moet die navorsing reflekteer wat reeds oor die bepaalde probleem afgehandel en gepubliseer is. Mouton (2001:91) wys weer daarop dat dit nie net in die literatuurstudie gaan oor: "... a mere compilation, or summary, or listing of information sources" nie. Lategan (2007b:517) sluit hierby aan deur te beklemtoon dat die navorser oor die vermoë moet beskik: "... to integrate various views and arguments into a meaningful framework". Die literatuurstudie moet dus 'n omvattende oorsig wees van die stand van sake oor 'n bepaalde onderwerp (Lategan, 2006:146).

Hart (1998:13) definieer 'n literatuurstudie soos volg:

> The selection of available documents (both published and unpublished) on the topic,

which contain information, ideas, data and evidence written from a particular standpoint to fulfil certain aims or express certain views on the nature of the topic and how it is to be investigated, and the effective evaluation of these documents in relation to the research being proposed.

Creswell (1994:24; sien ook Lategan, 2007a:130) verwys na vier belangrike oogmerke van 'n literatuurstudie:

- 'n Aanduiding dat bestaande literatuur bemeester is.
- Die identifisering van ooreenkomste en verskille tussen vorige navorsing en die besondere ondersoek.
- Die bydrae wat die bepaalde ondersoek tot die bestaande kennisbasis lewer.
- Die ondersteuning en verryking van 'n konseptuele raamwerk vir 'n bepaalde ondersoek.

Die navorsingsmetodiek het dan ten doel om die gaping tussen teorie en praktyk te oorbrug (Vanhoozer, 2005: 613), sodat die onderwerp effektief hanteer kan word. In 'n poging om hieraan te voldoen, sal aan die volgende aspekte aandag geskenk word:

- 'n Vertaling van die woord "wellness".
- 'n Historiese agtergrond van die ontstaan van die term welheid en die gebruik daarvan in die samelewing.
- Welheidsbediening in die kontemporêre kultuur.
- Perspektiewe van ander vakdissiplines oor welheid.
- Verskeie basiese konsepte rakende welheid, soos die dimensies van totale welheid, verskeie welheidsmodelle, eienskappe van 'n persoon wat totale welheid bemeester, leefstyloptredes en houdings wat welheid belemmer en daar word ook kortliks verwys na navorsing oor die verband tussen welheid, gesondheid en godsdiens.
- Die toekoms van die welheidsbeweging.

## 2.4 VERTALING VAN DIE WOORD "WELLNESS"

Die woord welheid as vertaalde ekwivalent van "wellness" is nie 'n bekende woord nie en hier gaan aangetoon word waarom en hoe daar tot die besluit gekom is om die woord welheid te gebruik. Soos reeds in hoofstuk 1 genoem, is daar nie 'n amptelike vertaalde ekwivalent vir die woord "wellness" nie en daarom is 'n uitgebreide ondersoek geloods om 'n toepaslike woord in Afrikaans vir die studie te vind. Volgens Rothman en Ekkerd (2007:41) is "wellness" 'n relatiewe nuwe konstruk in Suid Afrika. Studies oor die onderwerp word ook in Suid Afrika meestal in Engels gedoen. Die outeur kon nie 'n toepaslike vertaalekwivalent in die literatuur

vind nie. Die woorde welsyn en welstand is oorweeg, maar dit is alreeds met "well-being" vertaal (Reader's Digest, 1989:1296). Daar is per e-pos gekorrespondeer met Fred Pheiffer (2007) van Pharos-woordeboeke en Professor R. H. Gouws (2007), mederedakteur van die Verklarende Handwoordeboek van die Afrikaanse Taal. Albei het bevestig dat 'n amptelike vertaling nog nie gemaak is nie.

Daar is ook geen vertaling gevind in die elektroniese woordeboeke wat geraadpleeg is nie (Interpret.co.za; Rieme.co.za; Freelang-English – Afrikaans online dictionary: Online vertalen: woordenboek; Travlang English-Afrikaans On-Line Dictionary). Welheid, as trefwoord, is gebruik in 'n Google-soektog en dit het slegs een keer elk in die volgende artikels voorgekom:

- Mosaïek- die kuns van lewe. Wholeness sentrum (2008:1).
- Departement Ekonomiese Sake, Landbou en Toerisme. Gereedmaking van die Wes-Kaap vir die kennisekonomie van die een-en- twintigste eeu (2003:5).
- Jaarboek 2002. Fakulteit Opvoedingswetenskappe. Nagraadse Skool vir Opvoedkunde. Potchefstroomse Universiteit vir Christelike Hoër Onderwys (2002:41).

Uit die konteks waarin welheid in die artikels gebruik is, is dit duidelik dat dit 'n vrye vertaling van "wellness" kan wees. Gesien teen die agtergrond en op aanbeveling van Professor R. H. Gouws (2007), wat aandui dat welheid die woord is wat tipies as vertaalde ekwivalent gebruik word, sal die woord welheid dus in hierdie studie binne 'n bepaalde gebruikskonteks gevestig word.

## 2.5 WELHEID IN HISTORIESE KONTEKS – 'N VOËLVLUG

Die historiese ontwikkeling van welheid word kortliks uiteengesit.

### 2.5.1 Inleiding

In die afdeling gaan kortliks gekyk word na die ontwikkeling van die konsep soos dit in die geskiedenis deur verskillende stadia ontplooi het. Beide die term welheid en die konsep het 'n gekompliseerde verlede. Deur kennis te neem van die ontwikkeling, sal hierdie konsep beter verstaan en waardeer kan word vir wat dit vir die hedendaagse mens kan beteken.

### 2.5.2 Antieke oorsprong van die konsep

Die konsep word al by die antieke Grieke gevind wat holisties daarna gekyk het en aspekte van liggaam, siel en gees ingesluit het (Degges-White *et al.*, 2003:274). Hulle het die woord "regimen" in hierdie konteks gebruik (Ardell, 2006a:2). Dictionary.com Unabridged (v 1.1)

online (2006) verklaar die woord "regimen" soos volg: "a regulated course, as of diet, exercise, or manner of living, intended to preserve or restore health or to attain some result". Die Grieke is die mees gevierde nasie van die oudheid, want hul prestasies en kundigheid vorm die grondslag van die Westerse beskawing. So byvoorbeeld was hulle bekend met leefstylkeuses wat die kwaliteit van hul lewe kon beïnvloed. Hulle het heelwat welheidswaardes gehad en dit ook nagestreef. Sodoende het hulle 'n fondament gelê vir die konsep waarop vandag steeds voortgebou word (Ardell, 2006a:2-3; Ardell, 2006b:3).

Gesondheid, skoonheid en innerlike geluk was die belangrikste doelwitte in die lewe van die antieke Grieke. Om dit te bereik en te handhaaf, moes hulle 'n gematigde lewenstyl volg, wat georganiseer moes word deur van eie inisiatief gebruik te maak volgens hulle vermoëns (Gohde, 2006:2-3). Selfs die Olimpiese Spele wat deur hulle begin is, het onder andere welheid verheerlik in die menslike liggaam en 'n welheidsleefstyl probeer bevorder. Daar is gepoog om die liggaam, wil en verstand in 'n gebalanseerde eenheid te ontwikkel, want dit was die medium waardeur die Griek sy persoonlikheid geaktualiseer het (Bredenkamp, 2001:122-133, Anon., 2004:2).

Volgens Montague *et al.* (2002:1) kan die wortels van die woord welheid ook gevind word in die Ooste. "Modern day wellness has its roots indirectly embedded in the Eastern tenets of body, mind and spirit ... Out of the firm believe that the mind, body and spirit must coexist in perfect harmony and balance, the first real wellness model was born". Hulle noem ook dat die nuwe Westerse konsep van "whole-person wellness" gebaseer is op die antieke siening van Hippocrates, wat in 370 v.C. gesinspeel het op welheid deur die volgende uitlating: "All parts of the body which have a function, if used in moderation and exercised in labours to which each is accustomed, become healthy and well developed and age slowly. But if unused and left idle, they become liable to disease, defective in growth and age quickly" Montague *et al.* (2002:1-2).

Alhoewel die konsep baie oud is, is die eerste geskrewe aantekening van die woord "wellness", wat gevind kon word, in 1654 in 'n dagboek deur Lord Wariston. Hy gebruik die woord "wealness" as 'n antoniem vir siekte en dié betekenis van die term het tot en met die middel van die twintigste eeu bly voortbestaan, alhoewel dit nie algemeen in gebruik was nie (Miller, 2005:84).

### 2.5.3 Ontwikkeling van die konsep in die negentiende en twintigste eeu

Welheid as konsep het begin ontwikkel in die negentiende eeu as 'n nuwe manier om na die mens se welstand om te sien. 'n Middelklas het ontwikkel as gevolg van die industrialisme en die nuwe welvarende publiek het die tyd en middele gehad om welheid te bevorder (Gohde,

2005:2).

'n Beweging het begin wat geestelikheid en gesondheid verbind het. Die "Mind-cure-movement" beter bekend as "New Thought and Christian Science", gestig deur Mary Baker Eddy (1821-1910), het van die standpunt uitgegaan dat 'n gesonde liggaam die resultaat van 'n gesonde gees en verstand is. William James (1902:77-124) verwys hierna as die "religion of health-mindedness" wat mense soos Horace Fletcher (1849-1919) en John Harvey Kellogg (1852-1943) beïnvloed het om positiewe denke te sien as die sleutel tot gesondheid (Miller, 2005:86). Kellogg het mense geleer om vars water te drink, groente, vrugte en natuurlike kosse te eet en weg te bly van koffie, sigarette en alkohol. Eiers moet selde of ooit geëet word. Gereelde oefen is uiters belangrik terwyl ten minste agt uur per nag geslaap moet word. Hy het ook "corn flakes", grondboontjiebotter, granola en sojamelk ontwikkel om fisiese welheid te bevorder (Kellogg, s.a. 1-6; Miller, 2005:87).

### 2.5.4 Dr. Halbert L. Dunn munt die woord "wellness"

Dr. Halbert L. Dunn word deur Donald Ardell beskou as die vader van welheid (Hettler,1998:4; Ardell, 2000a:2) en hy word ook beskryf as die "argitek" van die moderne welheidsbeweging (Hattie *et al.,* 2004:354). Hy het die konsep, wat hy genoem het "high level wellness", bekend gestel in 'n reeks van dertien lesings wat hy aangebied het in die laat vyftigerjare van die twintigste eeu. Hierdie lesings het as basis gedien vir sy boek wat hy in 1961 gepubliseer het onder die titel "High-Level Wellness" (Jonas, 2000b:1-2; Montague *et al.*, 2002:2; Anon., s.a.a:9; Miller, 2005:89). Hierin het Dunn (1961:4-5) welheid soos volg gedefinieer: "... an integrated method of functioning which is oriented to maximizing the potential of which an individual is capable. It requires that the individual maintain a continuum of balance and purposeful direction within the environment where he is functioning". Hy het ook aangedui dat: "... wellness is a direction in progress toward an ever-higher potential of functioning" (Dunn, 1961:6).

Dunn het die eenheid van die mens sterk beklemtoon. Volgens hom het die Westerse kultuur die mens in 'n liggaam, siel en gees verdeel waar die medici met die liggaam gewerk het, die siel het aan die psigiaters behoort, terwyl die gees die terrein van die godsdiens was. Hy het aangetoon dat "high-level wellness" harmonie tussen al drie die areas beteken en hy het getwyfel of enige een van die drie areas in isolasie behandel kan word. Die mens is deur hom gesien as 'n geïntegreerde en interafhanklike geheel wat nie fisies wel kan wees as hy geestelik siek is nie (Dunn, 1959:788-790; Miller, 2005:89).

Dunn het ook die geestelike dimensie van welheid sterk beklemtoon en was ontevrede met die

mediese wetenskap wat die mens as 'n biologiese masjien beskou het. Hy stel dit soos volg:

> If we are to move in the direction of high-level wellness for man and society, we cannot ignore the spirit of man in any dissipline. In fact, the essence of the task ahead might be to build a rational bridge between the biological nature of man and the spirit of man, the spirit being that intangible something that transcends physiology and psychology (Dunn, 1959:788).

Alhoewel Dunn se idees nie veel aandag geniet het tot en met die laat sewentigerjare van die twintigste eeu nie, het hy wel 'n stewige fondament gelê waarop voortgebou kon word in die toekoms (Ardell, 2004:3; Anon., s.a.a:9).

**2.5.5 Die ontwikkeling van die konsep vanaf die sewentigerjare**

Terwyl Dunn se welheidsfilosofie nie dadelik prakties toegepas is nie, het mense soos John Travis, Robert Russel, Elizabeth Nielson, Bill Hettler en Don Ardell die idees van Dunn verder ontwikkel en dit gepopulariseer. Vanaf die sewentigerjare het die konsep begin aanklank vind by baie mense. Ardell, wat deur Miller (2005:93) beskryf word as die "wellness guru" het saam met Travis begin werkswinkels aanbied dwarsdeur Amerika en ook in ander lande. Die welheidsbeweging het nou vinnig momentum begin kry (Hettler, 1998:5-10).

Ardell (1996:69-70) het die volgende konsep van welheid begin verkondig:

> Wellness is essentially a lifestyle that encompasses a set of principals, such as the belief in the values of making thoughtful, disciplined choices with respect to such issues as exercise and nutrition. It entails skills, such as a capacity for managing stress and functioning with a commitment to embracing personal as well as social responsibility. And, not last and surely not least, wellness can and must lead to a lifelong quest for insights and understanding, satisfaction, and excitement for the greatest quest of all, namely, making wise decisions about life's Meaning and Purposes.

Aan die begin van die millennium kan alreeds 'n verdere toename in die belangstelling in welheid bemerk word. Selfs in die Sielkunde het sielkundige welheid (wat ook multidimensioneel is en optimaal funksioneer as daar balans tussen die dimensies is) al hoe sterker begin figureer. Vir meer volledige inligting oor hierdie rigting kan Gropp (2006) en Gropp, Geldenhuys en Visser (2007:24-34) geraadpleeg word. Dit wil dus voorkom dat mense al hoe meer gesond wil leef, minder siek wil wees en gouer gesond word, deur hul

immuniteitsisteem effektief op te bou. Welheid is daarom 'n lewenslange proses wat daarna streef om so gesond en gelukkig as moontlik te wees. Hierdie proses kom slegs tot 'n einde met die dood (Jonas, 2000b:2-3, Ardell, 2000b:2).

Vir dekades is die term welheid vrylik gebruik en dit het so gewild geword dat dit redelik algemeen gebruik is in 'n groot hoeveelheid advertensies wat handel oor enige iets van lewenstyl tot gesondheidsprodukte (Ardell, 2008:1). In Duitsland is die konsep geïnterpreteer as, om te ontspan, soos byvoorbeeld om 'n spa of soortgelyke plekke te besoek. Daar is baie meer klem gelê op die plesierbeginsel in Europa (DPA, 2008:1; Miller, 2005:98). Dit het ontwikkel in 'n "buzzword" wat deur die bemarkingsnetwerk gebruik word om allerhande onbeproefde gesondheidsmiddels en behandelinge te adverteer (Webster's online dictionary). Miller (2005:99) waarsku soos volg: "The reduction of the wellness concept to a mere advertising slogan represents a complicated process of redefining and mutation that the term has gone through in the past fifty years ...". Ten spyte van die ontwikkeling van die konsep in hierdie rigting het die Wêreldgesondheidsorganisasie (WGO) en die Wêreld Ekonomiese Forum (WEF) ernstig begin aandag skenk aan welheid in die werkplek (World Heart Federation, 2007:1; China Daily, 2008:2; Reuters, 2008:1).

In China, September 2007, het welheid internasionale aandag verkry by 'n historiese vergadering van die WGO en die WEF, toe wêreldleiers en groot maatskappye aan welheid as 'n strategie in die werkplek blootgestel is (World Heart Federation, 2007:1). Die WGO het tradisioneel aandag gegee aan die uitroeiing van aansteeklike siektes en kwale en aan gesondheidsaspekte in derdewêreldlande. Dit was al voorgestel dat die WGO eerder die Wêreldkwaleorganisasie genoem moet word. Vir die WEF was welheid soos 'n onsigbare konsep (O'Donnell, 2007:1). In Januarie 2008 het die WGO en die WEF 'n opvolg konferensie gehou in Switzerland waar voorgestel is dat welheid in die werkplek as 'n universele prioriteit aangeneem moet word. Hierdie gebeure het die bevordering van welheid wêreldwyd beklemtoon en prominente leiers betrek om die konsep te bevorder (China Daily, 2008:2; Reuters, 2008:1).

**2.5.6 Samevatting**

Die konsep welheid het 'n lang en gekompliseerde geskiedenis van ontwikkeling. Afhangende van die konteks en die tydperk in die geskiedenis, het daar nie net klemverskuiwings plaasgevind nie, maar het dit ook van tyd tot tyd verskillende betekenisse gehad. 'n Enkele definisie van die konsep is nie beskikbaar nie, omdat die konsep van konteks tot konteks verskil en wie ook al dit gebruik kan besluit wat dit beteken. Wat wel duidelik na vore gekom het, is die feit dat die beweging 'n voorstander is van die behandeling van die totale mens as 'n

eenheid. Liggaam, siel en gees is inter-afhanklik van mekaar en nie een van die aspekte mag uitgesluit word wanneer die mens se welheid op die spel is nie. In die proses is daar ook aangetoon dat die gees van die mens nie geïgnoreer mag word nie, omdat dit 'n belangrike rol speel in die proses van totale welheid (In die volgende afdeling sal hierdie aspek meer volledig ontplooi word).

Dit wil ook voorkom asof die voorstanders van welheid in die ontwikkelingsgeskiedenis van die konsep oor die algemeen saamgestem het dat welheid die verantwoordelikheid van die individu is wat keuses moet maak om so gesond as moontlik te leef. Om optimale gesondheid te kan geniet is leefstyl bestuur essensieel, sowel as om aandag te skenk aan wat die individu doen, dink en eet.

*Die doel van die afdeling was slegs om die geskiedenis van die ontwikkeling van die konsep* oorsigtelik te behandel. In afdeling 2.8 sal daar meer in diepte gekyk word na verskeie aspekte wat hier slegs genoem is. Vervolgens word daar na die noodsaaklikheid van 'n welheidsbediening in die kontemporêre kultuur verwys.

## 2.6 WELHEIDSLEEFWYSE IN DIE KONTEMPORÊRE KULTUUR

Konsepte ontwikkel gewoonlik histories as die produk van 'n sekere kulturele en omgewingskonteks. Die volle implikasie van 'n welheidsleefwyse as konsep, sal beter waardeer en verstaan word binne die konseptuele raamwerk van die kontemporêre kultuur. Die mens se godsdiensbelewing staan nooit los van sy kulturele konteks nie. 'n Paradigmaskuif wat plaasvind sal dan noodwendig die godsdiens beïnvloed (sien Hoffman, 2002:15-16). Soos 'n konteks verander, moet aanpassings gemaak word om aan te pas by die nuwe omstandighede (Dreyer, 2003:35-36,57). In *The Structure of Scientific Revolutions* (1962) gebruik Thomas Kuhn die term paradigmaskuif, wat 'n bekende term geword het om 'n nuwe kultuurfase te beskryf. Hierdie verskuiwing vind plaas oor 'n lang tydperk deur individue wat 'n nuwe model of teoretiese struktuur ontwikkel wat die lewe anders verklaar as hul voorgangers. Die nuwe idees verander die leefwêreld en denke van die mens in totaliteit (Froneman *et al.*, 2000:192). In kort is 'n paradigma 'n bepaalde denktradisie, die samevatting van oortuigings, tegnieke en waardes van 'n bepaalde gemeenskap wat deur die lede van die gemeenskap gedeel word. Dit is 'n model wat mense saambind (Bosch, 1993:185; Van Aarde, 1995:15; Visagie, 1996:81; Herholdt, 2005:72). Janse van Rensburg (2000:1-2) voeg by dat dit 'n gedagteraamwerk en 'n vertrekpunt is. Paradigmas mag ook oorvleuel en daarom funksioneer mense nie altyd op 'n spesifieke tyd in presies dieselfde paradigma nie.

### 2.6.1 Eienskappe van die kontemporêre kultuur

In 1999 het Sweet (1999:17) daarop gewys dat 'n totale kultuurverandering besig is om in die wêreld plaas te vind en dat die bediening by die nuwe konteks moet aanpas. Hy wys ook daarop dat daar meer veranderinge in die afgelope vyftig jaar plaasgevind het as in die laaste vyfhonderd jaar gesamentlik.

'n Paar aspekte wat dan in die een-en-twintigste eeu al hoe meer na vore tree en waarvan kennis geneem behoort te word met die ontwikkeling van 'n welheidsbediening is: verwerping van Goddelike openbaring en enige aanspraak van objektiewe waarheid, bevraagtekening van die outoriteit van die Bybel, pluralisme, godsdienstige relativisme, Bybelse ongeletterdheid, beklemtoning van subjektiwiteit (aspekte wat moontlik geestelike en intellektuele welheid negatief kan beïnvloed), ondermyning van gemeenskap en moraliteit, 'n kitstoegangskultuur, 'n afname in die invloed van die Westerse wêreld (aspekte wat moontlik sosiale, fisiese en emosionele welheid negatief kan beïnvloed), herlewing van godsdienstigheid en moraliteit, aanvaarding van holisme, herwaardering van die mens as spirituele wese, die kerk kan nie meer net op die kognitiewe steun nie, die hernude vraag na die sin en doel van die lewe (aspekte wat moontlik 'n welheidsbediening kan ondersteun), (sien Thompson, 2000: 25, 39, 59-77,157-161; Johnston, 2002: 23-59; Strauss, 2002: 572-586; Steyn, 2005:50-60).

### 2.6.2 Versnelde lewenstempo

Die totale welheid van die mens word nog verder bedreig deur versnellende veranderinge, agterdog teenoor outoriteit, korttermyn betrokkenheid, onsekerheid, spanning en angstigheid, wat unieke eise aan hom en die kerk stel (Johnston, 2002: 10,11,35,38; sien ook Colbert, 2003b:36). Glass (1998:12) verwys na hierdie era as: "... an era when technology can bring us information much faster than we can absorb it". Die eeu staan dan ook bekend as die informasie-era waar die tegnologiese ontwikkeling besig is om in talle opsigte te ontaard in 'n vyand eerder as in 'n hulpmiddel vir die mens (Hattingh, 2000:6). Daar is ook nie altyd genoegsame tyd om na te dink oor die magdom inligting wat daagliks verwerk moet word nie. As kitswêreldburger moet die mens oorleef in hierdie kitslewe deur kitswaardeoordele en kitskeuses te maak (Moore, 2004:50; Hinz & Hinz, 2004:16-17). Wright (1999:5) beskryf hierdie kultuur soos volg: "We are left with a pick-and-mix culture, an if-it-feels-good-do-it culture, a whatever-turns-you-on culture". Die jongmens van vandag is ook bekend vir sy stopwoord: "Whatever!" Jakes (2005:97) som dit soos volg op: "We live in a breakneck-speed-nanosecond-overnight-delivery culture". Die bekende woorde van Shakespeare: "To be or not to be?" het in hierdie versnelde hedendaagse kultuur plek gemaak vir "to go or not to go?" Die konsep van "to be" moet weer opnuut gevestig word deur 'n welheidsleefwyse waar balans die vernaamste fokus is (sien Hinz & Hinz, 2004:12-13).

### 2.6.3 Intellektuele onwelheid

Die omstandighede waarin die kontemporêre mens leef en die feit dat hy vasgevang is in bogenoemde wêreld- en lewensbeskouinge, kan moontlik sy totale welheid aantas. Indien daar 'n wanbalans in een van die dimensies van welheid bestaan, kan dit moontlik 'n nadelige effek op al die ander dimensies hê (Colbert, 2003b: xiii). Hier sal volstaan word deur slegs na onwelheid in een van die dimensies te verwys as uitvloeisel van die huidige kultuurfase.

MacArthur (1997:43) wys daarop dat die gelowige aangemoedig word: "... to think less and feel more ... The video age has swamped us, and the result is the loss of clear thinking ... Modern worshippers do not want to think ...". Joubert (2003:14) stem saam dat die kerk grootliks in 'n denkvrye sone verander is waar gelowiges nie aangemoedig word om hul verstand te gebruik in hul verhouding met God nie. Cheung (2002:12) stel dit soos volg: "Intellectual development is perhaps the most neglected aspect of Christian sanctification ... one of our most urgent tasks is to recover a spirit of biblical intellectualism ... Destructive to the spiritual life is the unbiblical content of one's thinking ...". Cheung (2002:17) waarsku ook tereg wanneer hy skryf: "An anti- intellectual spirit stifles Christian thinking and therefore destroys one's ability to test and approve what God's will is" (Rom 12:2; Ef 5:8-10,15-17; Fil 4:8).

Genoemde omstandighede dui op 'n toestand van intellektuele onwelheid wat aangeroer behoort te word. Een van die uitdagings in die heersende kultuur, is die vermoë en insig om Bybelse riglyne betreffende 'n holistiese welheid te herken, te aanvaar, toepaslik te maak oor 'n lang termyn en daarmee saam 'n gesonde balans te handhaaf in die ontwikkeling van die liggaam, siel en gees in alle dimensies.

### 2.6.4 Siektetoestande

Deur die volgende vraag te vra maak Barajas (2008:2) eintlik 'n toepaslike stelling oor die lewenswyse waaraan die mens in die kontemporêre kultuur blootgestel is: "... do you go through your days at what seems like hyper-speed, with at least five times more to do than any other person could ever get done ... massively stressed, ignoring the activities and people that are important for your health, sanity, and happiness?" Hierdie omstandighede kan aanleiding gee tot geweldige spanning wat weer kan lei tot verskeie siektetoestande, soos depressie en uitbranding (Colbert, 2003a:24, 27-28; Colbert, 2005:5-8; Wilmovsky, 2006:33). Hierdeur word die mens se fisiese welheid aangetas.

### 2.6.5 Stygende mediese kostes

Vanuit 'n finansiële oorweging vir die gelowige is 'n welheidsbediening noodsaaklik weens die

toenemende stygende mediese koste en die onbekostigbaarheid en ontoeganklikheid van 'n mediese fonds en gesondheidsorg vir baie mense (Struve, 2003:1). Die afgelope paar jaar het verskeie koerantberigte die aangeleentheid beskou, wat die dringendheid daarvan beklemtoon (Jackson, 2007:1; Mahlangu & Mkhabela, 2008:1; Anon., 2009:1). Volgens Pilzer (2007:xvii) het heelwat werkgewers al besef dat die enigste langtermyn oplossing vir die stygende mediese koste, 'n welheidslewenswyse is. Wilmovsky (2006:14) voorsien dat mense in die toekoms slegs mediese dekking sal hê vir uitsonderlike en buitengewone siektetoestande, terwyl die werkgewer 'n welheidsfonds beskikbaar sal stel, wat konsentreer op voorkomende aktiwiteite en maatreëls vir optimale gesondheid.

Hierdie krisis behoort nie net deur die sekulêre wêreld bespreek en hanteer te word nie, maar moet ook die kerk se aandag geniet, aldus Struve (2003:1). Hy stel voor: "To help our society face its health-care crisis, the church should take hold of its calling to be a primary health setting that preaches, teaches, and heals through the gospel of Jesus Christ. This is especially true in the areas of lifestyle behaviour, chronic-illness care, and end-of-life issues". Hy glo dat dit die verantwoordelikheid van die kerk is om 'n welheidsleefwyse te onderrig, omdat Jesus Christus self 'n gesondheidsorgbediening gehad het. Daar bestaan vandag 'n groot behoefte aan so 'n bediening.

### 2.6.6 Wêreldgesondheidorganisasie (WGO) en die Wêreld Ekonomiese Forum (WEF)

Die WGO en WEF het tydens hul vergaderings in 2007 en 2008 besluit om internasionale aandag aan welheid te skenk en dit 'n wêreldwye prioriteit te maak. Daar sal gepoog word om die klem te verskuif van 'n siektebehandelingslewenswyse na 'n welheidsbevorderingslewenswyse (World Heart Federation, 2007:1; China Daily, 2008:2; Reuters, 2008:1). Hieroor sal meer uitgebrei word in 2.5.5 en 2.7.1. 'n Welheidsbediening kan ook help met die uitbou van hierdie visie tot voordeel van die koninkryk van God.

'n Gepaste aanhaling om hierdie afdeling mee af te sluit, word uit 'n koerantberig in *The Times* geneem: "Wellness is not a luxury, but a necessity" (Maina, 2008:14).

## 2.7 PERSPEKTIEWE VAN ANDER VAKDISSIPLINES OOR WELHEID

Perspektiewe van ander vakdissiplines oor welheid word vervolgens behandel.

### 2.7.1 Inleiding

In die voorafgaande afdelings is die historiese ontwikkeling van die konsep kortliks bespreek en daar is ook gewys op die noodsaaklikheid van 'n welheidsleefwyse in die kontemporêre

kultuur. In die afdeling gaan daar meer in diepte gekyk word na die konsep soos dit tans verstaan en gebruik word, deur na verskeie kontemporêre uitsprake oor die konsep te verwys. Omrede daar verwarring kan bestaan oor die verskil tussen welheid en gesondheid en omdat die konsepte soms afwisselend gebruik word, sal dít ook hanteer word. Konsepte soos kwale, ongesteldheid en siekte sal noodwendig ook in 'n welheids- en gesondheidskonteks voorkom en dus sal hierdie konsepte kortliks verduidelik word. Daar sal ook aandag gegee word aan dimensies van welheid, verskillende welheidsmodelle, eienskappe van 'n persoon wat totale welheid bemeester, leefstyloptredes en -houdings wat welheid belemmer en die verband tussen welheid en godsdiens.

Tolson en Koenig (2003:24-25) beweer dat die mens nog altyd welheid nagestreef het aangesien siekte deel is van die mens se geskiedenis. Baie min aspekte in die lewe kry soveel aandag soos welheid en gesondheid. Dit is 'n onderwerp wat oor alle grense van ras, kleur, nasionaliteit en geloof strek. Volgens Kickbusch en Payne (2003:276-277) en Kirsten (sa.:1) het die internasionale gemeenskap in die vorige dekade, al hoe meer begin klem lê op die belangrikheid van 'n gesonde lewenstyl. Akademiese instansies, besighede, groot korporasies, versekeringsmaatskappye, hospitale, mediese skemas, en gemeenskapsgroepe het almal begin om die welheidskonsep te ondersteun, sodat die mens die kwaliteit van sy lewe kan verbeter. 'n Goeie voorbeeld hiervan is onder andere Coca-Cola, ABSA, en Hewlett-Packard wat verskeie welheidsprogramme vir hul werknemers aanbied. Dit wissel, onder andere, van fiksheidsprogramme, rookklinieke tot spanningsbestuurseminare. Hulle, sowel as ander maatskappye wat soortgelyke programme aanbied, het bevind dat hul mediese eise aansienlik verminder het, afwesighede afgeneem het en produktiwiteit toegeneem het. 'n Welheidsprogram sal ook nuwe talent na die maatskappy toe aantrek en die totale koöperatiewe beeld verbeter (Landgreen, 1999:6-7; Kickbusch & Payne 2003:275-278; Kirsten sa.:4; sien World Economic Forum, 2007:1-2; World Economic Forum, 2008:1-13; World Health Organization/ World Economic Forum, 2008:38).

Uit bogenoemde is dit duidelik dat welheid sy stempel op die samelewing afgedruk het deur mense aan te moedig om hul leefstyl aan te pas, sodat daar beweeg kan word na optimale welheid. Volgens Jonas (2000c:2) is daar vanaf die begin van die nuwe millennium 'n definitiewe toename te bespeur in die belangstelling van persoonlike gesondheid en gesondheidsbestuur.

### 2.7.2 Kontemporêre uitsprake oor welheid as konsep

'n Paar woordeboekdefinisies van die konsep welheid, is reeds in 1.2.2.6 uiteengesit. In die afdeling sal na 'n hele paar kontemporêre uitsprake oor die konsep verwys word, om sodoende

vas te stel wat welheid presies vir die een-en-twintigste eeuse mens kan beteken. Die ondersoekveld oor welheid is baie groot en dit sal slegs moontlik wees om die hoofstroomidees oor die konsep te verwoord. 'n Volledige ontleding en interpretering van al die gedagterigtings oor welheid sal dus nie moontlik wees nie, en val in elk geval ook nie binne die skopus van hierdie studie nie. Die verskeie definisies wat gekies is, vertoon sekere ooreenkomste, maar maak ook elk 'n unieke bydrae tot 'n meer volledige verstaan van die konsep. Leiers van die welheidsbeweging (Dunn, Travis en Ardell – sien 2.1, 2.5.4, 2.5.5) wie se definisies alreeds in die studie genoem is, sal nie weer hier herhaal word nie, maar sal in ag geneem word in die opsomming aan die einde van die afdeling.

Soos reeds genoem, is daar nie 'n algemeen aanvaarbare definisie van welheid nie en daarom is dit noodsaaklik om 'n redelike groot verskeidenheid van definisies aan te bied, wat die wye spektrum van verskeie idees oor die konsep kan weergee. Oor die jare het outeurs van populêre boeke wat handel oor welheid, die konsep van welheid beskryf as die kwaliteit van jou lewe en die bewuswees van jou welstand (Eldin & Golanty, 1992; Corbin, Lindsey & Welk, 2000; Payne & Hahn, 2000).

#### 2.7.2.1 Bill Hettler

Bill Hettler is 'n medestigter van die "National Wellness Institute", maar hy is veral bekend as die stigter van die "National Wellness Conference" wat vanaf 1978 nog elke jaar aangebied word (Miller, 2005:94). Sedert 1970 gebruik hy al die volgende definisie: "Wellness is an active process through which people become aware of, and make choices toward a more successful existence" (Hettler, s.a.:1).

#### 2.7.2.2 Arizona State-Universiteit

Arizona State Universiteit het 'n redelike omvattende definisie:

> Wellness is an active, lifelong process of becoming aware of choices and making decisions toward a more balanced and fulfilling life. Wellness involves choices about our lives and our priorities that determine our lifestyles. The wellness concept at ASU is centred on connections and the idea that the mind, body, spirit and community are all interrelated and interdependent (Kent, 2003:2).

#### 2.7.2.3 John J. Pilch

Pilch (1998:1) benader welheid vanuit 'n geestelike oogpunt:

> Wellness is not a synonym for health or fitness. In my understanding, a person can

be terminally ill, mentally retarded, or physically disabled yet still possess a deep wellness spirituality. Conversely, a person can be physically fit, mentally awake, and morally straight yet abuse a spouse, beat up children, and be a colossal pain in the neck to everyone else. Certifiably healthy? Certainly! Well? Hardly! I have various definitions of wellness. The short and simple one with which I generally begin is that wellness is one way of making sense out of life. When a person makes sense out of life on the basis of spiritual values or religious beliefs, wellness can be a spirituality.

#### 2.7.2.4 Michael Mulvihill

Vir Michael Mulvihill (2003:2) gaan dit meer oor wat verskaf behoort te word en gee 'n definisie van welheid wat aspekte van gesondheidsbevordering en siektevoorkoming insluit: "A set of organized activities and systematic interventions, offered through corporations/worksites, managed care organizations, and governmental/community agencies, whose primary purposes are to provide health education, identify modifiable health risks, and influence health behaviour changes".

#### 2.7.2.5 Paul Zane Pilzer

Pilzer (2001:45) kyk na die moontlike resultaat as jy geld op welheid spandeer: "I define 'wellness' as money spent to make you feel healthier, even when you're not 'sick' by any standard medical terms. To make you stronger, to make you see better, to make you hear better, to fight what we might call the symptoms of aging".

#### 2.7.2.6 Jane E. Myers, Thomas J. Sweeney en J. Melvin Witmer

"We define wellness as a way of life oriented toward optimal health and well-being in which body, mind and spirit are integrated by the individual to live more fully within the human and natural community. Ideally, it is the optimum state of health and well-being that each individual is capable of achieving" (Myers *et al.*, 2000:252).

#### 2.7.2.7 Charles B. Corbin en Robert P. Pangrazi

"Wellness is a multidimensional state of being describing the existence of positive health in an individual as exemplified by quality of life and a sense of well-being" (Corbin & Pangrazi, 2001:1). Hulle lê veral klem op die bestaan van positiewe gesondheid en welheid word beskou as 'n dimensie van positiewe gesondheid.

#### 2.7.2.8 National Wellness Institute

Die "National Wellness Institute" is die vernaamste organisasie in Amerika wat onderrig, opleiding en navorsing doen oor welheid. Die definisie wat hulle voorstaan lui soos volg:

"Wellness is a conscious, self-directed and evolving process of achieving full potential. Wellness is a multi-dimensional and holistic, encompassing lifestyle, mental and spiritual well-being, and the environment. Wellness is positive and affirming" (National Wellness Institute, s.a.a:1).

#### 2.7.2.9 Gohde

> Wellness can be defined as the pursuit of a healthy, balanced lifestyle. ... [it is not] the mere absence of disease; rather it is a optimal state of health ... it is not about gravely ill people avoiding conventional medicine in favour of dubious alternative treatments. Instead, wellness is usually about healthy people trying to get even healthier by doing perfectly sensible things (Gohde, 2005:2-3).

#### 2.7.2.10 Jan Montague

"Wellness is a life-growth process that embodies the philosophy of holistic health. It is the integration of mind, body, and spirit throughout life's journey. Simply stated, what you do, think, feel, and believe has an impact on your health and well-being" (Montague, 2007a:2).

#### 2.7.2.11 Donald Epstein

Epstein (2005:3) "Wellness can't be obtained from any product sold, because wellness is an internal state of experience".

#### 2.7.2.12 Wêreldgesondheidsorganisasie

Volgens die Wêreldgesondheidsorganisasie se nuutste uitgawe van gesondheidsterminologieë word welheid soos volg beskryf:

> Wellness is the optimal state of health of individuals and groups. There are two focal concerns: the realization of the fullest potential of an individual physically, psychologically, socially, spiritually and economically, and the fulfilment of one's role expectations in the family, community, place of worship, workplace and other settings (Smith *et al.*, 2006:6).

#### 2.7.2.13 Kathy Freston

"... wellness is not so much a goal as a process, a journey, a way of orienting yourself toward life. It's a feeling of total participation that involves being in balance in the three key dimensions of body, mind and spirit, and always looking at your actions and responses to life as they affect these three dimensions and are affected by them" (Freston, 2008:4).

Die definisies, soos hierbo uiteengesit en vele ander wat nie hier aangehaal is nie, vertoon 'n visie van welheid wat gegrond is op: balans, die totale mens na liggaam, siel en gees, welheid as 'n bewustelike proses, om gelukkig te wees, bemagtiging, suksesvolheid, liefdevolle aanvaarding van jouself, persoonlike keuses, holistiese en optimale gesondheid, positivisme, kwaliteit van lewe, persoonlike verantwoordelikheid en bewustheid, leefstylverandering en wyse besluite wat gemaak word oor die betekenis, sin en doel van die lewe. In die welheidsbeweging word die mens ingelig en aangemoedig om 'n lewenstyl te kies waarin hierdie eienskappe ten volle kan ontplooi.

Dit is duidelik, wanneer gekyk word na die vele definisies van welheid wat hier genoem is, dat 'n meer eenvormige algemeen aanvaarde definisie nodig is. Die "President's council on physical fitness and sport" het die leemte geïdentifiseer en 'n betoog gerig vir so 'n definisie sodat:

- alle onduidelikheid oor die konsep uit die weg geruim kan word;
- almal presies kan weet wat met die tern bedoel word, wetenskaplike kennis versamel kan word oor die konsep; en
- 'n deeglike wetenskaplike onderbou ontwikkel kan word wat moontlik kan verhoed dat kwaksalwery ontwikkeling en waninformasie versprei word (Corbin *et al.*, 2001:1).

Corbin *et al.* (2001:1) som hul betoog soos volg op: "If wellness is to be a meaningful term, we must all mean the same thing when using the term".

Ardell (2008:2-3) verskil van bogenoemde versoek tot 'n eenvormige definisie. Hy voel dat 'n enkele definisie nie belangrik is nie en dat dit aanvaar sal moet word dat daar maar altyd verskille oor die konsep sal bestaan. Wat hy beklemtoon, is dat die inhoud of elemente van 'n welheidsdialoog belangrik is. Hy sou graag wil sien dat daar 'n opregte waardering vir welheid is en dat die welheidskonteks gedebatteer en ondersoek word. Dit wil dus voorkom dat die verskeidenheid van definisies die konsep slegs kan verryk. Tot tyd en wyl 'n algemeen aanvaarbare definisie beskikbaar is, sal welheid binne 'n spesifieke gebruikerskonteks telkens verstaan moet word.

Bogenoemde definisies, vanuit die sekulêre wêreld, gee 'n breë raamwerk vir die konsep. In hoofstuk 3 punt 3.5.6 (Tabel 5) word 'n definisie van welheid gegee vanuit 'n basisteoretiese en metateoretiese perspektief. Dit sou egter 'n leemte laat as daar nie ook bepaalde sieninge oor gesondheid, ongesteldheid en siekte in samehang met welheid weergegee word nie. Vervolgens sal die aspekte aandag geniet.

### 2.7.3 Gesondheid, siekte, kwale en ongesteldheid

Vervolgens word daar kortliks bespreek wat verstaan word as daar oor gesondheid, siekte, kwale en ongesteldheid gesels word.

#### 2.7.3.1 Inleiding

Gesondheid, siekte ("sickness"), kwale ("disease") en ongesteldheid ("illness") is terme wat in die algemeen gebruik word sonder om ag te slaan op die ware betekenis van die terme. Kwale en ongesteldheid word soms afwisselend gebruik en gesondheid en kwale word as teenoorgesteldes beskou. In beide gevalle is dit nie die geval nie (Jonas, 2000a:1; Hanson, 2001:24). Soms word gesondheid en welheid ook as gelykwaardig beskou, wat dit beslis nie is nie, of dit word afwisselend en oorvleuelend gebruik, wat weer verwarring kan veroorsaak (Ardell, 2000b:2).

Hier gaan heel eerste aandag gegee word aan die belangrikheid van gesondheid en die rede waarom mense gesond wil wees. Daarna gaan gekyk word na die ontwikkeling en betekenis van die konsep gesondheid, wat gevolg word met 'n kort verwysing na kwale, siekte en ongesteldheid. Hierna sal 'n vergelyking gemaak word tussen welheid en gesondheid om sodoende te poog om die verwarring tussen die twee konsepte uit te skakel.

#### 2.7.3.2 Die belangrikheid van gesondheid

Vir die afgelope 200 jaar, volgens Pilzer (2001:45-46), was die primêre behoefte by Amerikaners om in hul ekonomiese behoeftes te voorsien. Dit is nie meer die geval nie, want hul primêre behoefte vandag is nie meer finansieel nie, maar wel gesondheid. Dit is ook duidelik te sien in die statistiek van die gemiddelde lewensverwagting wat in 1900 slegs 47.3 jaar was teenoor die 77.3 jare in 2005. In die begin van die twintigste eeu was die dodetal oorwegend toegeskryf aan aansteeklike siektes, waar dit nou oorwegend aan kanker, beroerte en hartkwale toegeskryf word (Crawford, 2005:534). Voor 1929 was dood as gevolg van 'n hartaanval so skaars dat dit nie eens gelys was in die amptelike "Internasionale List of Causes of Death" nie (De Villiers, 1998:29-30). Ongeveer die helfte van die hedendaagse sterftes aan bogenoemde kwale kan moontlik verhoed word deur 'n leefstylverandering. Hierdie kwale word toegeskryf aan leefstylfaktore soos rook, dieet, geen oefening en alkoholmisbruik (Crawford, 2005:534; Heroldt, 2005:30).

Die feit dat mense vandag langer leef word deur Hanson (2001:23) bevestig, want volgens hom word biljoene in Amerika spandeer in 'n soeke na gesondheid. Dit word universeel begeer, want 'n gesonde mens kan baie meer dinge bekom en doen as wat 'n siek mens van

kan droom. Gesondheid het 'n kulturele obsessie geword en daarom is die Westerse mens baie behep met gesondheid. Die konsep van gesondheid is vinnig besig om te verskuif van 'n kwaal-georiënteerde model na 'n gesondheidsmodel. Dit beklemtoon gesondheidsbevordering eerder as siektebestuur (Bandura, 2005:245).

Soos bogenoemde outeurs verwys Josephson (1998:11) ook na navorsing wat oor twee jaar gedoen is en duisende dollar gekos het om 'n antwoord te verskaf op die vraag na wat volwassenes dwarsdeur die wêreld beskou as hul vernaamste belangstelling. Die navorsing is gedoen deur die Universiteit van Chicago, "The American Association of Adult Education" en die "Y.M.C.A. Schools". Hulle het bevind dat die vernaamste belangstelling van mense gesondheid is, want niks kan volkome geniet of bekom word waar gesondheid ontbreek nie.

As gesondheid dan so belangrik is vir so baie mense, behoort die volgende vraag tereg gevra word: "Waarom wil ek gesond wees en hoe kan ek daarby baat vind?" Om die vraag te beantwoord, word daar gekyk na sekulêre uitsprake en uitsprake vanuit 'n godsdienstige perspektief wat deur die eeue oor die onderwerp gemaak is:

- 'n Antieke Griekse medikus, Herophilus antwoord dit soos volg: "When health is absent, wisdom cannot reveal itself, art cannot become manifest, strength cannot fight, wealth becomes useless, and intelligence cannot be applied" (Sigerist, 1941:57).
- Moses Maimonides (1136-1204), Mishna Torah: "Since by keeping the body in health and vigour one walks in the ways of God – it being impossible during sickness to have any understanding or knowledge of the Creator – it is a man's duty to avoid whatever is injurious to the body, and cultivate habits conducive to health and vigour" (Pilzer, 2001:15).
- Bybel (1983:221): "Of besef julle nie dat julle liggaam 'n tempel van die Heilige Gees is nie? Julle het die Heilige Gees, wat in julle woon, van God ontvang, en julle behoort nie aan julleself nie: julle is gekoop, en die prys is betaal. Julle moet God dus in julle liggaam verheerlik" (1 Kor 6:19-20). Die liggaam is in die eerste plek daar om fisiek uitvoering te gee aan dit wat God van die mens verwag. Hy moet sy liggaam versorg, oppas en oefen sodat hy gereed kan wees vir elke werk wat God van hom as gelowige verwag (Vosloo & Janse van Rensburg, 1999:1459-1460).
- Bybel (1983:277) "Moenie langer net water drink nie. Gebruik 'n bietjie wyn vir die maag en vir jou herhaalde ongesteldhede" (1 Tim 5:23). Christenleiers is berug vir hulle swak gesondheid. Daarby kom nog die dwaling dat net die gees belangrik is en dat die liggaam maar afgeskeep kan word. Paulus wys daarop dat die Christenleier ook na sy liggaam en gesondheid moet omsien, want 'n fikse en gesonde leier kan baie meer diensbaar wees in die gemeente as iemand wat sy gesondheid verwaarloos (Vosloo &

Janse van Rensburg, 1999:1459-1460).

- Bybel (1983:674) "Die lewe lê voor vir wie by die reg bly, die dood wag vir wie aanhou kwaad doen" (Spr 11:19). Die wyse maak die ure van die dag meer produktief en die jare meer vrugbaar. So 'n persoon leef elke dag voluit. Die lewe lê ook vir hom voor, omdat 'n mens gewoonlik langer leef as jy reg leef, as jy gesond eet en genoeg oefening en rus kry. Die slegte mens leef ook nie 'n volkome lewe op aarde nie (Vosloo & Janse van Rensburg, 2007:902).
- Thomas Jefferson (aangehaal deur Jonas, 2000c) maak in 1787 die volgende stelling: "Without health there is no happiness. And attention to health, then, should take the place of every other object. ... The most uninformed mind, with a healthy body, is happier than the wisest valetudinarian [person in poor health]".
- Parrott en Warren (2004:6-7) "You can't be happy without being healthy. And there is a lot more to health than not being sick ... It is nearly impossible to exaggerate the impact getting healthy and whole has on every aspect of your life ... we believe the most important goal you can accomplish is getting yourself healthy".

Uit bogenoemde opmerkings kan afgelei word dat gesondheid oor alle eeue vanuit 'n sekulêre en godsdienstige perspektief as baie belangrik beskou is. Die rede hiervoor is dat die mens gelukkig kan wees as hy gesond is en tot baie min in staat is as hy siek is. Vanuit 'n geloofsperspektief is gesondheid 'n opdrag, sodat die gelowige diensbaar kan wees, voluit en langer kan leef.

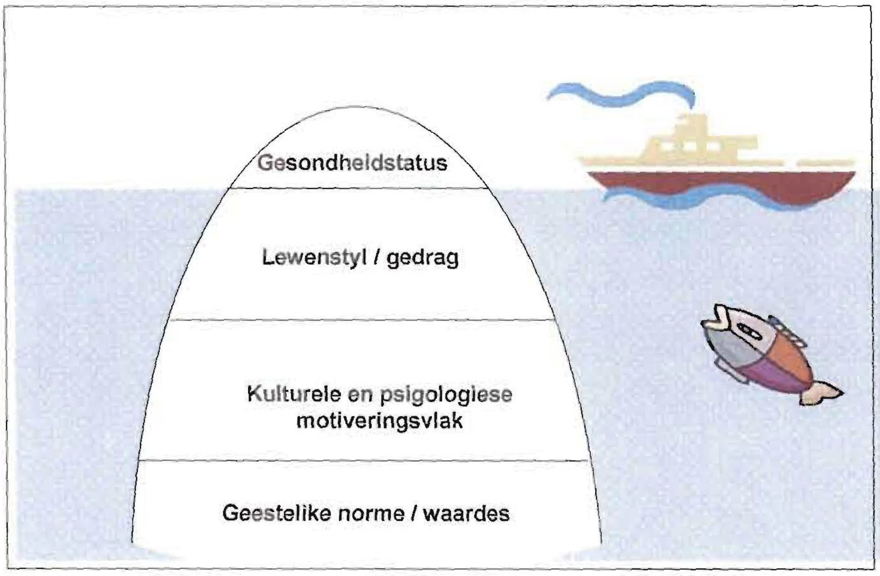
### 2.7.3.3 Die ontwikkeling en betekenis van die konsep gesondheid

Gesondheid is 'n konsep wat deur baie min mense werklik verstaan word en dit word vanselfsprekend aanvaar, totdat die mens siek word. Tydens 'n siektetoestand is dit moontlik dat gesondheid eers werklik waardeer kan word (Bishop, 1994:xiii, 2; Chilton,1997:8; Hanson, 2001:24; Gilbert *et al.*, 2002:7). Gesondheid word ook universeel begeer, maar dit het nie 'n universele definisie nie (Hanson, 2001:23). In die algemeen word aanvaar dat mense weet wat gesondheid is, maar wanneer 'n definisie gegee moet word, word dit in terme van wat gesondheid nie is nie, gegee. So byvoorbeeld sal die oorgrote meerderheid van individue gesondheid as die afwesigheid van siekte beskryf (Goosen & Klugman, 1996:1; Nieman, 1998:4; Jonas, 2000a:1; Almeida Filho, 2001:767-768; Marcum & Kruschwitz, 2007:12).

"Freedom from disease" is 'n algemene woordeboekbeskrywing van gesondheid (Jonas, 2000a:4). Die woord "disease" kom van 'n ou Franse woord wat "lack of ease" beteken en daarom het ons te make met 'n dubbele negatief as gekyk word na gesondheid: dit is die afwesigheid van die afwesigheid van "ease" (Weil, 1997:41). Dit is maklik vir wetenskaplikes

om kwale ("disease") te beskryf, maar nie gesondheid nie. Goeie gesondheid is beslis baie meer as die afwesigheid van kwale, aldus Jordan (2005:x) en Almeida Filho (2001:767-768). Rubin en Remedios (2005:x) beskryf goeie gesondheid vanuit 'n praktiese oogpunt soos volg: "Good health is having something left in the tank after you've put in a full day of work. Good health is thriving, not merely surviving". Bandura (2005:245) wys verder daarop dat die kwaliteit van 'n mens se gesondheid grootliks afhang en beïnvloed word deur leefstylgewoontes. Mense kan die proses van veroudering vertraag, langer en gesonder leef deur hul gesondheidsgewoontes effektief te bestuur.

Travis en Ryan (2004:xxi) ondersteun bogenoemde outeurs deur van 'n ysbergmodel (Figuur 2) gebruik te maak.




**Figuur 2: Ysbergmodel van Travis en Ryan** (2004:xxi)

Volgens die model (Figuur 2) is die mens se fisieke gesondheid slegs die sigbare punt van die ysberg. Om dié toestand beter te kan verstaan of om verandering aan te bring, moet onder die water gekyk word na leefstyl- en gedragskeuses, psigologiese, motiverings, en geestelike aspekte. Al hierdie aspekte speel 'n belangrike rol in die uiteindelike sigbare gedeelte van die ysberg. Die area onder die water bepaal die staat van 'n persoon se gesondheidstatus.

Die woord gesondheid is afkomstig van die woord *hāl*, 'n middeleeuse Engelse woord wat heelheid of totaliteit beteken (Weil, 1997:42; Almeida Filho, 2000:2; Marcum en Kruschwitz, 2007:17). Volgens Larimore en Mullins (2003:27) behoort die definisie van gesondheid dan alle aspekte in te sluit wat 'n persoon heel maak en dit beteken baie meer as net fisiese welstand. Hy verskil dus van die biomediese model, wat die mediese sorg in die Westerse wêreld gedomineer het sedert die einde van die agtiende eeu. Die model is gebaseer op 'n

paar veronderstellings soos byvoorbeeld: die liggaam en verstand kan afsonderlik behandel word ("mind-body dualism"), die liggaam kan soos 'n masjien herstel word en gesondheid is slegs die afwesigheid van siekte, die mens se liggaam kan gereduseer word tot organe, selle, molekules en chemiese bestanddele (Bishop, 1994:38; Gilbert *et al.,* 2002:19; Fountain, 2003:5; Herholdt, 2005:46; Kruschwitz, 2007:8).

Marcum en Kruschwitz (2007:11) ondersteun nie die siening wat deur die biomediese model voorgestel word nie en stel dit soos volg: "If we were merely body-machines, health would be the absence of disease or malfunctioning parts". Hulle redeneer dat die mens nie net soek na die sin van die lewe nie, maar ook die negatiewe effek van siekte ervaar. Dit is waarom gesondheid vir hulle ook aspekte soos welstand en heelheid insluit.

Verskeie definisies is oor die jare aangebied vir gesondheid en die term het ook 'n lang en komplekse ontwikkelingsgeskiedenis. Die antieke Grieke het geglo dat gesondheid 'n toestand is wanneer die liggaam in perfekte balans is. Hulle het geglo dat die mens uit 'n liggaam, siel, verstand en gees bestaan. Wanneer daar 'n wanbalans tussen die dele ontstaan, sal dit 'n siektetoestand veroorsaak (Jonas, 2000a:2; Sladden, 2006:1). Socrates het al in die vierde eeu voor Jesus Christus gewaarsku teen die behandeling van slegs een deel van die liggaam. Hy het beweer dat die deel nie gesond kan wees as die geheel nie gesond is nie (Walter, s.a.:1) Die antieke Chinese het geglo dat gesondheid 'n refleksie is van 'n liggaamskrag, wat bekend is as "Qi" (Kirsten, s.a.:1). In kontras hiermee het die Westerse mediese wêreld die liggaam in kompartemente verdeel en as sulks behandel (Weil, 1997:47). Die liggaam is van die persoon geïsoleer. Dit het aanleiding gegee tot die fokus op kwale, die herstel van liggaamsdele en gestremdhede (Gilbert *et al.,* 2002:19; Marcum & Kruschwitz, 2007:11). Dit is eers nou onlangs dat die wêreld 'n meer holistiese sining van gesondheid begin ontwikkel het (Fountain, 2003:5; Freeman, 2005:154-155).

Holisme kom van die Griekse woord *holos* wat totaal, geheel of volledig beteken (Wikipedia, 2008). Die term holisme is gemunt deur 'n Suid Afrikaanse staatsman, Jan Smuts, in sy boek wat in 1926 verskyn het, "Holism and Evolution" (sien Dacher, 1996:12; Wilmovsky, 2006:9). Hy het holisme gesien as die geheel wat meer is as die somtotaal van die dele waaruit dit bestaan (Freeman, 2005:154; Wikipedia, 2008). Ten opsigte van die verhouding tussen die geheel en die dele van 'n sisteem, het Smuts die volgende verklaar: "A whole, which is more than the sum of its parts, has something internal, some inwardness of structure and function, some specific inner relations, some internality of character or nature which constitutes that more (Smuts, 1987:103). Alhoewel dié definisie en die term holisme al in 1926 verskyn het, is dit eers algemeen in gebruik geneem in die sewentiger jare (American Holistic Health

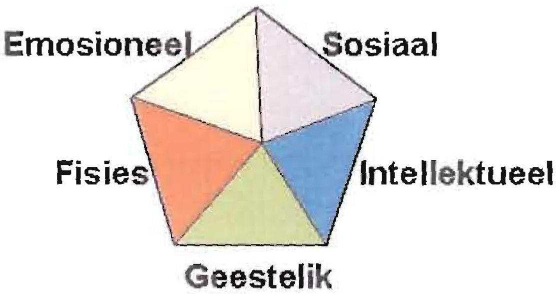
Association, 1999:1). Daar bestaan vandag baie verskillende definisies van holisme en daarom is duidelikheid oor die ware betekenis van die woord nie altyd voor die hand liggend nie. (Freeman, 2005:154; Strandberg *et al.,* 2007:1-4). Strandberg *et al.* (2007:1) stel selfs voor dat die woord "holistic" eerder met die woord "wholistic" vervang moet word om enige verwarring met komplementêre en alternatiewe medisyne uit te skakel.

Die beweging na 'n meer holistiese siening van gesondheid kan onder andere gesien word in die poging wat die Wêreldgesondheidsorganisasie in 1948 aangewend het om 'n algemeen aanvaarbare definisie op te stel, wat gesondheid holisties beskou (WHO, 1998:1; Gilbert, 2002:7; Larimor, 2003:28). Dit lui soos volg: "Health is a state of complete physical, mental and social well-being, and not merely the absence of disease or infirmity" (WHO, 1946:2). Met dié definisie is gesondheid as multidimensioneel beskou. Die eerste groot wêreldmoondheid wat holisme in gesondheidsbevordering amptelik erken het, was Kanada in 1974, in 'n dokument getitel: "A new perspective on the health of the Canadians" (Bhuyan, 2004:2). Hulle het die beperkinge van moderne medisyne en bestaande gesondheidsisteme erken en het aanbeveel dat gesondheid deur 'n holistiese benadering aangepak moet word, deur nie net die mediese dimensie nie, maar ook die sielkundige, ekonomiese en sosiale dimensies in ag te neem. Volgens Bhuyan (2004:2) het die gesondheidsbevorderingsbeweging sy oorsprong aan die dokument te danke.

In 1984 het die Wêreldgesondheidsorganisasie geestelikheid bygevoeg by hul lys van aspekte wat nodig is vir optimale gesondheid (Larimor, 2003:28). In 1986, by die heel eerste konferensie oor gesondheidsbevordering (WHO,1998:1), is hul definisie uitgebrei in die "Ottawa Charter of Health Prevention" met: "Health promotion is the process of enabling people to increase control over, and to improve, their health. Health is, therefore, seen as a resource for everyday life, not the objective of living. ... Health is a positive concept emphasizing social and personal resources, as well as physical capacities" (WHO, 1986:1). In die dokument word vyf kernstrategieë vir aksie uiteengesit: om gesonde openbare beleid te ontwikkel, ondersteunende omgewings te ontwikkel, versterking van gemeenskapsdeelname aan te moedig, persoonlike vaardighede te ontwikkel en gesondheidsdienste te heroriënteer (Bhuyan, 2004;2).

Nadat hierdie definisie in die tagtigerjare verskyn het, is die nuwe term, gesondheidsbevordering, hoofsaaklik begin gebruik (Webb, 1994:34). Volgens die konsep wat proaktief van aard is, behels dit die aktiwiteit wat die individu en gemeenskap se gesondheidstatus tot optimale werking wil verbeter. Dit beklemtoon ook individuele verantwoordelikheid, plaas dit in die konteks van die alledaagse lewe, stel bemagtiging

sentraal in die konsep en beskou dit as 'n hulpmiddel vir lewe (Kickbusch & Payne, 2003:275). Michael O'Donnell, stigter, president en redakteur van die "American Journal of Health Promotion" wat as wetenskaplike publikasie oor gesondheidsbevordering die grootste leserskring in die wêreld het (American Journal of Health Promotion, s.a.:1), het al in die tagtigerjare, toe die term hoofsaaklik begin gebruik is, die volgende definisie gegee: "Health promotion is the science and art of helping people change their lifestyle to move toward a state of optimal health". Optimale gesondheid (Figuur 3) word gesien as 'n balans tussen fisiese, emosionele, sosiale, geestelike en intellektuele gesondheid (O'Donnell, 1989:5, Mulvihill, 2003:2).




Fisieke fiksheid: Voeding, mediese selfversorging, beheer oor misbruik van medikasie/dwelms.
Emosionele: Sorg vir emosionele krisis, spanningsbestuur
Sosiale gemeenskappe: Families, vriende.
Intellektuele opvoeding: Prestasie, beroepsontwikkeling.
Geestelik: Liefde, hoop, liefdadigheid.

**Figuur 3: Dimensies van optimale gesondheid** (O'Donnell, 1989:5)

Edelman en Mandel (2002:18) noem die volgende eienskappe van gesondheidsbevordering wat bogenoemde bespreking oor die onderwerp kortliks saamvat.
Gesondheidsbevordering:

- fokus op die onderhoud en verbetering van die algemene gesondheid van individue, families en gemeenskappe;
- is 'n praktiese en effektiewe manier om hulp te verleen;
- het die potensiaal om die kwaliteit van lewe te verhoog vanaf geboorte tot die dood;
- vereis van individue om persoonlike verantwoordelikheid te neem;
- aktiwiteite is koste-effektief; en
- koester waarde en gewoontes wat 'n verskil kan maak aan 'n individu se lewe.

Wanneer daar na al die verskillende benaderinge tot die konsep gesondheid gekyk word, het Jonas (2000a:4) tot die gevolgtrekking gekom dat die volgende kan dien as 'n moontlike

bruikbare funksionele definisie van gesondheid:

> Health is a positive, balanced, state of being characterized by the best achievable physical, psychological, emotional, social, spiritual and intellectual levels of functioning at a given time, the absence of disease or the optimal management of chronic disease, and the control of both internal and external risk factors for both diseases and negative health conditions.

Ter opsomming kan gesê word dat gesondheidsbevordering 'n manier is om na gesondheid te kyk, deur alle faktore bymekaar te bring wat gesondheid kan beïnvloed. Dit kyk ook na gesondheid in 'n sosiale en politieke konteks, eerder as om na geïsoleerde mediese verskynsels te kyk. Dit wil ook voorkom dat gesondheid beslis nie net die afwesigheid van siekte is nie. 'n Meer holistiese gesondheidsbenadering is ook nodig om gesondheid te bestuur deur na alle aspekte van die individu se lewe te kyk, om sodoende 'n gebalanseerde geheel te verkry. In die woorde van Herholdt (2005:37) word dit kortliks soos volg gestel: "...health is a complex, dynamic interplay between physiological, psychological, behavioural and social factors".

Daar kan beslis nie oor welheid en gesondheid gepraat word sonder om na kwale, ongesteldheid en siekte te verwys nie. Dit vorm 'n integrale deel van die gesondheidspektrum. Die konsepte word in die volgende afdeling behandel.

#### 2.7.3.4 Verskil tussen kwale, siektes en ongesteldhede

In die literatuur word die woorde kwale "disease", siekte "sickness" en ongesteldheid "illness" gebruik wat verskillende betekenisse het. In Afrikaans sou al drie die woorde met siekte vertaal kan word, aldus Fred Pheiffer (2008). Daar is per e-pos gekorrespondeer met Fred Pheiffer (2008), van Pharos-woordeboeke en Professor R. H. Gouws (2008), mederedakteur van die Verklarende Handwoordeboek van die Afrikaanse Taal en albei het bevestig dat 'n amptelike vertaling van die woord "illness" nog nie gedoen is nie. Hulle het aanbeveel dat krankheid of ongesteldheid moontlik gebruik kan word. Die outeur het dit goed gedink, onder die omstandighede, om "illness" met die woord ongesteldheid te vertaal.

Die fokus van die studie is welheid en nie kwale, siekte en ongesteldheid nie, maar tog kan die konsepte nie in isolasie van mekaar behandel word nie. In die literatuur kom dit duidelik na vore dat daar wyd uiteenlopende opinies en definisies oor die konsepte bestaan. Die studie vereis nie 'n volledige uiteensetting van al die verskillende opinies oor die konsepte nie en dus sal volstaan word met 'n oorsigtelike bespreking daarvan, sodat dit in die welheidskonteks

verstaan kan word. Na hierdie bespreking word die verskil tussen ongesteldheid, kwale en welheid gedemonstreer deur die gebruikmaking van 'n model. Vir 'n meer volledige uiteensetting van die historiese ontwikkeling, verskillende sieninge en definisies oor ongesteldheid, siekte, kwale en gesondheid sowel as die kompleksiteit van die onderwerp, kan die omvattende artikel van Almeida Filho (2001:753-799) geraadpleeg word.

Die woorde siekte, ongesteldheid en kwale word soms met mekaar verwar en afwisselend gebruik wanneer daar na 'n toestand verwys word waar gesondheid afwesig is (Jonas, 2000a:1; Gilbert *et al.*, 2002:8).

Kwale is al redelik goed gedefinieer deur die mediese wetenskap. Die term "kwaal" verwys in die algemeen na 'n objektiewe toestand waar die interne funksionering van die liggaam as 'n biologiese organisme aangetas is. Dit kan veroorsaak word deur, onder andere, virusse en bakterieë. Dit is 'n toestand wat slegs deur gekwalifiseerde mediese dokters gediagnoseer en behandel kan word. Kwale is 'n fisiese konsep wat veral verband hou met die liggaam, terwyl ongesteldheid 'n sielkundige konsep is wat verband hou met die individu, hoe hy dit ervaar en hoe hy voel. Siekte daarenteen is 'n sosiologiese konsep wat verband hou met die gemeenskap. Dit kan gesien word as 'n sosiale toestand wat toegeskryf word aan mense wat as ongesteld beskou word deur die gemeenskap (Downie *et al.*, 1996:10-12; Jonas, 2000c:2-3; Gilbert, 2002:8; Herholdt, 2005:33-38).

Dethlefesen en Dahlke (2002:7) beweer dat dit nie die liggaam is wat siek word nie, maar die persoon. Die negatiewe faktore in die mens se lewe beïnvloed hom deur sy bewussyn. Siekte kan dui op "consciousness-level" -status en die simptome "body-level" -status. Die simptome is slegs tekens van onsigbare prosesse wat versorging vereis. Dethlefesen en Dahlke (2002:10) verduidelik dit soos volg: "Illness is a human condition which indicates that the patient is no longer in order or in harmony at the level of consciousness. This loss of inner balance manifests itself in the body as a symptom".

Volgens Heroldt (2005:98) is simptome verbind aan kwale, terwyl siekte aan heelheid, wat die bewussyn beïnvloed, verbind is. 'n Persoon wat siek is, is nie meer heel nie en dus is siekte 'n toestand van on-geheel-heid (un-whole-ness). Aan die ander kant kan 'n persoon ook aan 'n kwaal ly, maar welheid en heelheid ervaar. 'n Kwaal is 'n strukturele probleem in die liggaam, terwyl ongesteldheid die manier is waarop die persoon dit ervaar. Travis en Ryan (2004:xvii) beweer dat kwale en simptome nie die probleem is nie. Dit is slegs die liggaam-verstand-gees se poging om 'n probleem op te los. Dit is 'n boodskap van die onderbewussyn na die bewussyn.

Om op te som, kan 'n persoon 'n kwaal hê, en nie ongesteld voel nie, of ongesteld voel, maar nie 'n kwaal hê nie. Die mens mag ook 'n kwaal hê, wat nog nie gediagnoseer is nie, soos kanker of MIV/VIGS, daar is geen simptome nie en hy voel nie ongesteld nie. Ongesteldheid is dan hoe die persoon voel as hy dokter toe gaan en die kwaal is wat hy het, nadat die dokter dit gediagnoseer het. Kwale is dan wat 'n orgaan het, terwyl ongesteldheid is wat die mens het (Jonas, 2000:c:2; Gilbert *et al.*, 2002:8).

**2.7.3.5 Verskil tussen gesondheid en welheid**

Volgens Ardell (2002:1) is die verskil tussen die twee terme baie eenvoudig:

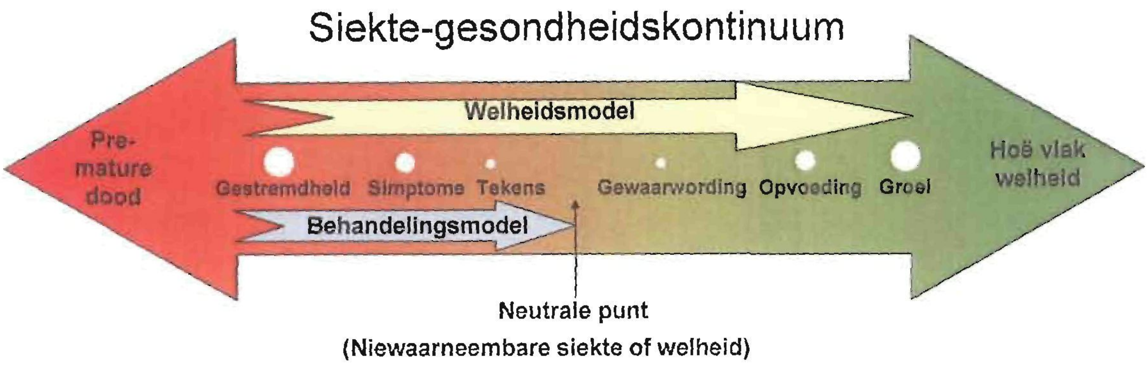
> Whether defined as the absence of something (illness, for example) or the presence of something else (vibrant good feelings of high energy, for example), health is a state of being, with physical, mental and emotional components. On this, most people are in agreement. Wellness, on the other hand, is a lifestyle. It is not a state of being, but a conscious commitment to a way of thinking and acting on a variety of principles for living well, based on a high degree of personal responsibility for one's own well-being.

Die verskil tussen welheid en gesondheid kan uitgebeeld word deur gebruik te maak van die voorbeeld van 'n motor. Deur ongesteld te wees, is om in trurat te wees; die afwesigheid van kwale (gesondheid) plaas die mens in neutraal; positiewe gesondheid of welheid laat die mens vorentoe beweeg. Wanneer die mens se totale leefstyl ingestel is op optimale gesondheid, is hy in die hoogste rat van versnelling. Die mens het nou totale welheid bereik (Hales, 2004:4).

Pilzer (2007: vii, 4), wat deur die New York Times beskryf word as die "economist turned wellness guru", maak 'n onderskeid tussen siekte en welheid vanuit 'n ekonomiese oogpunt. Hy maak nie 'n onderskeid tussen al die konsepte wat siekwees aandui nie, maar praat eenvoudig van die siekte-industrie waar mense kliënte word net as hulle siek word. Niemand wil 'n kliënt wees of word nie. Daarenteen is die welheidsindustrie proaktief en hulle het vrywillige kliënte, *omdat hulle alles in hul vermoë probeer doen om te verhoed om kliënte van die siekte-*industrie te word. Hy stel dit soos volg: "Sickness industry- Products and services provided reactively to people with an existing disease, ranging from a common cold to existing cancerous tumours. These products and services seek to either treat the symptoms of a disease or eliminate the disease" (Pilzer, 2005: 70). "Wellness industry- Products and services provided proactively to healthy people (those without an existing disease) to make them feel even healthier and look better, to slow the effects of aging, and/or to prevent diseases from

developing in the first place" (Pilzer, 2005: 70).

Die afdeling word afgesluit deur die tradisionele siening van ongesteldheid met die meer holistiese siening oor welheid met mekaar te vergelyk, deur na Travis en Ryan (2004:xviii) se ongesteldheid-welheidskontinuum te verwys. Vandat die kontinuum vir die eerste keer gepubliseer is, is dit onmiddellik aanvaar en word dit nog steeds in gesondheids- en mediese boeke wêreldwyd gepubliseer (Travis *et al.*, s.a.b:2).



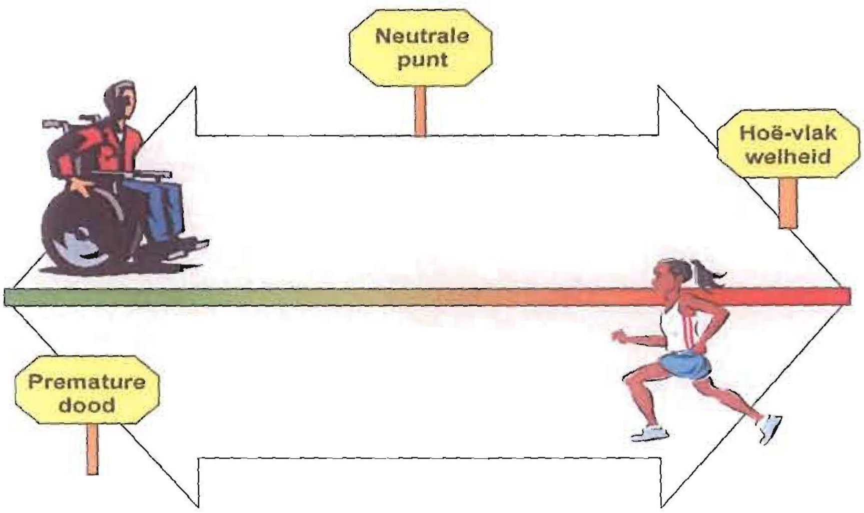

**Figuur 4: Omvattende ongesteldheid-welheidskontinuum van Travis en Ryan** (2004:xviii)

In hierdie ongesteldheid/welheidskontinuum word 'n duidelike skeidslyn tussen ongesteldheid, gesondheid en hoë vlak van welheid uitgewys. As daar van die middel na links beweeg word, verswak die gesondheid wat tot premature dood aanleiding kan gee. As daar vanaf die middel na regs beweeg word, verhoog die vlakke van welheid. Tussen-in lê verskillende grade van siek wees of wel wees.

Travis (1988:1) maak die stelling dat mense verkeerdelik aanvaar dat die afwesigheid van ongesteldheid welheid veronderstel. Hy voeg ook by dat daar baie grade van welheid bestaan, net soos daar baie grade van ongesteldheid is. Welheid is beslis nie staties nie. Dit maak ook nie saak waar 'n persoon op die kontinuum is nie, solank die persoon in die rigting van hoë-vlak welheid beweeg. Die toestand van hoë-vlak welheid word soos volg deur Travis en Ryan (2004:xix) beskryf: "High level wellness involves giving good care to your physical self, using your mind constructively, expressing your emotions effectively, being creatively involved with those around you, being concerned about your physical and psychological and spiritual environments".

In Figuur 5 beeld Travis en Ryan (2004:xx) 'n moontlike verskil uit tussen gestremdheid en fisiese gesondheid. 'n Persoon wat fisies gesond is, maar baie bekommernisse het en swak

leefstylgewoontes het, is na regs gekeer al mag hy aan die regterkant van die neutrale punt verkeer. Daarenteen kan 'n gestremde persoon met 'n gesonde leefstyl aan die linkerkant van die neutrale punt verkeer, maar gerig wees na regs.




**Figuur 5: Verskil tussen welheid en gestremdheid van Travis en Ryan** (2004:xx)

Uit bogenoemde bespreking is dit dus duidelik dat 'n individu gedurig beweeg tussen twee pole van siek wees en gesond wees. Geen persoon is ooit honderd persent gesond nie. Sou 'n toestand te lank na die siekte pool oorhel, kan 'n kwaal ontwikkel (Hanson, 2001:27-28; Herholdt, 2005:87). Die tradisionele Westerse medisyne het grotendeels net op die linker kant van die welheidskontinuum gekonsentreer terwyl welheid op die regterkant konsentreer, om gesonde mense se leefstyl aan te spreek, sodat die mens se ingesteldheid op totale of optimale welheid gevestig kan bly.

## 2.8 VERSKEIE BASIESE KONSEPTE RAKENDE WELHEID

Verskeie basiese konsepte rakende welheid sal aan die hand van die volgende aspekte verduidelik word.

### 2.8.1 Dimensies van totale welheid

Uit bogenoemde bespreking oor welheid uit die literatuur is aangedui dat mense wat so gesond as moontlik wil leef, na totale welheid moet streef. Volgens Herholdt (2005:81) is dit: "... a delicate balance between happy emotions, a peaceful mind, a connected spirit, and a fully functional body". 'n Totale, optimale, of hoë-vlak welheid bestaan uit die suksesvolle

gebalanseerde bestuur van verskillende dimensies. Outeurs verskil oor die aantal dimensies, maar stem in die algemeen ooreen dat welheid multidimensioneel is (Eldin & Golantry, 1992; Payne & Hahn, 2000; Adams *et al.*, 2000; Corbin *et al.*, 2000; Schuster *et al.*, 2004b). Vir die doel van die studie sal slegs die mees algemeen aanvaarbare dimensies, soos dit in die literatuur bespreek word, hier behandel word, naamlik: *fisieke, emosionele, intellektuele, sosiale, en geestelike welheid.* Beroeps- en omgewingswelheid word ook in verskeie welheidsmodelle genoem, maar daar is nie eenstemmigheid in die literatuur oor die algemene aanvaarbaarheid van die twee dimensies nie. In 'n e-pos navraag aan Dr. Charles B. "Chuck" Corbin, verbonde aan Arizona Staatsuniversiteit, wat beskou word as 'n internasionale kundige op die gebied van welheid, gesondheid en fisiese aktiwiteite, is die saak soos volg deur hom verklaar: "... environment and the vocational workplace are not "personal" characteristics (they are really circumstances that influence health and wellness), the consensus is that they are not dimensions of health and wellness" (Corbin, 2007).

Volgens Wilders (2002:29,34) bestaan daar ook nie eenstemmigheid in die literatuur oor watter een van genoemde dimensies die belangrikste komponent van totale welheid vorm nie, maar hy noem wel dat outeurs soms fisieke welheid as die basis van totale welheid beskou. Wat wel van belang is, is dat al hierdie dimensies in balans en geïntegreerd saamwerk om totale welheid mee te bring (Bhimji, s.a.:1). Wanneer een dimensie in wanbalans is, affekteer dit al die ander dimensies. Hierdie balans tussen al die dimensies, gebeur nie van self nie. Die mens moet dit bestuur deur gedurig die regte keuses te maak om na totale welheid te beweeg (Caton, 2003:2).

Corbin *et al.* (2000:5) dui die volgende dimensies aan as dimensies van welheid met negatiewe en positiewe komponente wat 'n oorsigtelike aanduiding kan gee van die mens se totale welheidstatus.

**Tabel 1: Dimensies van welheid** (Corbin *et al.*, 2000:5)

| **-** | **DIMENSIES VAN WELHEID** | **+** |
|---|---|---|
| **Onfiks** | **Fisieke** | **Fiks** |
| **Depressief** | **Emosionele** | **Gelukkig** |
| **Onkundig** | **Intellektuele** | **Ingelig** |
| **Alleen** | **Sosiale** | **Betrokke** |
| **Onvervuld** | **Geestelike** | **Vervul** |
| **Negatief** | **Totale lewensbeskouing** | **Positief** |

Vervolgens word die dimensies wat in Tabel 1 aangedui is, bespreek.

### 2.8.1.1 Fisieke welheid

Fisieke welheid word soms beskou as die belangrikste dimensie van totale welheid, wat weer 'n besondere invloed kan uitoefen op die ander dimensies (Adams *et al.*, 1997:210; Herholdt, 2005:38). Wanneer die fisieke komponent verbeter, kan dit help om spanning te verminder, fisieke en psigologiese welstand te bevorder, konsentrasie te verbeter, soepelheid te behou, meer energiek te wees, 'n beter kwaliteit van lewe te geniet, 'n meer positiewe fisieke selfbewussyn te hê, 'n beter immuunsisteem en die vermindering van siekte te ondervind (Els, 2005:9-10; Adams *et al.*,1998:214). Die verhouding tussen onaktiwiteit en beide mortaliteit en ongesondheid is ook goed gedokumenteer. Studies dui aan dat geen of min fisiese fiksheid geassosieer word met 'n hoër syfer van mortaliteit. Daar word aanbeveel dat gereelde oefening noodsaaklik is, wat weer gesondheidsvoordele inhou (Bezner *et al.*, 1999:130).

Die fisieke komponent kan aspekte insluit soos: genoeg slaap, gesond eet, oefen, rus, genoeg water drink, persoonlike higiëne, vermyding van skadelike gewoontes, verantwoordelike gebruik van mediese middels of alternatiewe middels, om te weet wanneer professionele mediese hulp nodig is, herkenning van die simptome van kwale en gewigsbeheer. Die komponent ontmoedig die gebruik van dwelms, tabak en alkohol (Bhimji, s.a.:3; Jonas, 2000c:2; Montague *et al.*, 2002:4).

'n Persoon wat 'n hoë vlak van fisieke welheid handhaaf, sal gesonde besluite maak ten opsigte van optredes soos onder andere rook en oefening, sal daaglikse aktiwiteite meer effektief kan aanpak, sal fisiek gesonder voel en het 'n gesonder fisieke selfbeeld, se liggaam en verstand is ontspanne, se energievlakke is hoog, se sintuie funksioneer maksimaal en so 'n persoon lyk aantreklike en stralend (Adams *et al.*, 1998:214; Buzan, 2003:5).

### 2.8.1.2 Emosionele welheid

Emosies is deel van elke mens se daaglikse lewe en kan die mens positief of negatief beïnvloed. Colbert (2003a:3) stel dit soos volg: "How you feel emotionally can determine how you feel physically". Die mens kan fisies en psigies totaal uitgeput word deur gedurige spanning en negatiewe denke. Dit het weer nadelige gevolge vir sy gesondheid. Toksiese emosies, volgens Goleman (1996:xiii) "... put our physical health at much risk as does chain-smoking, even as emotional balance can help protect our health and well-being". Sekere emosies laat sekere hormone vry wat weer kwale kan veroorsaak. Mediese navorsing het al wetenskaplik bewys dat daar 'n verband is tussen emosies en kanker, hartkwale, infeksie,

allergieë, hoofpyne en dergelike ander kwale (Colbert, 2003a:xi-xii; Herholdt, 2005:105-106).

Jonker en Scholtz (2004) beskou positiewe emosies en meer spesifiek emosionele intelligensie as 'n belangrike faktor by produktiwiteit en welheid. Daarenteen beskou hulle onvoldoende emosionele ontwikkeling as 'n aanleidende faktor tot onsekerheid, lae moraal, tekort aan inisiatief, kreatiwiteit en innovasie, swak werksprestasie, stres en uitbranding.

Volgens Larimore en Mullins (2003:35) vereis emosionele welheid: "... learning to cope with and to embrace the full spectrum of human emotions each of us faces every day throughout our lives". Emosionele welheid bestaan dan hoofsaaklik uit die vermoë om op 'n positiewe manier jou eie emosies te bestuur, te voel en uit te druk, bewus te wees van en aanvaarding van eie emosies sowel as ander se emosies, om emosionele aanpassings te kan maak, om tekortkominge te besef en te aanvaar, om emosies te kan beheer eerder as om deur dit beheer te word, om hulp te vra as dit nodig is, om gemaklik met eie emosies saam te leef en om gesonde verhoudinge met mense te handhaaf (Jonas, 2000c:2-3; Montague *et al.*, 2002:4-5).

Die emosionele karaktereienskappe wat sigbaar sal wees in 'n persoon wat welheid intens nastreef, is: die vermoë om op te tree sonder om afhanklik te wees van ander se goedkeuring, gerusstelling of herversekering; 'n duidelike visie van eie kernidentiteit; bewustheid van persoonlike geskiktheid en selftevredenheid en 'n hoër selfagting (Adams *et al.,* 1998:214).

#### 2.8.1.3 Intellektuele welheid

Die intellektuele dimensie behels die intellek, verstand of denke en net soos die liggaam moet dit konstant gevoed word anders ly dit skade. Intellektuele welheid is volgens Adams (1997:211) en Nieman (1998:5) die vermoë om met behulp van optimale hoeveelheid stimulasie positiewe interne energie te genereer, wat die grondslag van intellektuele welheid vorm. Corbin *et al.* (2000:5) voeg by dat dit die persoon se vermoë is om te kan leer en om dan die kennis toe te pas sodat lewenskwaliteit verhoog en optimale funksionering moontlik is. So 'n persoon kom gewoonlik voor as ingelig eerder as onkundig.

Die intellektuele dimensie moedig kreatiewe, rasionele en stimulerende verstandsaktiwiteite aan. Dit moedig ook mense aan om hulself en ander beter te verstaan. Intellektuele welheid veronderstel dat beskikbare bronne gebruik word om kritiese denke te ontwikkel, intelligente besluite te maak, probleme op te los, kennis te vermeerder en vaardighede te verbeter sodat dit mee gedeel kan word. Die mens moet 'n lewenslange student wees wat die verworwe kennis op 'n verstandige wyse toepas (Jonas, 2000c:3; Montague *et al.*, 2002:6). Volgens

Robbins *et al.* (2006:9) is die skakel tussen intellektuele stimulasie en 'n gesonde lewe onbetwisbaar. 'n Aktiewe verstand sal ongetwyfeld bydra tot totale welheid.

#### 2.8.1.4 Sosiale welheid

Sosiale welheid word deur Adams *et al.* (1997:211) gedefinieer as die veronderstelling dat ondersteuning en hulp beskikbaar is van familie en vriende wanneer dit benodig word ten tye van 'n krisis, sowel as om self as hulpverlener op te tree wanneer dit benodig word. Die mens kan nie totale sosiale welheid in isolasie bereik nie. Mense is sosiale wesens wat mekaar se gesondheid beïnvloed en ondersteun in verhoudings.

Hierdie dimensie is humanisties van aard en beklemtoon die skep, ontwikkeling en onderhouding van gesonde verhoudinge. Elke mens is uniek en dit moet erken en waardeer word. Harmonie tussen familielede word aangemoedig sowel as positiewe bydraes tot die omgewing, wat die algemene welvaart van die gemeenskap bevorder. Volgens die dimensie moet mense hulself teen ongesonde verhoudings beskerm en gesonde verhoudings bou wat op respek, vertroue en kommunikasie gebaseer is. Gevoelens van isolasie en alleenheid gaan gewoonlik hand aan hand met swak gesondheid, terwyl verbondenheid aan 'n groep, saak, persoon of selfs 'n troeteldier goed is vir welheid (Jonas, 2000c:3; Montague *et al.*, 2002:6; Robbins *et al.*, 2006:10). Carolyn Myss (*In* Roller, 2006:5) verduidelik ook dat: "... health doesn't occur outside of a community – it requires conscious connection between mind, body and spirit, a connection between the individual, other people, and the greater universe ...".

'n Persoon wat 'n hoë vlak van sosiale welheid vertoon, sal:

- sosiale harmonie en gelykheid aanmoedig;
- eienskappe van geduld, vergifnis, dankbaarheid en vrygewigheid teenoor ander toon; waardevol en geskik voel oor optredes in die familie en in die gemeenskap in die algemeen;
- 'n besondere wete hê van "behoort" aan 'n sosiale gemeenskap;
- goeie vriende en familiebande hê;
- betrokke wees in die gemeenskap met liefdadigheidswerk; en
- verhoudinge hê van vertroue en respek (Adams *et al.*, 1998:214; Robbins *et al.*, 2006:10).

#### 2.8.1.5 Geestelike welheid

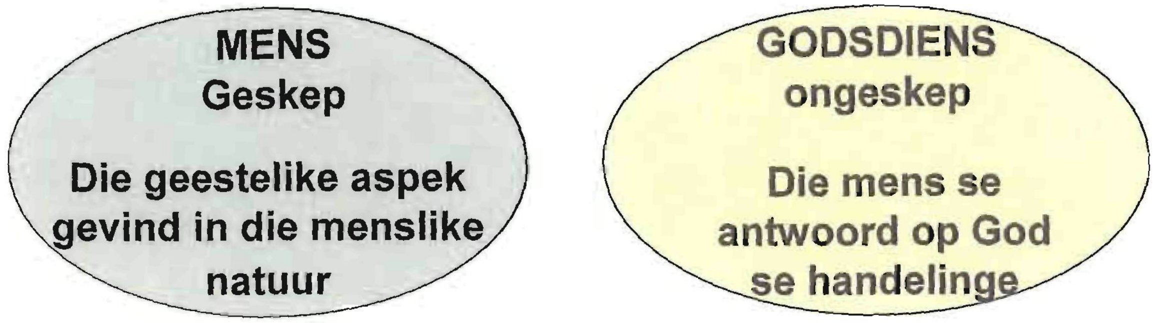
In die afdeling word geestelike welheid slegs as een van die dimensies van welheid behandel, maar vir die doeleindes van die studie is dit wel noodsaaklik om kortliks te verwys na die verwantskap tussen geestelikheid, godsdienstigheid, welheid, gesondheid en siekte, sodat

geestelike welheid as dimensie in perspektief verstaan kan word. Die verband tussen welheid en godsdiens sal meer volledig uitgebrei word in 'n volgende afdeling (sien 2.8.6).

Dr. Dunn, die argitek van die welheidsbeweging, het hom al in die beginjare van die ontwikkeling van die konsep uitgespreek oor die belangrikheid van die geestelike dimensie, wat nie geïgnoreer mag word nie (Adams *et al.*, 2000:166). Ingersoll en Bauer (2004:301) maak 'n onderskeid tussen geestelikheid en geestelike welheid deur die volgende stelling: "Spirituality is a dimension of humaneness and spiritual wellness is a construct that reflects spiritual health". Wanneer oor geestelikheid gepraat word, word dit baie keer met godsdienstigheid gelykgestel en afwisselend gebruik (Dennis *et al.*, 2005: 135). Dit is belangrik om hier aan te toon dat alhoewel daar diegene is wat geestelike welheid beskou as die identifisering met 'n god, skepper of godsdiens, is die geestelike dimensie nie noodwendig sinoniem met godsdienstigheid nie (Ingersoll & Bauer, 2004:301). Tog is geestelikheid en godsdiens verwant aan mekaar, wat vir die meeste mense sal oorvleuel (Topper, 2003:4; Koenig, 2004:1194; Williams & Sternthal, 2007:6). Miller en Thoresen (2003:28) stel dit soos volg: "... spirituality and religiousness may be best described as overlapping constructs, sharing some characteristics but also retaining non-shared features".

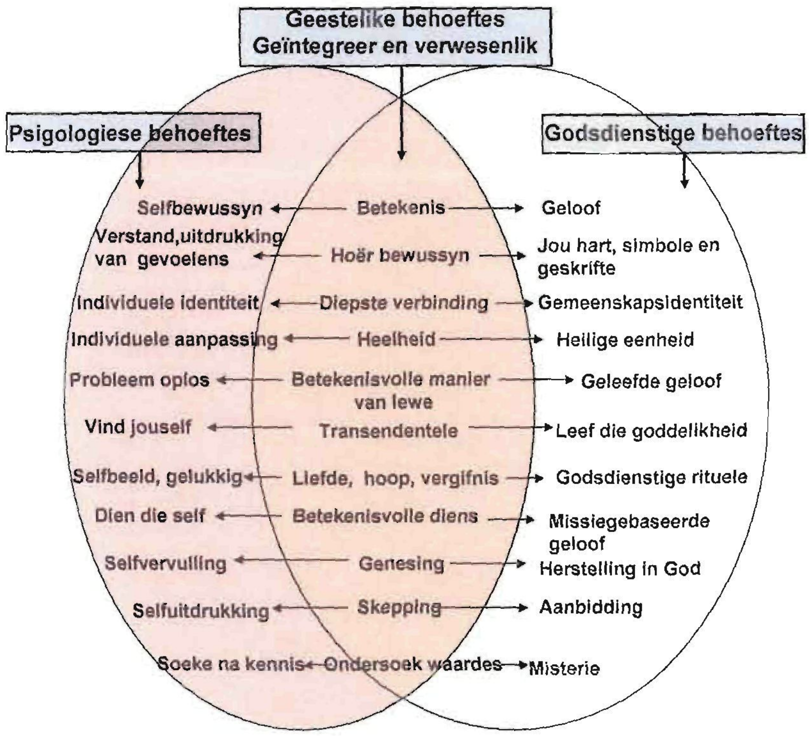
Dit kan beslis nie verwag word dat 'n mens 'n spesifieke godsdiens moet beoefen om geestelike welheid te ontwikkel nie, nog minder kan die belangrikheid van geestelikheid in georganiseerde godsdiens ontken word (Adams *et al.*, 2000:166; Robbins *et al.*, 2006:10). Die mens kan dus geestelik wees sonder om godsdienstig te wees of godsdienstig sonder om geestelik te wees (Gauthier, 2001:17; Topper, 2003:2-3; Burke *et al.*, 2005:6). Om baie kortliks tussen die twee terme te onderskei sonder om in diepte daarop in te gaan, is geestelikheid om 'n betekenisvolle en doelgerigte lewe te lei, terwyl godsdiens beoefen word deur deelname aan godsdienstige praktyke, seremonies en dogma in godsdienstige instellinge (Myers & Williard, 2003:148; Koenig, 2004:1194; Dennis *et al.*, 2005: 135).

Topper (2003:3-7) maak 'n duidelike onderskeid tussen 'n menslike geestelike dimensie, wat deel is van die menslike natuur en 'n godsdienstige geestelike dimensie, wat die mens se reaksie is op God se handelinge of Sy genade. Hy stel dit soos volg voor in Figuur 6:




**Figuur 6: Die tweeledige natuur van geestelikheid** (Topper, 2003:6)

Om die komponente in die geestelike, godsdienstige en psigologiese dimensies van die mens in 'n geïntegreerde geheel voor te stel en 'n duidelike onderskeid tussen hulle te tref, het Topper (2003:19) dit soos volg in Figuur 7 uitgebeeld. Hierdie uitbeelding werp meer lig op die definitiewe onderskeid wat daar al gemaak is tussen geestelikheid en godsdienstigheid en aan die anderkant die psigologiese, wat ook as dimensie in die "Perceived wellness model" ingesluit is (sien 2.7.3.7). Figuur 7 illustreer hoe geestelike behoeftes psigologiese behoeftes integreer en afrond en hoe dit godsdienstige behoeftes verwesenlik. Wanneer die behoeftes, wat in Figuur 7 uitgebeeld word, bevredig of bereik word beweeg die persoon in die rigting van totale welheid.




**Figuur 7: Geïntegreerde funksies van geestelike behoeftes** (Topper, 2003:19)

As 'n dimensie van welheid is geestelikheid gekonseptualiseer vanuit twee perspektiewe. Aan die een kant kan die geestelike beskou word as 'n fundamentele dimensie wat slegs een van die dimensies van welheid is, waar elke dimensie in balans met die ander moet verkeer vir optimale welheid. Aan die ander kant kan dit beskou word as 'n geïntegreerde dimensie waar optimale welheid afhanklik is van geestelike welheid wat in elk van die ander interaktiewe dimensies gevind word (Heintzman, 1997:23).

Volgens Heintzman (1999:21-22) glo teoretici dat die geestelike dimensie die ander dimensies integreer. Hy haal Westgate aan wat sê: "Spiritual wellness represents the openness to the spiritual dimension that permits the integration of one's spirituality with the other dimensions of life, thus maximizing the potential for growth and self-actualization. As such spiritual wellness is an integrative component, and not just an elementalistic component of wellness" (Heintzman, 1999:21-22). Heintzman (1999:26) noem ook dat daar heelwat gedokumenteerde empiriese navorsing bestaan wat aandui dat geestelike welheid beslis 'n groot invloed uitoefen op die ander dimensies. In dié lig gesien behoort geestelike welheid 'n belangrike rol in totale welheid te speel. Selfs die mediese wetenskap, sowel as vele ander empiriese studies, het ook begin erken dat geestelikheid 'n sterk invloed uitoefen op welheid, gesondheid en siekte (Hawks, 1994:9; Adams *et al.*, 2000:165; Hill & Pargament, 2003:64; Koenig, 2004:1194; Pollard, 2004: 32; Coleman, 2005:318; Robbins *et al.*, 2006:11).

In 'n poging om geestelike welheid te verduidelik, word die volgende definisie voorgestel, maar omdat dit 'n multidimensional konsep is, maak dit nie daarop aanspraak om volledig te wees nie:

> A person's ability to establish a values system and act on the system of beliefs, as well as to establish and carry out meaningful and constructive lifetime goals. Spiritual wellness is often based on a belief in a force greater than the individual that helps one to contribute to an improved quality of life for all people. A person with spiritual wellness is generally characterized as fulfilled as opposed to unfulfilled (Corbin *et al.*, 2000:5).

Geestelike welheid is 'n omvattende begrip wat heelwat uiteenlopende definisies en omskrywings in die literatuur vergestalt. Dit is ook een van die moeilikste dimensies om te definieer en te meet, omdat teoretici van mening is dat dit nie duidelike strukture, parameters of meetbare subkomponente het nie. 'n Universeel aanvaarbare definisie van die konstruk het nog nie die lig gesien nie (Wilders, 2002: 34; Hill & Pargament, 2003:65; Ingersoll, 2005:290; Harmer, 2006:2), maar ten spyte hiervan stem teoretici saam dat dit 'n multidimensionele

konstruk is (Heintzman, 1999:22). Daar bestaan net nie konsensus oor die verskillende konsepte waaruit geestelike welheid bestaan nie. Tog is daar wel ooreenstemmende konsepte soos onder andere die doel en betekenis van die lewe, transendentale geloof of ervaringe verbonde aan 'n hoër mag, jouself en die omgewing (Adams *et al.,* 2000:167; Ingersoll & Bauer, 2004:301; Ingersoll, 2005:291-293).

Siende dat hierdie dimensie so 'n vername rol in totale welheid speel, word dit nodig geag om die mees algemene komponente, waaruit geestelike welheid bestaan, te noem. Die geestelike dimensie van welheid behels die soeke na die betekenis en doel van die menslike bestaan, die versterking van verhoudinge met ander mense en 'n erkenning en waardering vir eie vermoëns om die wêreld op 'n positiewe manier te beïnvloed. Dit sluit ook in die ontwikkeling en uitleef van sterk persoonlike waardes en etiese norme, bewustheid van 'n hoër mag, ervaring van die lewe as die moeite werd en betekenisvol, die misterieuse, vergifnis, hoop en 'n verbondenheid aan mense en die natuur. Wanneer die mens se optrede dan meer konstant begin ooreenstem met sy geloof en waardes, sal hy weet dat hy groei toon in die geestelik dimensie van welheid (Jonas, 2000c:3; Montague *et al.*, 2002:6; Ingersoll, 2005:291-293).

Komponente van geestelike welheid is ook eerlikheid, doelgerigtheid, lewensvreugde, medelye, liefdadigheid en 'n definitiewe besef van reg en verkeerd. Vrae wat moontlik in die konteks gevra en beantwoord kan word, is: Hoekom is ek hier? Waaroor handel die lewe? Wat is my waardes waarvolgens ek moet leef? Watter weg moet ek volg vir 'n vervulde lewe? (Heintzman, 1997:24-25; Heintzman, 1999:23; Ingersoll & Bauer, 2004:301; Robbins *et al.,* 2006:10).

Die ontwikkeling van geestelike welheid is 'n reis of 'n proses, maar nooit 'n bestemming nie. Robbins *et al.* (2006:10) noem 'n paar komponente van geestelike welheid wat die individu gedurende die reis kan ontwikkel. Hierdie komponente behels:

- 'n geloof in 'n hoër mag, wese of energie wat groter is as die mens self wat innerlike krag verskaf om die uitdaginge van die lewe te bowe te kom;
- positiwiteit en hoopvolheid oor die toekoms;
- 'n gevoel van optimise en die vermoë om die positiewe raak te sien;
- gereelde meditasie, aanbidding, gebed en geestelike studie;
- omgee vir ander mense en 'n toewyding aan hul welvaart;
- die besit van morele en etiese waardes en om daarvolgens te leef;
- meedeling van geestelike waardes met ander;
- die toon van verdraagsaamheid teenoor hulle wat anders glo; en

- innerlike vrede en 'n gevoel van eenheid met die natuur en die heelal.

'n Persoon wat dus geestelike welheid in sy lewe demonstreer, sal volgens Adams *et al.* (1998:214) 'n interne stel waardes aanneem en daarvolgens leef, sal toegewy wees aan 'n doel of saak, sal intenser bewus wees van etiese optredes en sal die lewe as betekenisvol ervaar en sin in die menslike bestaan erken .

Geestelike welheid speel 'n kardinale rol in totale welheid en daarom stel Topper (2003:20,28) voor dat geestelikheid meer algemeen toeganklik gemaak moet word deur die ontwikkeling van 'n woordeskat, sodat 'n betekenisvolle taal van geestelikheid deur almal gebruik kan word. Dit behoort nie psigologiese of religieuse terminologie te gebruik nie en dit mag nie as 'n vae misterieuse konsep beskou word nie. "A spiritual vocabulary is needed that takes the insights of psychology and our religion traditions and speaks to the whole person in a spiritually dynamic way" (Topper, 2003:20).

### 2.8.2 Afsluiting

Soos aangetoon in 2.7.3.5 is daar 'n verskil tussen welheid en gesondheid. Dié konsepte kan soms oorvleuelend of afwisselend gebruik word. In 2.8.1.1 tot 2.8.1.5 is die dimensies van welheid meer breedvoerig bespreek en ter afsluiting is dit noodsaaklik om die verskil tussen die dimensies van welheid en gesondheid aan te toon om moontlike verwarring te vermy. Dit word deur Corbin *et al.* (2000:5) soos volg saam gevat in Tabel 2. Om Corbin ten volle tot sy reg te laat kom is die Engels behou soos in die oorspronklike.

**Tabel 2: Definisies van gesondheid en welheid (Corbin *et al.*, 2000:5)**

| | Health | Wellness |
|---|---|---|
| **Emotional** | A person with emotional health is (1) free from emotional-mental illnesses or debilitating conditions such as clinical depression and (2) possesses emotional wellness. The goals for the nation's health refer to mental rather than emotional health and wellness. In this book, mental health and wellness are considered to be the same as emotional health and wellness. | Emotional wellness is a person's ability to cope with daily circumstances and to deal with personal feelings in a positive, optimistic, and constructive manner. A person with emotional wellness is generally characterized as happy, as opposed to depressed. |
| **Intellectual** | A person with intellectual health is free from illnesses that invade the brain and other systems that allow learning. A person with intellectual health also possesses intellectual wellness. | Intellectual wellness is a person's ability to learn and to use information to enhance the quality of daily living and optimal functioning. A person with intellectual wellness is generally characterized as informed, as opposed to ignorant. |
| **Physical** | A person with physical health is free from illnesses that affect the physiological systems of the body such as the heart, the nervous system, etc. A person with physical health possesses an adequate level of physical fitness and physical wellness. | Physical wellness is a person's ability to function effectively in meeting the demands of the day's work and to use free time effectively. Physical wellness includes good physical fitness and the possession of useful motor skills. A person with physical wellness is generally characterized as fit versus unfit. |
| **Social** | A person with social health is free from illnesses or conditions that severely limit functioning in society, including antisocial pathologies. | Social wellness is a person's ability to successfully interact with others and to establish meaningful relationships that enhance the quality of life for all people involved in the interaction (including self). A person with social wellness is generally characterized as involved as opposed to lonely. |
| **Spiritual** | Spiritual health is the one component of health that is totally comprised of the wellness dimension; for this reason, spiritual health is considered to be synonymous with spiritual wellness. | A person's ability to establish a value system and act on the system of beliefs, as well as to establish and carry out meaningful and constructive lifetime goals. Spiritual wellness is often based on a belief in a force greater than the individual that helps one contribute to an improved quality of life for all people. A person with spiritual wellness is generally characterized as fulfilled as opposed to unfulfilled |

Dimensies wat in die afdeling bespreek is, sowel as dimensies wat nie vir die studie klem dra nie, word in verskillende modelle op verskillende wyses weergegee. Om die dimensies in perspektief te stel soos dit in die navorsing van verskeie teoretici voorkom, is dit nodig om na 'n paar welheidsmodelle te verwys om die konstruk te konseptualiseer.

### 2.8.3 Welheidsmodelle

Karch (2002:1) gee die volgende definisie van 'n model: "As a basic definition, a model is a

miniature representation of an object, a design or type. A model may also be defined as an example to be emulated or imitated. ... we often use models to illustrate the systematic and sequential relationships between the theories, concepts, and constructs that are central to our discipline". Hy sê verder dat geen enkele model alle aspekte van die gekompliseerde menslike gesondheidsgedrag volledig kan bevat nie. Die welheidsmodel het die afgelope tyd redelik populêr begin word as 'n holistiese benadering om menslike funksionering te verstaan, in kontras met die mediese en ongesteldheidsmodel wat die klem op kwale en gestremdhede lê (Myers *et al.*, 2004:194).

Margot en McKenzie (2006:3,7-11) beweer dat die Westerse "wellness wheel" se oorsprong teruggevoer kan word na die "medicine wheel" van die Noord-Amerikaanse Aborigines wat 'n holistiese filosofie oor welheid en gesondheid gehad het. Volgens die filosofie was die skepper se doel vir die mens 'n lewe van welheid, vrede en geluk in al sy dimensies, naamlik in liggaam, verstand, hart en siel. Vanuit hierdie filosofie het die wiel die volgende gesimboliseer: heelheid, balans, veiligheid, gelykheid, afgerondheid, eenheid, voltooiing, onafskeidbaarheid, troos en gesondheid. Die sirkel het hulle ook herinner aan belangrike universele geestelike beginsels van optrede soos liefde, goedheid, geduld, mededeelsaamheid, hulpvaardigheid, eerlikheid, waarheid, getrouheid, geregtigheid en nederigheid. Hierdie eienskappe was gesien as die fondament van welheid en gesonde verhoudings.

Verskeie outeurs, volgens Savolaine en Granello (2002:179), het welheidsmodelle ontwerp om die spesifieke fisiese, sielkundige en sosiale eienskappe van 'n persoon wat wel is, te definieer. Welheidsnavorsing poog ook om die faktore te identifiseer wat welheid bevorder of benadeel. Die groot voordeel van welheid is dat dit mense aanmoedig om gesonde keuses te maak wat in hul eie belang is om sodoende hul lewenskwaliteit verhoog. Baie van die welheidsmodelle plaas dan die klem op die doel en betekenis van die lewe (Sari, 2003:3-4).

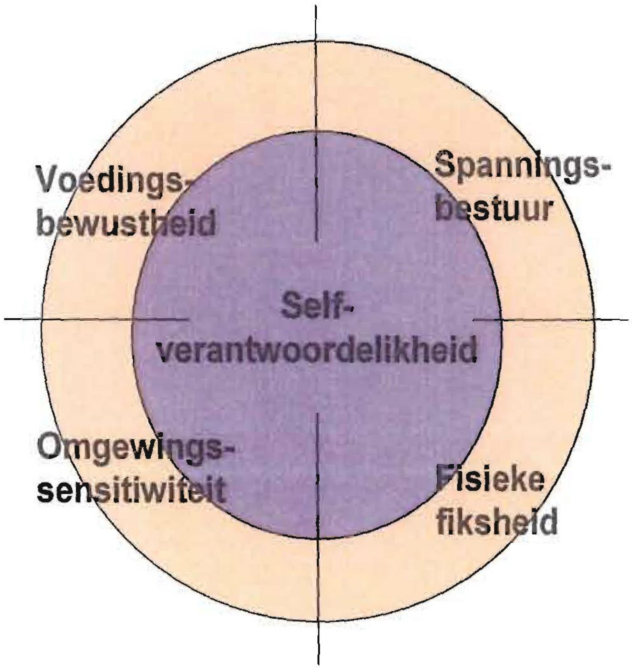
Die meeste teoretici en navorsers het 'n verskeidenheid van multidimensionele en holistiese welheidsmodelle oor die afgelope paar dekades opgestel. Dit blyk dat die modelle reflekteer dat welheid 'n proses is wat streef na maksimum funksionering van die mens na liggaam, siel en gees. Daar bestaan vandag baie minder welheidsmodelle as definisies van die woord welheid. Die rede hiervoor mag wees dat dit meer tyd en navorsing vereis om 'n model te ontwerp as om 'n definisie op te stel (Ardell, s.a.:1-2).

Die volgende modelle word volledigheidsonthalwe hier weergegee om onder andere aan te toon hoe navorsers en teoretici uit verskillende dissiplines verskil oor die aantal en spesifieke dimensies wat 'n rol speel in welheid. Tog is daar wel 'n paar dimensies wat gemeenskaplik

voorkom, soos dit sal blyk uit die modelle. Dit is nie in belang van die navorsing om al die dimensies wat in die modelle voorkom, volledig te bespreek nie, aangesien die dimensies wat van toepassing is op die studie reeds is die vorige afdeling bespreek is. Dit is tog van belang om slegs kennis te neem van die omvang van die holisties en multidimensionele konsep van welheid en die groot verskeidenheid faktore wat 'n invloed kan uitoefen op welheidsontwikkeling in die algemeen. Die titel van die modelle word ter wille van tegniese korrektheid in die oorspronklike Engels behou, alhoewel die uiteensetting van die modelle in Afrikaans verduidelik word.

#### 2.8.3.1 The Original Wellness Wheel

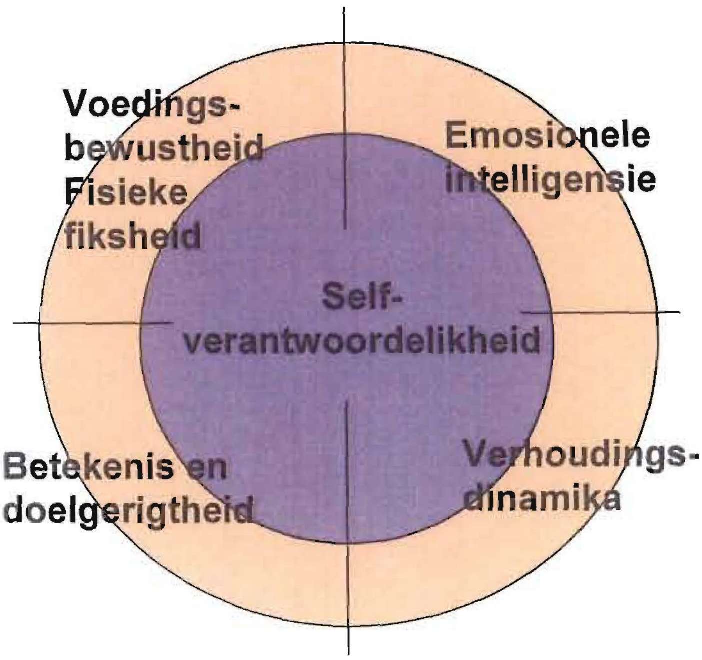
Ardell het in 1977 die eerste model vir welheid ontwikkel. Die model (Figuur 8) beklemtoon selfverantwoordelikheid en bestaan uit vyf dimensies. In die middel van die sirkel is selfverantwoordelikheid omring deur fisieke fiksheid, omgewingssensitiwiteit, bewus wees en bestuur van spanning en voedingsbewustheid (Ardell, s.a.:1-2; Ardell, 2001:1).




**Figuur 8: The Original Wellness Wheel** (Ardell, s.a.:1-2)

#### 2.8.3.2 Revised and Expanded Wellness-model

In 1982 het Ardell sy model aangepas (Figuur 9) na selfverantwoordelikheid, wat nog steeds in die middel van die sirkel is met fisieke fiksheid en voedingsbewustheid, betekenis en doelgerigtheid, verhoudingsdinamika en emosionele intelligensie as dimensies (Ardell, s.a.:1-2; Ardell, 2001:1).




**Figuur 9: Revised and Expanded Wellness-model** (Ardell, s.a.:1-2)

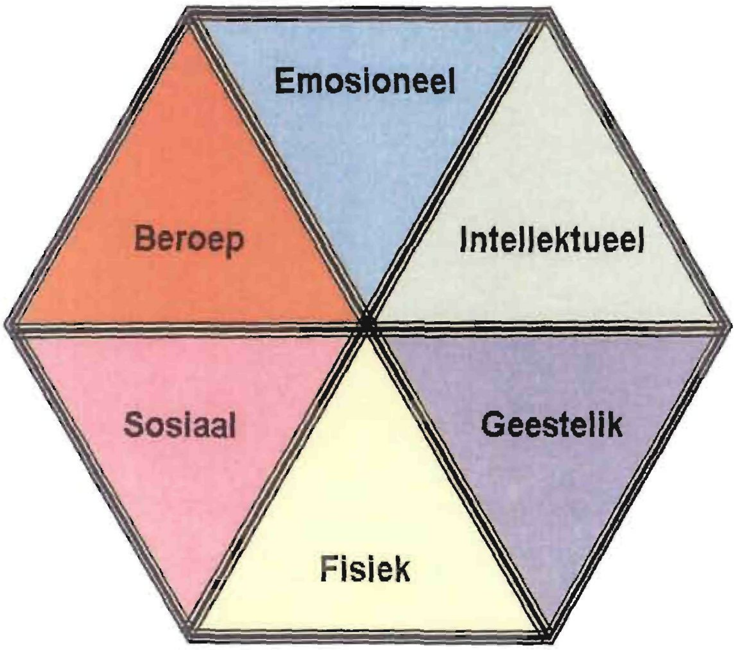
### 2.8.3.3 The Current Model: Three domains of self-management

Ardell het 'n derde model ontwikkel wat huidig gebruik word by SeekWellness.com. Dit bestaan uit drie dimensies of ook genoem domein en veertien komponente (Ardell, s.a.:1-2; Ardell, 2001:1; Ardell, 2003:1-10).

**Figuur 10: The Current Model: Three domains of self-management** (Ardell, s.a.:2)

#### 2.8.3.4 The Six Dimensional Model

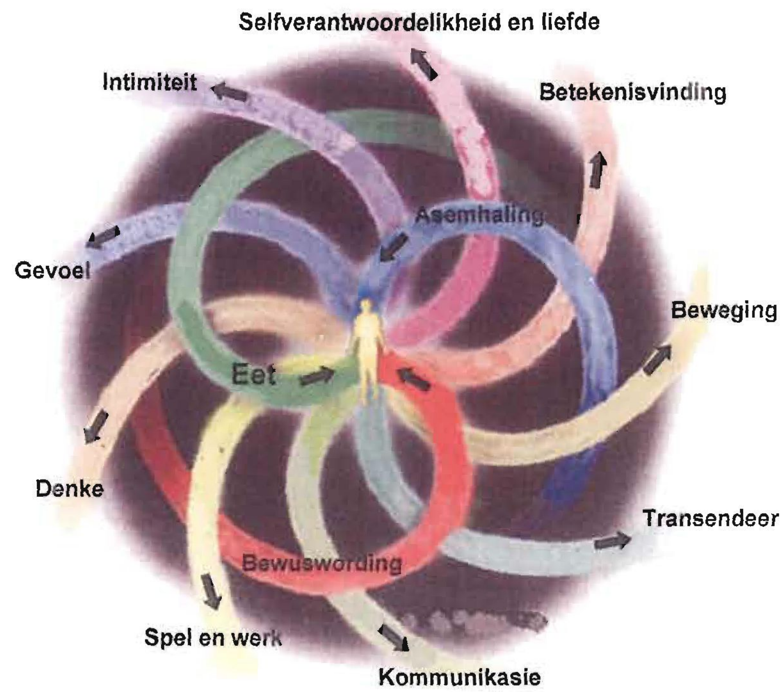
Die model (Figuur 11) is deur Hettler in 1979 ontwikkel en word nog steeds deur die Nasionale Instituut van welheid gebruik. Dit bestaan uit ses dimensies wat gesonde funksionering bevorder, naamlik: sosiaal, beroep, geestelik, fisies, intellektueel en emosioneel (National Wellness Institute, s.a.b:1; Ardell, s.a.:1).




**Figuur 11: The Six Dimensional Model** (National Wellness Institute, s.a.b:1)

#### 2.8.3.5 The Wellness Energy System - 12 Dimensions of wellness

Travis, 'n mediese dokter, het die model ontwikkel wat 'n holistiese aanslag het. Die sisteem het twaalf komponente. Drie daarvan is die hoofbronne van energieverskaffing: eet, asemhaal en aanvoeling. Nege is 'n manier van energie-uitset: selfverantwoordelikheid en -liefde, beweging, gevoel, denke, kommunikasie, intimiteit, werk en spel, om betekenis te vind en transendeer (Strohecker, 2007:1-2). Vir meer volledige inligting oor hierdie komponente kan die volgende webadres geraadpleeg word: http://www.thewellspring.com/flex/articles/2430/personal-wellness.cfm. Travis en Ryan (2004:xxiv) glo dat effektiewe vloei van energie essensieel vir welheid is. Kwale is die resultaat van enige inmenging met hierdie vloei van energie. As die vloei gebalanseerd is, sal die persoon wel voel.




**Figuur 12: The Wellness Energy System** (Travis & Ryan, 2004:xxviii)

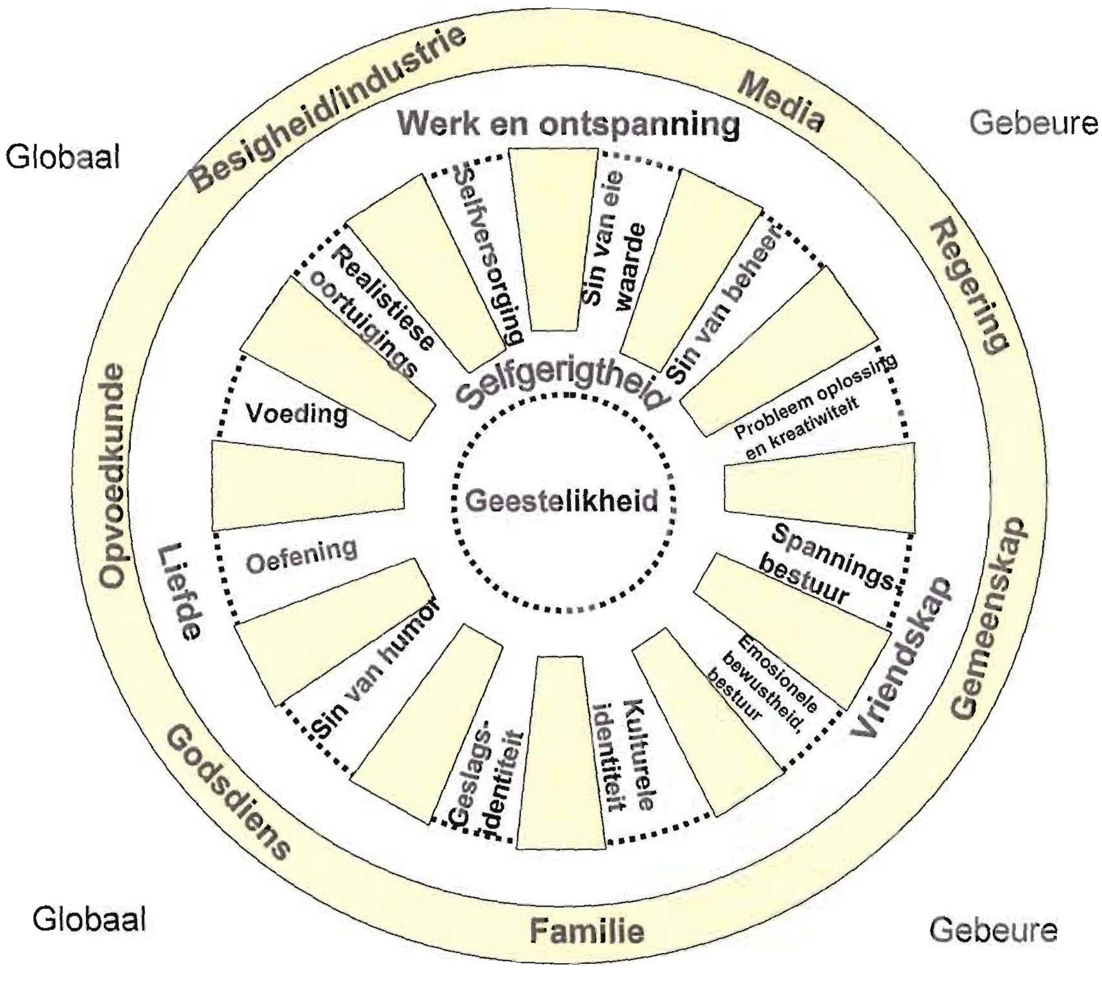
#### 2.8.3.6 The Wheel of Wellness

Die model is deur Sweeney en Witmer (1991:527-540) in 1991 en Witmer en Sweeney (1992:140-148) in 1992 bekend gestel. Dit was die eerste teoretiese model van welheid, gebaseer op psigologiese teorieë van Adler, Jung en Maslow, wat navorsing gedoen het oor karaktereienskappe van gesonde mense. Dit is ook 'n multidissiplinêre model wat konsepte van Psigologie, Antropologie, Sosiologie, Opvoedkunde en Teologie in sluit. In 'n oorsig van die literatuur ten opsigte van die model het die outeurs na eienskappe gesoek van menslike optredes en funksionering wat positief korreleer met gesondheid, kwaliteit van lewe en langslewendheid (Smith *et al.*, 2002:91-92; Degges-White *et al.*, 2003:274-275; Myers *et al.*, 2004:195-196; Hattie *et al.*, 2004:355).

Die model bestaan uit vyf lewenstake wat onderling verbind en wedersyds betrekking het op mekaar. Die take is geestelikheid, werk en ontspanning, vriendskap, liefde en selfgerigtheid. Die lewenstaak van selfgerigtheid bestaan weer uit twaalf onderafdelings, naamlik: sin van eiewaarde, sin van beheer, realistiese oortuigings, emosionele bewustheid en bestuur, probleem oplossing en kreatiwiteit, sin van humor, voeding, oefening, selfversorging, spanningsbestuur, geslagsidentiteit en kulturele identiteit. Al die komponente van individuele welheid werk in die konteks van die familie, gemeenskap, regering, media, besigheid en industrie, onderwys en godsdiens (Smith *et al.*, 2002:91-92; Myers *et al.*, 2004:195-196; Hattie

*et al.*, 2004:355; Marling, 2006:13-14).

Geestelikheid, in die middel van die sirkel, word beskou as die belangrikste eienskap van 'n gesonde persoon en word deur Myers *et al.* (2000a:252) gedefinieer as "...an awareness of a being or force that transcends the material aspects of life and gives a deep sense of wholeness or connectedness to the universe". Myers en Williard (2003:149) dui ook aan dat geestelikheid 'n kapasiteit is wat alle mense besit, om betekenis aan die lewe te gee en om te beweeg na persoonlike groei, verantwoordelikheid en verhoudinge met ander.




**Figuur 13: The Wheel of Wellness** (Myers *et al.*, 2000a:253)

### 2.8.3.7 Perceived Wellness Model

Die model is ontwikkel deur Adams, Benzer en Steinhardt (1997) en hulle identifiseer ses dimensies van welheid, naamlik: fisieke, sosiale, emosionele, intellektuele, geestelike en psigologiese. Die bokant van die model (Figuur 14) verteenwoordig welheid omdat dit ten volle uitgebrei is, terwyl die onderste gedeelte ongesteldheid verteenwoordig. Tussen-in is

lewensvreugde as mense wat minder gelowig is.

- Godsdienstige mense het 'n gesonder lewenstyl, in die sin dat hulle probeer om minder ongesonde gewoontes te hê deur drank, dwelms, sigarette en onveilige geslagsgemeenskap te vermy.
- Mense met 'n sterk godsdienstige geloof sal nie sommer deur depressie geknak word nie en sal ook vinniger herstel as diegene wat minder gelowig is.
- Mense wat gereeld kerk toe gaan, word oor die algemeen minder gehospitaliseer as mense wat nooit of min kerk toe gaan nie.

Op grond van bogenoemde navorsing beveel hulle aan dat dit voordeliger vir die mens se gesondheid sal wees indien daar 'n toename in sy godsdiensbeoefening kan plaas vind (Koenig,1999:25).

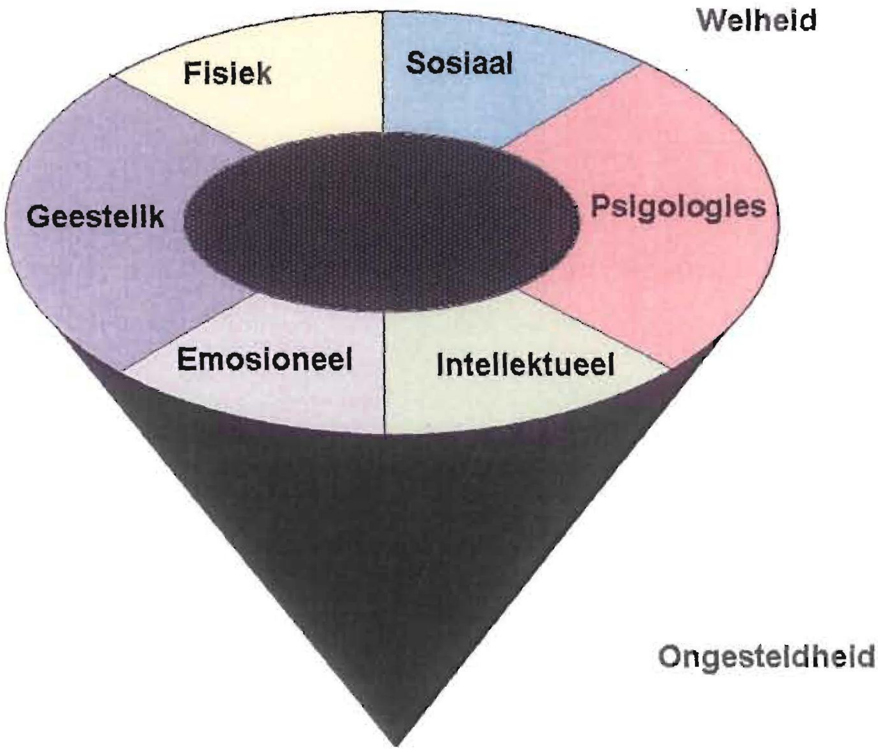
Die verband tussen godsdiens en gesondheid is redelik breedvoerig in 'n artikel van Miller en Thoresen (2003:32) uiteengesit. Hulle kom tot die gevolgtrekking dat alhoewel daar in individuele studies foute uitgewys kan word, daar altyd in die wetenskap gekyk word na patrone van herhaling. Dit het die outeurs gedoen en hulle was beïndruk met die groot hoeveelheid en konstante empiriese bewyse van die salutogene (gesondheidsbevordering) effek van godsdiens op gesondheid.

Volgens Larimore en Mullins (2003:165) is 1 600 studies gedokumenteer in *The Handbook of Religion and Health* wat na die verwantskap verwys van godsdienstige of geestelike aktiwiteite en emosionele, sosiale en fisiese gesondheid. Hulle het bevind dat die meeste studies aandui dat 'n pasiënt se geestelike en godsdienstige geloof 'n belangrike rol speel in die herstel en hantering van siekte.

'n Paar studies wat ook gedoen is in verband met die invloed van godsdiens op gesondheid in die fisiese dimensie (Levin, 1994, 1996; Koenig *et al.,* 2000, Plante & Sherman, 2001), verstandelike dimensie (Larson & Milano, 1997; Koenig, 1998; George, Larson, Koenig & McCullough, 2000,) en misbruik van onwettige middele (Gartner, Larson, & Allen, 1991; Gorsuch, 1995; Kendler, Gardner, & Prescott, 1997; Miller,1998) het 'n definitiewe korrelasie tussen die twee aangedui.

Koenig (2004:1195) toon aan dat voor die jaar 2000 meer as 700 studies gedoen is in verband met die verhouding tussen godsdiens, gesondheid en psigologiese gesondheid. Meer as 500 van hierdie studies het 'n positiewe verhouding aangetoon met gesondheid, minder gebruik van onwettige middels en psigologiese gesondheid. Godsdienstige geloof en

kombinasies van welheid in verskeie dimensies en die wisselbare staat van balans tussen hulle. Volgens die outeurs sal die persoon tussen dié twee pole van welheid en ongesteldheid beweeg. In die model word hierdie beweging vertikaal voorgestel, terwyl die horisontale beweging 'n dinamiese balanssoekende, fluktuerend mag is (Adams *et al.*, 1997:209-210; Rothmann & Ekkerd, 2007:36). Siekte, in die model, is nie 'n fisiologiese toestand van kwale nie, maar eerder 'n persepsie van onverbondenheid, swak selfbewussyn, swak gesondheid, pessimisme, tekort aan intellektuele stimulasie, of enige kombinasie hiervan. Die model is dan gebaseer op drie beginsels, naamlik: multidimensionaliteit, balans tussen die dimensies en gesondheidsbevordering (Adams *el al.*, 2000:166).

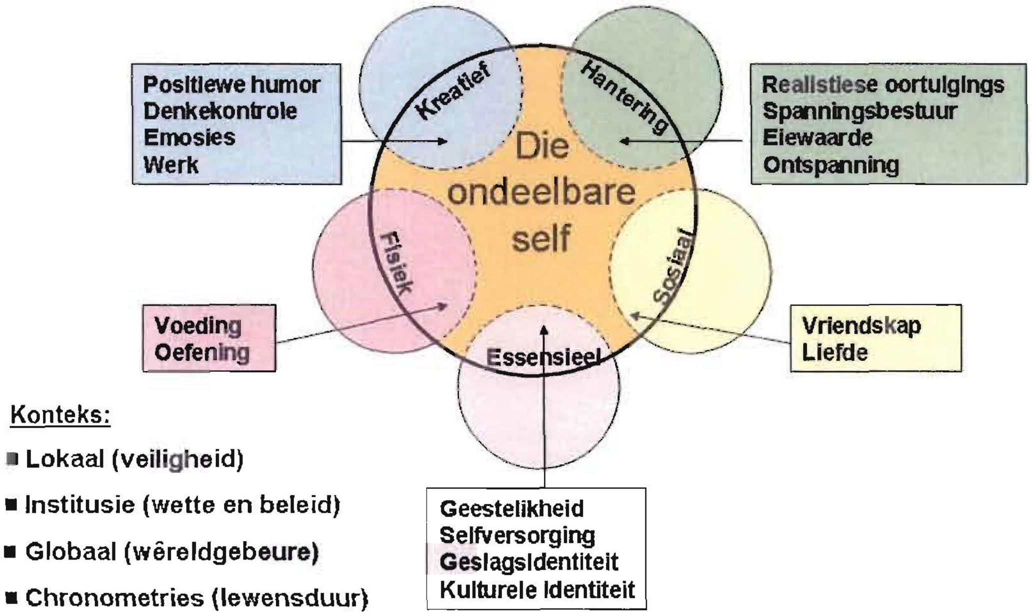



**Figuur 14: Perceived Wellness Model** (Adams *et al.*,1997:210)

### 2.8.3.8 The Indivisible Self: An Evidence-Based Model of Wellness

Die model is deur Sweeney en Myers ontwikkel nadat heelwat navorsing gedoen is aan die hand van die "Wheel of Wellness". Veranderinge wat gedurende 'n leeftyd kan plaasvind, word ingesluit in hierdie nuwe model. Die model kyk na welheid van die mens dwarsdeur sy lewe, omdat welheid beïnvloed sal word deur lewenstyl en keuses wat gedurende 'n persoon se lewe gemaak word. Dit sluit sewentien welheidsdimensies, vyf faktore en een hoër orde welheidsfaktor (Myers *et al.*, 2004:197; Myers & Sweeney, 2005:271-276). Vervolgens word die faktore en die dimensies waaruit elkeen bestaan, genoem. Die essensiële self bestaan uit geestelikheid, selfversorging, geslagsidentiteit en kulturele identiteit. Die kreatiewe self

bestaan uit denke, kontrole van emosies en positiewe humor. Die selfhantering bestaan uit realistiese oortuigings, spanningsbestuur, eiewaarde en ontspanning. Die sosiale self bestaan uit vriendskap en liefde. Die fisieke self bestaan uit voeding en oefening. Om die individu in totaliteit te kan verstaan, moet daar na die omgewingsfaktore gekyk word. Die ondeelbare self word deur die omgewing beïnvloed en beïnvloed ook die omgewing. Dit word in die model weergegee as lokaal (veiligheid), institusie (wette en beleid), globaal (wêreldgebeure) en chronometries (lewensduur) (Myers & Sweeney, 2005:271-276; Els, 2005:52-56).



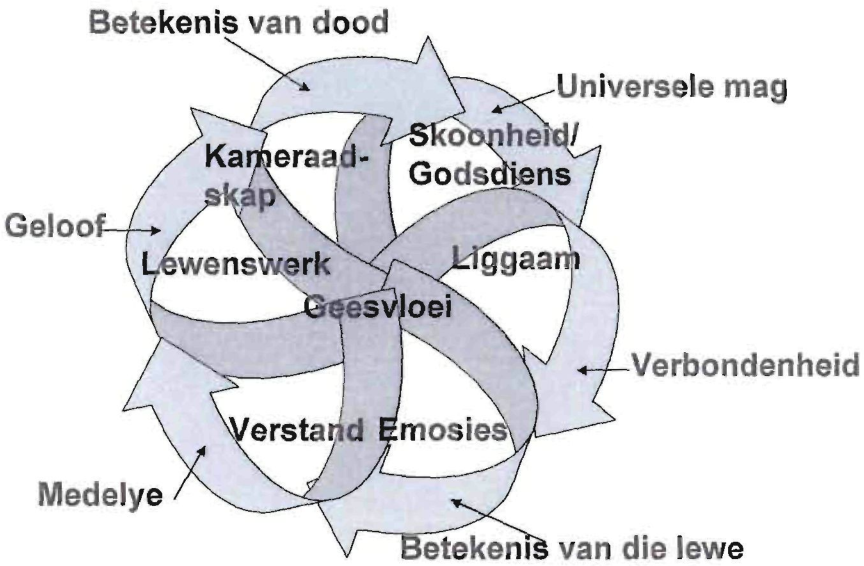

**Figuur 15: The Indivisible Self: An Evidence-Based Model of Wellness** (IS-Wel) (Myers & Sweeney, 2005:271)

### 2.8.3.9 Holistic Flow Model of Spiritual Wellness

Hierdie model (Figuur 16) is deur Purdy en Dupey (2005:95) opgestel. Dit verskil van die vorige modelle, deurdat dit 'n spirituele welheidsmodel is, waar geestelikheid die primêre komponent is wat al die ander komponente beïnvloed. Die komponente wat hier 'n rol speel, is: kameraadskap, intellek, lewenswerk, emosies, liggaam, skoonheid en godsdiens. Die komponente van die gees is interafhanklik en komplementêr en dit sluit die volgende in: geloof, 'n universele mag, beweging na medelye, die betekenis van die dood, verbondenheid en betekenis van die lewe. Die doel van die model is dat indien die geestelike komponente versterk, die mens beter toegerus sal wees tydens moeilike omstandighede en ook 'n gelukkiger en meer vervulde lewe te kan lei. Geestelike gesondheid en welheid sal noodwendig ook verbeter (Purdy & Dupey, 2005: 99-103).

Die teoretiese konstruk (Figuur 16) is gebaseer op die konsep van vloei. Wanneer die mens gesond en gebalanseer voel, sal daar 'n gesonde geestelike vloei wees tussen al die komponente. Gedurende moeilike tye word die vloei belemmer en gedurende 'n krisis sal die mens eers agterkom of hy die geestelike vermoë het om daarmee te deel (Travis & Ryan, 2004:xxiv; Purdy en Dupey, 2005: 98-99).

In die konteks van die model word geestelikheid gedefinieer as die individuele lewensenergie van elke persoon. Die gees as die energie bron wat individue gebruik om te dink, op te tree, voel en te bestaan is kompleks. Purdy en Dupey, (2005:98) voeg by: "There are as many ways to describe spirit, spirituality, personal energy and 'individual flow' as there are raindrops in a thunderstorm".




**Figuur 16: Holistic Flow Model of Spiritual Wellness** (Purdy & Dupey, 2005:100)

**2.8.4 Eienskappe van 'n persoon wat totale welheid bemeester**

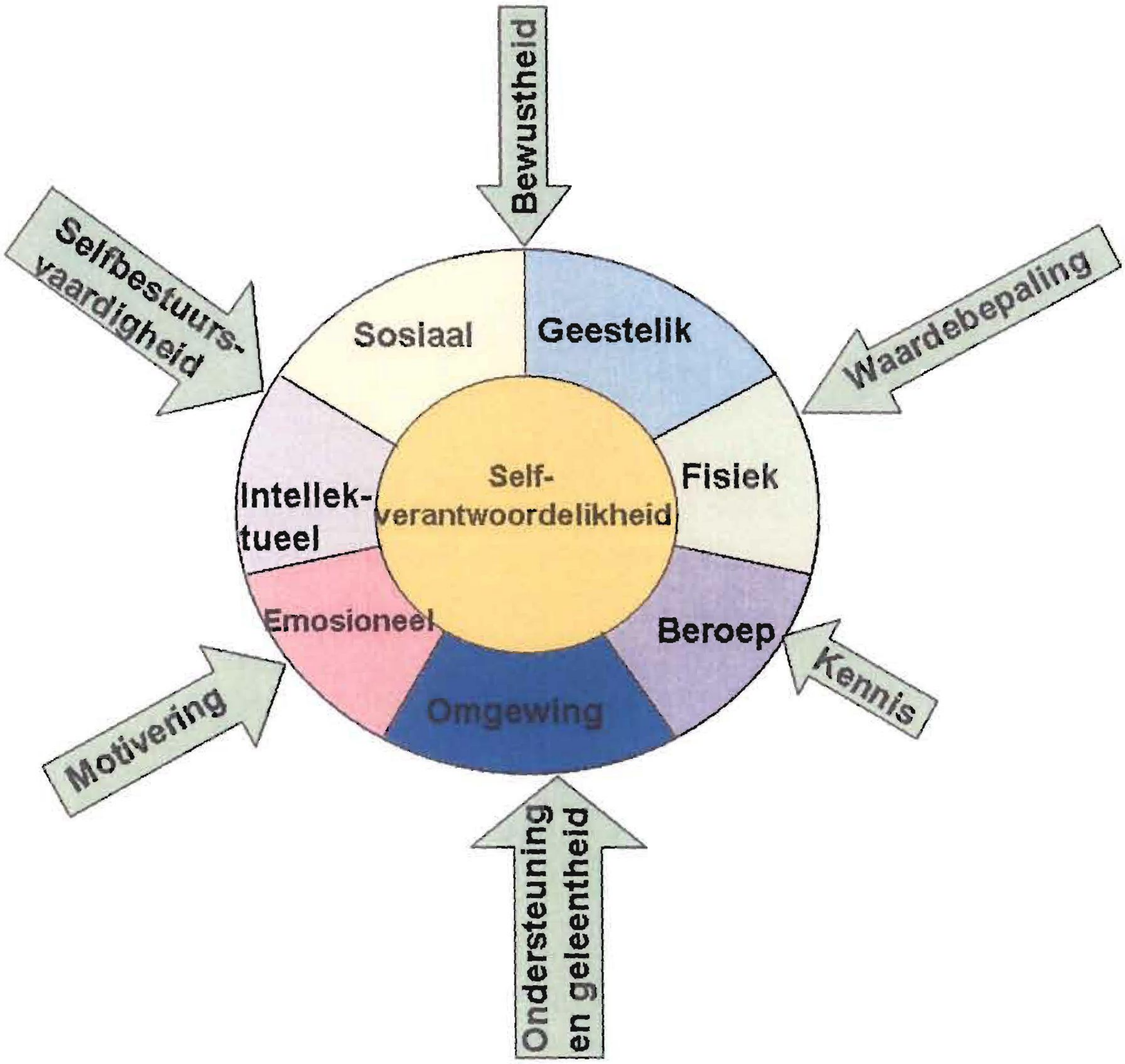
Wanneer daar na al die welheidsmodelle, soos hierbo uiteengesit, gekyk word, moet die volgende vraag noodwendig beantwoord word: Watter eienskappe sal die persoon besit en vertoon wat welheid in 'n besondere mate nastreef en beoefen? Volgens Ardell (2000b:3) dui navorsing aan dat die mens wat totale welheid bemeester, die volgende eienskappe of kwaliteite in 'n uitsonderlike mate sal besit:

- 'n Positiewe selfbeeld en gesonde lewensuitkyk.
- 'n Positiewe lewensfilosofie en 'n doelgerigte lewe.
- 'n Bewustheid van 'n persoonlike verantwoordelikheid.
- 'n Goeie sin vir humor en 'n lewe vol plesier.
- Om vir ander om te gee en die omgewing te respekteer.

- 'n Bewustelike toewyding aan persoonlike uitnemendheid.
- Om bewus te wees van balans en 'n geïntegreerde lewe.
- Om vry te wees van verslawende optredes wat gesondheid kan belemmer.
- 'n Vermoë om dit wat die lewe bied te kan hanteer en om aan te hou om te leer.
- Gegrond te wees in realiteit.
- Goed gekondisioneer en fisiek fiks te wees.
- Die vermoë om lief te hê en om te kan omgee.
- Die vermoë om die eise van die lewe te kan bestuur en om effektief te kan kommunikeer.

### 2.8.5 Leefstyloptredes en -houdings wat welheid kan belemmer

Dit is ook van belang om kennis te dra van die faktore wat groei na welheid kan belemmer. Robbins *et al.* (2006:12) beeld hierdie faktore in Figuur 17 soos volg uit:




**Figuur 17: Faktore wat groei na welheid kan belemmer** (Robbins *et al.*, 2006:12)

Elk van die faktore word slegs baie kortliks belig.

#### 2.8.5.1 Bewustheid

Voor 'n persoon in welheid kan groei, moet hy eers bewus wees van al die welheidsmoontlikhede.

#### 2.8.5.2 Kennis

Kennis van die leefstylareas sal die individu help om die regte besluite te maak.

#### 2.8.5.3 Waardebepaling

Wanneer 'n persoon bewus word van al die welheidsmoontlikhede, is dit noodsaaklik om 'n waardebepaling te maak van sy eie leefstyl.

#### 2.8.5.4 Selfbestuursvaardigheid

Selfbestuurvaardighede help die persoon om sekere van die welheidsmoontlikhede toe te pas.

#### 2.8.5.5 Motivering

Motivering is die behoefte om iets te doen; dit is 'n stimulus tot aksie.

#### 2.8.5.6 Ondersteuning en geleentheid

Om met positiewe leefstylkeuses vol te hou, is 'n ondersteunende omgewing van belang.

#### 2.8.5.7 Selfverantwoordelikheid

Die doel is om meer selfverantwoordelikheid te neem vir positiewe leefstylkeuses wat aanleiding sal gee tot 'n beter kwaliteit van lewe.

### 2.8.6 Welheid, gesondheid en godsdiens

Hierdie studie fokus op 'n welheidsbediening deur pastore en daarom kan die afdeling nie afgesluit word sonder dat daar na die toenemende navorsing oor die verband tussen welheid, gesondheid en godsdiens verwys word nie. In punt 2.7.3.5 is daar slegs kortliks na die terme welheid en godsdiens verwys. In die afdeling sal meer volledig gekyk word na hierdie verwantskap.

Volgens Koenig (1999:23-25) is daar al vele studies deur toonaangewende outeurs gedoen, wat soortgelyke bevindinge gepubliseer het as die wat deur die Duke Universiteit-Sentrum gedoen is. Die sentrum, waarvan Koenig die hoof is, se navorsing toon dat daar 'n verwantskap bestaan tussen godsdiens en of godsdienstigheid en gesondheid. Sy bevindinge is soos volg:

- Mense wat gereeld kerk toe gaan, het sterker immuniteitsisteme as die wat minder godsdienstig is.
- Godsdienstige mense leef langer en is fisies gesonder as ongelowiges. Dit wil voorkom of gelowige mense in hul gevorderde jare minder hart- en kankerprobleme het.
- Ouer mense met 'n intrinsieke godsdienstige geloof het 'n sterker sin van welstand en

godsdiensbeoefening was nie net geassosieer met minder depressie en 'n vinniger herstel van depressie nie (60 van 93 studies), laer selfmoordtendense (57 van 68), minder angs (35 van 69) en minder gebruik van onwettige middels (98 van 120) nie, maar was ook geassosieer met meer welheid, hoop en optimisme (91 van 114), meer doelgerigtheid en betekenis in die lewe (15 van 16), groter materiële bevrediging en stabiliteit (35 van 38) en meer sosiale ondersteuning (19 van 20). Tussen die jare 2000 tot 2002 het meer as 1100 addisionele artikels oor die onderwerp verskyn (Koenig, 2004:1195) wat toon dat daar 'n toenemende belangstelling in die verband tussen godsdiens, gesondheid en welheid is.

Uit bogenoemde navorsing is aangetoon dat daar 'n positiewe verband bestaan tussen godsdiens, gesondheid en welheid. Daarom is die vermoede dat indien 'n welheisbediening effektief funksioneer, die algehele gesondheid van die mens sal verbeter, wat weer sal bydra tot 'n meer gebalanseerde lewenswyse in al die ander dimensies van welheid (Travis & Ryan, 2004:xxiv-xxxi).

Die verhouding tussen godsdiens en gesondheid geniet al geruime tyd 'n groot publieke belangstelling, want die meeste mense se behoeftes is om gesond te wees, minder siek te word, innerlike vrede te ervaar en om die sinvolheid van die lewe te kan beleef, aldus Miller en Thoresen (2003:33). Dit gaan dus nie net vir die mens om die materiële nie, maar ook om die sinvolheid van sy bestaan. Van Niekerk (2008:336) werp lig op die aspek in sy artikel oor: "Is die sorg om lewenskwaliteit die moeite werd?" Hy kom tot die slotsom dat 'n sinvolle lewe nie soseer handel oor kwaliteit nie, maar eerder die beskikbaarstelling van die mens self aan die belange van ander. Travis en Ryan (2004:270) beskryf 'n sinvolle lewe as: "... consists of using your strengths in the service of something that you believe is larger than you are". Die vraag is dan of die gejaagde mens in hierdie versnelde materialistiese en media-versadigde era enigsins tyd het om uitdrukking te gee aan 'n sinvolle bestaan. Die lewe waarin die mens vandag moet aandag skenk aan sy welheid, gesondheid en sinvolle bestaan word deur Myers ( 2000b:1) soos volg beskryf:

> The Paradox of Our Time in History is that we spend more, but have less; we buy more, but enjoy it less. We have bigger houses and smaller families; more conveniences, but less time; more medicine, but less wellness. We read too little, watch TV too much, and pray too seldom. We have multiplied our possessions, but reduced our values. These are the times of tall men, and short character; steep profits, and shallow relationships. These are the days of two incomes, but more divorce; of fancier houses, but broken homes. We've learned how to make a living, but not a life; we've added years to life, not life to years; we've cleaned up the air, but

polluted the soul.

Verhoogde vlakke van welvaart en materialisme in die vorige eeu, het nie voorsien in die behoefte van die mens om gesonder en sinvoller te leef nie. Transformasie van wat mense glo sal moet plaasvind om hierdie behoeftes aan te spreek. So 'n transformasie is moontlik as daar net gekyk word na transformasie wat al plaasgevind het ten opsigte van ras-, geslagsgelykheid en die omgewing in vergelyking met hoe daaroor gedink is 'n half eeu gelede (Myers, 2000a:9,126; Myers, 2004:1-3). Wetenskaplike navorsing is dus noodsaaklik in verband met dié afgeskeepte aspek van die menslike natuur ten opsigte van sy behoeftes. Dit kan lei tot belangrike inligting wat gebruik kan word om mense te help om welheid te ontwikkel om sodoende beter kwaliteit lewens te lei, gesonder te wees, meer positiewe lewenservaringe en groter sinvolheid en vervulling te ervaar (Miller & Thoresen, 2003:33).

## 2.9 DIE TOEKOMS VAN DIE WELHEIDSBEWEGING

Die einde van die welheidsbeweging is nog lank nie in sig nie. Professor Paul Zane Pilzer, wêreldbekende ekonoom en ekonomiese adviseur in twee presidensiële administrasies in die VSA het 'n hele paar boeke geskryf oor die ontwikkeling en toekoms van die welheidsbeweging. In sy boeke: "The Next Trillion: Why the wellness industry will exceed the $ 1 trillion healthcare (sickness) industry in the next ten years" (2001), "The Wellness Revolution: How to make a fortune in the next trillion dollar industry" (2002) en "The New Wellness Revolution: How to make a fortune in the next trillion dollar industry" (2007), voorspel hy dat die welheidsindustrie teen 2010 die een triljoen dollar-kerf sal behaal.

Pilzer word ondersteun deur Epstein (2005:1) en Montague (2007b:3). Beide glo dat welheid nie 'n verbygaande gier is nie en dat dit beslis die sentrale fokus in hierdie eeu gaan word. Dit word ook geantisipeer dat al hoe meer mense welheid sal aanneem as hul kernfilosofie. Die ideaal is dat welheid wêreldwyd deur alle mense as lewensfilosofie aanvaar sal word. 'n Onlangse koerantberig in *The Times* deur Maryanne Maina (2008:14), stem sy ook saam met Pilzer dat die welheidsindustrie 'n ernstige besigheid geword het en noem dit alreeds 'n biljoen dollar-industrie. In 2001 het Mann en Fogg (2001:45-48) al aangetoon dat welheid die vinnigste groeiende industrie in die wêreld geword het. Dit wil dus voorkom dat die konsep hier is om te bly vir nog 'n hele paar jaar, maar wat dit presies in die toekoms mag beteken, is 'n ope vraag.

## 2.10 VOORLOPIGE SAMEVATTING MET BETREKKING TOT DIE METATEORETIESE PERSPEKTIEWE

- Navorsing het getoon dat daar nie 'n vertaalekwivalent vir "wellness" in Afrikaans is nie en daarom is besluit om die woord welheid vir die studie te gebruik.
- Daar bestaan nie 'n algemeen aanvaarde definisie van welheid nie. Dit word ook in verskillende kulture verskillend geïnterpreteer. Die betekenis van welheid mag afhang na gelang van die omstandighede.
- Dit wil voorkom dat mense al hoe gesonder wil leef, minder siek wil wees en gouer gesond wil word, deur hul immuniteit sisteem effektief op te bou. Welheid is daarom 'n lewenslange proses wat daarna streef om so gesond en gelukkig as moontlik te wees.
- Binne die historiese konteks het welheid ontwikkel tot 'n baie populêre gonswoord ("buzzword") vandag. Dit is 'n term wat vrylik gebruik word deur die algemene publiek, maar hul weet nie altyd presies wat dit beteken nie.
- Die welheidsbeweging is 'n voorstaander van die behandeling van die totale mens as 'n eenheid. Liggaam, siel en gees is interafhanklik van mekaar en nie een van die aspekte mag uitgesluit word wanneer die mens se welheid op die spel is nie. In die proses is daar ook aangetoon dat die gees van die mens nie geïgnoreer mag word nie, omdat dit 'n belangrike rol speel in die proses van totale welheid.
- Dr. Halbert L. Dunn, die "argitek" van die moderne welheidsbeweging, beskou die mens as 'n geïntegreerde en interafhanklike geheel wat nie fisies wel kan wees as hy geestelik siek is nie.
- Welheid is die vinnigste groeiende industrie in die hedendaagse wêreld en dit wil voorkom of die konsep hier is om vir nog 'n hele paar jaar te bly, maar wat dit presies in die toekoms mag beteken, is 'n ope vraag.
- Dit word ook geantisipeer dat al hoe meer mense welheid sal aanneem as hul kernlewensfilosofie. Die ideaal is dat welheid wêreldwyd deur alle mense as lewensfilosofie aanvaar sal word.
- Welheid het in 2007 internasionale aandag begin verkry by 'n historiese vergadering van die WGO en die WEF, toe wêreldleiers en groot maatskappye aan welheid in die werkplek as 'n strategie, blootgestel is.
- In 2008 het die WGO en die WEF prominente leiers betrek om die konsep van welheid te bevorder deur die voorstel dat welheid in die werkplek as 'n universele prioriteit aangeneem moet word.
- 'n Leefstyl volgens die welheidsbeginsels is voordelig en mense word aangemoedig om verantwoordelikheid te neem vir die leefstylkeuses wat hulle maak.

- Welheid bestaan uit verskeie dimensies, maar daar is nie eenstemmigheid oor die aantal dimensies waaruit die konstruk bestaan nie. Uit die vele welheidsmodelle wat behandel is, is dit duidelik dat verskeie dissiplines elk hul eie model van welheid verkies, afhangende van hul behoefte en omstandighede.
- Welheid is 'n multidimensionele konstruk wat optimaal funksioneer as daar balans tussen al die dimensies is.
- Welheidsmodelle plaas die klem op die doel en betekenis van die lewe.
- Die definisies wat genoem is, vertoon 'n visie van welheid wat gegrond is op: balans, die totale mens na liggaam, siel en gees, welheid as 'n bewustelike proses, gelukkigwees, bemagtiging, suksesvolheid, liefdevolle aanvaarding van jouself, persoonlike keuses, holistiese en optimale gesondheid, positivisme, kwaliteit van lewe, persoonlike verantwoordelikheid en bewustheid, leefstylverandering en wyse besluite wat gemaak word oor die betekenis, sin en doel van die lewe.
- Gesondheidskenners erken en stem saam dat mense eerder positiewe gesondheid moet beoefen, as om op behandeling en voorkoming te konsentreer. Welheidsprogramme is slegs ware welheid as dit die mens holisties bedien en nie net op die fisiese komponent konsentreer nie.
- Soms word gesondheid en welheid as gelykwaardig beskou, wat dit nie is nie, of afwisselend en oorvleuelende gebruik, wat weer verwarring kan veroorsaak.
- Gesondheid word oor alle eeue vanuit 'n sekulêre en godsdienstige perspektief as baie belangrik beskou. Die rede hiervoor is dat die mens gelukkig kan wees as hy gesond is en tot baie min in staat is as hy siek is.
- Vanuit 'n geloofsperspektief is gesondheid 'n opdrag sodat die gelowige diensbaar kan wees, voluit en langer kan leef.
- Die siekte-industrie is waar mense kliënte word net as hulle siek word. Niemand wil 'n kliënt wees of word nie. Daarenteen is die welheidsindustrie proaktief en hulle het vrywillige kliënte, omdat hulle alles in hul vermoë probeer doen om te verhoed om kliënte van die siekte-industrie te word.
- Verskeie teoretici het welheid gedefinieer uit verskillende perspektiewe. Verskeie modelle is voorgestel in verskeie vakgebiede met verskillende dimensies, maar daar is ook gemeenskaplike dimensies soos die geestelike, intellektuele, sosiale, emosionele en fisieke dimensies.
- Vele studies deur toonaangewende outeurs is al gedoen, wat aantoon dat daar 'n verwantskap bestaan tussen godsdiens en of godsdienstigheid, gesondheid en welheid. Op grond van hierdie navorsing beveel hulle aan dat dit voordelig vir die mens sal wees indien daar 'n toename in sy godsdiensbeoefening plaasvind.

## 2.11 SLOTOPMERKING

Die doel van die hoofstuk was om 'n uitgebreide literatuurstudie te doen oor die insigte wat uit ander vakdissiplines verkry word rakende welheid. Dit is bereik deur die konsep van welheid te definieer en te bespreek, waarna verskillende welheidsmodelle wat verskeie dimensies van welheid aandui, ook bespreek is. Hieruit het dit aan die lig gekom dat welheid as sekulêre konsep vinnig ontwikkel en al redelik gevestig is. Dit het ook duidelik geblyk dat daar bitter min navorsing vanuit 'n Bybelse raamwerk oor die onderwerp gedoen is en dat die geestelike dimensie, vanuit 'n Bybelse perspektief, nie veel klem ontvang nie. Hierdie leemte sal deur die navorsing aangespreek word.

Samevattend kan gesê word dat leefstyl veranderinge deur 'n welheidslewenswyse die kwaliteit van die mens se lewe sal verhoog. Die navorser is van mening dat gelowiges wat 'n welheidslewenswyse wil volg, leefstyl veranderinge moet kan aanbring volgens Bybelse riglyne.

In hierdie hoofstuk is metateoretiese perspektiewe nagevors oor 'n welheidsbediening. Die volgende hoofstuk sal poog om die basisteoretiese vertrekpunte vir 'n welheidsbediening te ontplooi.

**MOENIE DINK JY HET DIE WYSHEID IN PAG NIE, DIEN DIE HERE EN VERMY WAT SLEG IS: DIT IS DIE GENEESMIDDEL VIR JOU, DIE VERKWIKKING VAN JOU LIGGAAM.**

Spreuke 3:7-8

# HOOFSTUK 3

# SKRIFPERSPEKTIEWE MET BETREKKING TOT 'N WELHEIDSBEDIENING

## 3.1 INLEIDING

Soos reeds in hoofstuk 1 gemeld, word daar gebruik gemaak van die prakties-teologiese model van Zerfass (Zerfass, 1974:164-177; sien ook Heyns & Pieterse, 1998:36-38; De Wet, 2006:57-87). In hierdie hoofstuk sal daar vanuit 'n Bybelse vertrekpunt op wetenskaplike wyse gefokus word op welheid (vergelyk die skematiese voorstelling van Zerfass se model in hoofstuk 1 punt 1.5.1). Die basisteoretiese perspektiewe in die hoofstuk sal in hermeneutiese samehang met die metateoretiese perspektiewe (hoofstuk 2), asook die empiriese navorsing (hoofstuk 4) as basiese uitgangspunte geneem word vir die formulering van 'n praktykteoretiese model van 'n welheidsbediening deur AGS-pastore in 'n stedelike konteks (hoofstuk 5).

Praktiese Teologie is een van die onderafdelings van Teologie (Heyns & Pieterse, 1998:6). Volgens Swinton & Mowat (2007:6) word Praktiese Teologie soos volg gedefinieer: "Practical Theology is critical, theological reflection on the practices of the Church as they interact with the practices of the world, with a view to ensuring and enabling faithful participation in God's redemptive practices in, to and for the world". Teen hierdie agtergrond gesien, is hierdie navorsing geskik vir 'n Praktiese Teologie studie, want dit is noodsaaklik om metateoretiese insigte te integreer om sodoende 'n meer volledige model daar te kan stel.

### 3.1.1 *Basisteorie*

Basisteorie is 'n teorie wat binne 'n spesifieke vak ontwikkel word vir die doeleindes van die vak (Pieterse, 1993:51) en poog om die teologiese basis wat die praktyk ten grondslag lê te sistematiseer en te verstaan (Vos, 1995:62). Basisteorieë, wat ook teologiese teorieë of fundamentele teorieë genoem word, vind direkte aansluiting by die teologiese tradisie waarin 'n geloofsgemeenskap staan en die wyse waarop daar met die Bybel omgegaan word (Vos, 1995:62). Volgens Venter (1993:247) word met 'n basisteorie bedoel die ontginning van bepaalde teologiese vertrekpunte, primêr vanuit die Skrif. Die basisteorie beskryf dus die wese en doel van dit waarmee die mens prakties-teologies besig is (Venter, 1996:25,27). Louw (1999:4) beskryf die teologiese basisteorie as nadenke oor Teologie met die doel om 'n basisteorie te ontwerp vir pastorale handelinge.

### 3.1.2 Die Skrif as kenbron van die basisteorie

Weens die belangrike plek wat die beredeneringe van die Skrifgesag in hierdie studie inneem, word die vernaamste perspektiewe op die Heilige Skrif as kenbron van die basisteorie kortliks belig. Ter afsluiting word verwys na die betekenis daarvan vir 'n welheidsbediening.

Die volgende uitgangspunte is belangrik:

#### 3.1.2.1 Die gesag van die Heilige Skrif

In artikel 5 van die Nederlandse Geloofsbelydenis word verklaar:

> Ons aanvaar al hierdie boeke en hulle alleen, as heilig en kanoniek om ons geloof daarna te rig, daarop te grondves en daarmee te bevestig. Ons glo ook sonder twyfel alles wat daarin vervat is, nie juis omdat die kerk hulle aanvaar en as sodanig beskou nie, maar veral omdat die Heilige Gees in ons hart getuig dat hulle van God is. Hulle het ook die bewys daarvan in hulleself, aangesien selfs die blindes kan tas dat die dinge wat daarin voorspel is, plaasvind (Nederlandse Geloofsbelydenis, s.a.:1).

In die Skrif is God self aan die woord en daarom redeneer die Skrif nie met die mens om hom te oortuig nie. God maak homself bekend aan die mens en sodoende word Sy wil ook bekend. Die Skrif kom tot die mens uit Goddelike gesag. Die Bybelskrywers onder die inspirerende leiding van die Gees het die boodskap korrek verstaan en betroubaar neergeskrywe. Daarom het die Bybel ook gesag (Harrison *et al.,* 2000:94-95; Janse van Rensburg, 2007:1894). Heyns (1978:29) stel dit soos volg: "Die Bybel het gesag omdat, en alleen omdat dit die boek is van God se spreke. Die gesag van die Bybel kom van God af. Die Bybel het iets om aan die mens te sê, en het 'n reg om dit te sê, ten diepste omdat dit God is wat aan die mens iets wil sê. Dit is dan ook die eerste wortel waaruit die gesag ontspring: naamlik dat die Bybel sy oorsprong in God self het".

Volgens 2 Timoteus 3:16-17 maak Paulus 'n stelling in verband met die aard van die Skrif wanneer hy sê dat die hele Skrif deur God geïnspireer is. Daarna sê hy dat die Skrif groot waarde het om in die waarheid te onderrig, dwaling te bestry, verkeerdhede reg te stel, en 'n regte lewenswyse te kweek. In die opsig kan die Skrif gebruik word as rigtinggewende instrument in bedieningsopdragte en belangrike afleidings kan oor die gesag van die Skrif uit die woorde afgelei word (Vosloo & Janse van Rensburg, 1999:1817; Janse van Rensburg, 2007:1894). "Die gesag van die Skrif is ook universeel. Nie alleen die sielelewe van die mens nie, maar alle fasette van die mens se handelinge, sy wetenskap en kuns, sy politiek en sy

arbeid, alle instellinge, staat en universiteit, letterlik alles staan onder die soewereine gesag van Gods Woord. Oor alles sê die Skrif iets—iets fundamenteels—al sê dit nie alles oor alles nie", aldus Heyns (1978:30).

### 3.1.2.2 Die genoegsaamheid van die Heilige Skrif

In artikel 7 van die Nederlandse Geloofsbelydenis word verklaar:

> Ons glo dat hierdie Heilige Skrif die wil van God volkome bevat en dat alles wat die mens vir sy saligheid moet glo, daarin voldoende geleer word. Aangesien die hele wyse waarop God deur ons gedien moet word, daarin breedvoerig beskrywe word, mag ook niemand, selfs nie die apostels nie, anders leer as wat ons reeds deur die Heilige Skrif geleer word nie – ja, al was daar ook 'n engel uit die hemel, soos die apostel Paulus sê (Gal 1:8). En aangesien dit verbode is om iets by die Woord van God by te voeg of daarvan weg te laat (Deut 12:32), blyk dit duidelik dat die leer daarvan heeltemal volmaak en in alle opsigte volkome is. Ons mag ook geen geskrifte van mense, hoe heilig die mense ook al was, met die Goddelike Skrif gelykstel nie; ook mag ons nie die gewoonte of die groot getalle of oudheid of opvolging van tye of van persone of kerkvergaderings, verordeninge of besluite met dié waarheid van God gelykstel nie, want die waarheid is bo alles. Alle mense is immers uit hulleself leuenaars en nietiger as die nietigheid self (Ps 62:10). Ons verwerp daarom met ons hele hart alles wat nie met hierdie onfeilbare reël ooreenkom nie, soos die apostels ons leer as hulle sê: "... maar stel die geeste op die proef of hulle uit God is" (1 Joh 4:1) en: "As iemand na julle kom en hierdie leer nie bring nie, ontvang hom nie in die huis nie ..." (2 Joh 1:10) (Nederlandse Geloofsbelydenis, s.a.:1).

Mack (2005:163) stem saam met die essensie van bogenoemde artikel en herinner die mens daaraan dat alles wat hy nodig het om suksesvol te kan leef in die Skrif gevind kan word (2 Pet 1:3). Die Woord is die lamp wat die weg aanwys, die lig op die mens se pad (Ps 119:105). Dit leer die mens hoe om 'n regte lewenswyse te kweek, verkeerde lewenswyses reg te stel en om die mens te ondersteun met sy probleme sodat hy God daardeur kan verheerlik (Janse van Rensburg, 2003:819-820). In Deut 4:2 staan geskryf: "Julle mag by die woord wat ek julle beveel, niks byvoeg nie, en julle mag daar niks van weglaat nie", wat die genoegsaamheid van die Skrif onderstreep. Dit wil nie sê dat die Skrif antwoorde kan verskaf op alle probleme in alle situasies nie, maar dat die mens deur gebed in gehoorsaamheid na God se wil sal soek vir elke situasie (Vergeer, 1999:1654-1655). Heyns (1978:33) is ook van mening dat die mens in die lig van die Bybelse beginsels self konkrete gestalte aan die Christelike lewe en denke moet gee en nie verwag dat die Skrif antwoorde op alle vrae sal verskaf nie.

#### 3.1.2.3 Die betroubaarheid van die Heilige Skrif

Die Bybel is betroubaar (sien onder andere Joh 17:17; Tit 3:8; 1 Tim 1:1–15; 2 Pet 1:19; Luk 1:4). In Johannes 17:17 verklaar Jesus Christus dat die Woord die waarheid is en in Johannes 14:6 sê Hy dat Hy die weg en die waarheid en die lewe is en dat die Heilige Gees die Gees van die waarheid is (Joh 16:13). Mack (2005:165) sê in die verband: "We have no standard by which we can evaluate whether something is true or false except the Word of God". Hy gaan voort deur aan te dui dat die mens moet leer om na die lewe te kyk deur die lens van die Woord, want die Woord is betroubaar. Heyns (1978:30) meen dat die betroubaarheid van die Skrif die betroubaarheid van God self is, dat die Bybel nie vals is nie, maar waar, want Paulus sê God lieg nie (Tit 1:2), en Jesus Christus sê: Ek is die waarheid (Joh 14:6) en die Heilige Gees is die Gees van die waarheid (Joh 16:13).

#### 3.1.2.4 Die noodsaaklikheid van die Heilige Skrif

Die mens het die Bybel nodig omdat hy God nie kan ken as God hom nie deur die Skrif aan die mens openbaar nie (Ps 19:2; Ef 4:6; 1 Tim 2:5; Deut 6:4; Mal 2:4; 1 Kor 8:4, 6; 1 Kor 12; 1 Kor 1). In artikel 2 van die Nederlandse Geloofsbelydenis word verklaar: "Ten tweede maak Hy Hom deur sy heilige en Goddelike Woord nog duideliker en meer volkome aan ons bekend en wel so veel as wat vir ons in hierdie lewe nodig is om tot sy eer en tot die saligheid van hulle wat aan Hom behoort" (Nederlandse Geloofsbelydenis, s.a.:1).

#### 3.1.2.5 Gevolgtrekking

Wanneer daar oor die gesag van die Skrif gepraat word is dit van belang om kortliks te verwys na verskeie debatte wat in die verlede plaasgevind het wat die kwessie rondom Skrifgebruik en Skrifgesag na vore gebring het. Hierdie debatte het betekenis vir die rol van die Bybel in die wetenskap en watter gesagsposisie aan die Skrif toegeken word. Die debatte het onderwerpe aangespreek soos onder andere: die hoofbedekking van die vrou in die erediens (Wijnbeek, 2009), homoseksualisme (Potgieter, 2005; du Toit, B. 2007) en die rol van die vrou in die erediens (Anon. 2009). Dit is nie van belang vir hierdie studie om die debatte te bespreek nie, maar dit is wel nodig om aan te dui dat daar soms wyd uiteenlopende menings kan bestaan oor die interpretasie van sekere tekste in die Bybel. So ook kan sekere kwessies as tydgerig beskou word en daarom geld dit nie vir vandag nie. Hier kan slawerny as voorbeeld genoem word. Wat ook duidelik uit die debatte blyk is dat terwyl die Bybel as gesagbron vir almal geld, die hantering en verstaan daarvan grootliks verskil. Hierdie verskil in Skrifbeskouing en -hantering lê ten grondslag van baie van die verskille wat daar tussen kerke rondom die vraagstuk van homoseksualiteit ontstaan het (Groenewald, 2007:1). Skrifuitleg moet daarom rekening hou met die: historiese en kulturele konteks; skrywer; teks; leser en die hedendaagse

konteks (Algemene Sinode van die NG kerk, 2002: 6-8).

Wat betref die navorsing oor 'n welheidsbediening is die navorser van mening dat die Skrif kan en moet geraadpleeg word, omdat dit gesag het, betroubaar is, genoegsaam is en noodsaaklik is in die mens se lewe. God is aan die woord in die Skrif en gee rigting aan die mens as dit kom by hoe die mens volgens Sy voorskrifte vir 'n optimale bestaan behoort te lewe. Die gesagvolle gebruik van die Skrif as instrument om dwalinge te bestry, God te ken, die weg tot saligheid aan te dui en hoe om God meer effektief te kan dien, is uiters belangrik in 'n gelowige se lewe. God het die mens geskep en daarom het God alles te sê oor hoe die mens behoort te lewe, wat hy behoort te vermy en wat goed is vir hom. Die Skrif is rigtinggewend as dit kom by elke faset van menswees. In die fasilitering van 'n welheidsbediening, speel die Skrif as kenbron 'n bepalende rol en bly die Skrif die "lamp vir my voet en 'n lig vir my pad" (Ps 119:105).

## 3.2 DOELSTELLING

Die doelstelling van hierdie hoofstuk is om sekere basisteoretiese perspektiewe ten opsigte van 'n welheidsbediening na te vors. Uit 'n voorlopige ondersoek van die onderwerp het dit geblyk dat welheid baie meer aandag ontvang vanuit die sekulêre literatuur as uit godsdienstige literatuur. Soos reeds genoem, kom die woord welheid nie in die Bybel voor nie en daarom sal verwys word na verwante toestande en konsepte wat waarskynlik lig sal werp op die hedendaagse begrip van welheid en die hantering daarvan. In die hoofstuk sal spesifiek aandag gegee word aan hoe die Bybel welheid beskou en die belangrikheid daarvan vir die mens. Met die oog hierop word die volgende in die hoofstuk behandel:

- Enkele opvattings met betrekking tot die menslike samestelling.
- Komponente van die menslike natuur.
- Dimensies van welheid vanuit 'n Bybelse perspektief.
- Skrifgegewens wat kan dui op dimensies van welheid en 'n voorlopige gevolgtrekking met betrekking tot die basisteoretiese perspektiewe.

## 3.3 ENKELE OPVATTINGS MET BETREKKING TOT DIE MENSLIKE SAMESTELLING

Die vraag na wat presies met menswees bedoel word en uit hoeveel komponente hy bestaan, is al oor baie jare gevra en verskeie pogings is aangewend om dit te beantwoord. In die verband merk Anderson (2003:64) die volgende op: "Conservative theologians have never

come to perfect agreement over the basic nature of mankind". In die afdeling sal daar van resente sowel as van ouer werke gebruik gemaak word om na die jarelange debat oor die onderwerp te verwys. Hierdie debat is van belang wanneer daar na die welheid van die mens gekyk word, aangesien welheid multidimensioneel is en die totale mens omvat, soos uiteengesit in hoofstuk 2 punt 2.8.1. Dit is daarom essensieel dat die mens aan wie 'n welheidsbediening aangebied word, korrek verstaan moet word. Vir die doel van die studie sal hier nie toegetree word tot die volledige debat nie, maar daar sal volstaan word met 'n oorsigtelike bespreking van die onderwerp.

### 3.3.1 Teologiese modelle van menswees

Die mens is beide 'n materiële (liggaam) en 'n niemateriële (siel, gees, hart, verstand, wil en gewete) wese. Binne dié raamwerk word daar hoofsaaklik drie verskillende teologiese modelle van menswees onderskei, naamlik die monistiese, digotomiese en trigotomiese perspektief van menswees. Daar sal ook kortliks na die veelvuldig-gefasetteerde perspektief verwys word (Möller, s.a.: 255-280; Heyns, 1978:119-124; Erickson, 2005:179-184; Towns, 2006:212-217; Enns, 2008:316-322).

#### 3.3.1.1 Monisme

Die term was vir die eerste keer deur Christian Wolff (1679-1754, 'n Duitse filosoof) gebruik, maar die denkrigting dateer terug na die filosowe voor Sokrates. Monisme is afkomstig van die Griekse term *monos,* wat enkel beteken (Believe. Religious information source - monism). Outeurs wat hierdie denkwyse ondersteun, is onder andere Bertrand Russell, Baruch Spinoza, Thomas Hobbes, George Berkley, Gilbert Ryle, Ludwig Feuerbach, J.A.T. Robinson, G.W. Leibniz, B. Milne en A.A. Hoekema (Believe. Religious information source – monism; Encyclopedia of Death and Dying – monism; New World Encyclopedia – monism; Heyns, 1978:140-141; Joubert, 2005:25-27; Erickson, 2005:182).

Volgens die monistiese model bestaan die mens slegs uit een deel en is daarom onverdeelbaar. Die Bybel, volgens hulle, verkondig nie dat die mens uit 'n liggaam, siel en gees bestaan nie, maar dat hy as 'n self beskou word. Om mens te wees is om 'n liggaam te wees of te hê en hy is daarom 'n volkome eenheid. Wanneer die Bybel van 'n siel, gees of liggaam praat, word die terme as verwisselende sinonieme beskou (Berkouwer, 1957:212-214; Erickson, 2005:182; Encyclopedia of Death and Dying - monism, Believe. Religious information source - monism). Monisme bestaan uit twee vorme naamlik: spiritualistiese monisme, waar die mens vanuit sy siel verklaar word en materialistiese monisme waar die mens uit sy liggaam verklaar word (Heyns, 1978:124, 140-141; Möller, s.a.: 277). Volgens die spiritualistiese siening bestaan daar niks buite die gees nie. Die liggaam word geken en ervaar

vanuit die siel of die gees. Die liggaam is slegs die teken van die teenwoordigheid van die mens se siel (Heyns, 1978:124, 140-141; Cooper, 1989:49,110; Price, 2002:247-248; Möller, s.a.: 277). Volgens die materialistiese monisme het die mens geen "ek" buite sy liggaamlikheid nie. Daar is ook nie 'n siel wat voortbestaan na die dood nie (Heyns, 1978:141; Erickson, 2005:182). Dit beklemtoon dat die Bybel die mens as 'n holistiese eenheid beskou en dat die totale mens belangrik is vir God (Hoekema, 1986:209-210). Feuerbach (in Heyns, 1978:141) som dit in 'n neutedop op met sy bekende uitspraak: *Der mensch ist was er ist.*

Argumente wat aangevoer kan word ten gunste van 'n monistiese verstaan van die menslike natuur, is soos volg:

- Die Bybel gebruik die woord siel om na die totale mens te verwys (Gen 2:l7, 12:5; Hoogl 1:7; Mark 8:35-37).
- In die Bybel word die woorde siel en gees afwisselend gebruik om na die totale mens te verwys (Matt 20:28, 27:50; Joh 12:27, 13;21).

In 'n evaluering van monisme moet erken word dat die Bybel die totale mens hanteer en sy geheelheid beklemtoon. God is nie net begaan oor 'n komponent van menswees nie. Die rigting is wel nie in lyn met 2 Kor 5:8 nie, wat sê dat hulle liewer hul verblyf in die liggaam wil verlaat en by die Here gaan woon. Matteus 10:28 veroorsaak 'n probleem vir die denkrigting, want daar word aanbeveel om nie bang te wees vir dié wat die liggaam doodmaak, maar die siel nie kan doodmaak nie. Dit sê verder dat Hy gevrees moet word, wat sowel die liggaam as die siel in die hel kan laat vergaan. Hier word 'n duidelike onderskeid gemaak tussen siel en liggaam in verband met die dood. Om bogenoemde evaluering saam te vat is die volgende aanhaling van Möller (s.a.: 257-258) gepas:

> Hoewel die liggaam nie sonder die siel kan bestaan nie, en die siel weer deur die liggaam openbaar word, moet die onderskeid tussen die twee egter altyd gehandhaaf word. Die siel is nie maar net 'n verskynsel van die liggaam nie. Net so is die liggaam nie maar net 'n terloopse begeleidende verskynsel van die siel nie. Daarom verwerp ons die monistiese materialisme sowel as die monistiese spiritualisme. In sy essensie is die mens gees en siel, maar sonder die liggaam kan hy nooit volkome mens wees nie.

#### 3.3.1.2 Digotomie

Die woord kom van die Griekse woord *dicha* (twee) en *temno* (om te sny) (Enns, 2008:318). Volgens hierdie siening bestaan die mens uit twee komponente, naamlik: die materiële aspek, die liggaam en die niemateriële aspek, die siel of gees. Laasgenoemde twee aspekte word as

sinoniem beskou en word volgens die denkrigting as afwisselend in die Bybel gebruik (Strong, 1953:485; Grudem, 1994:472-486; MacArthur & Mack, 2005:256-258; Erickson, 2005:181; Towns, 2006:214; Enns, 2008:318). Waar die Bybel na siel en gees verwys, verwys dit na die geestelike komponent van die mens (Grudem, 1994:473). Grudem (1994:482) gaan so ver as om te suggereer dat die trigotomiese siening van die mens nie as 'n intellektuele standpunt beskou kan word nie.

Die denkrigting was vir baie jare, na die raad van Konstantinopel in 381 n.C., die heersende geloof van die kerk oor die natuur van die mens. Die liggaam, is die fisiese deel van die mens wat tot sterwe kom, terwyl die siel voortleef na die dood. Dit is juis die onsterflike siel wat die onderskeid maak tussen die mens en dier (Erickson, 2005:181).

'n Paar Bybelse verwysings wat 'n digotomiese siening van die mens voorhou, is soos volg:

- Adam is deur God geskep (Gen 2:7) en tydens die skepping het Hy slegs aan hom 'n siel gegee.
- Volgens Prediker 12:7 sal die stof na die aarde toe terugkeer soos dit was, en die gees na God terugkeer wat dit gegee het.
- Daar word vermaan in Matteus 10:28 om nie bang te wees vir dié wat die liggaam (*soma*) doodmaak, maar die siel (*psuche*) nie kan doodmaak nie. Vrees Hom eerder wat sowel die liggaam as die siel in die hel kan laat vergaan.
- Die Gees gee aan julle die lewe op grond van God se vryspraak, hoewel die liggaam vir die dood bestem is as gevolg van die sonde (Rom 8:10).
- Paulus sê dat al is hy nie persoonlik by hulle nie, is hy tog in die gees by hulle (Kol 2:5; 1 Kor 5:3).
- Paulus versoek dat hulle hulle moet laat reinig van alles wat liggaam en gees verontreinig (2 Kor 7:1).

Grudem (1994:472-486) voeg nog 'n paar Bybelse verwysings by bogenoemde lys om sodoende 'n meer volledige oorsig te gee van Bybelse gegewens wat die digotomiese siening ondersteun:

- Die Bybel gebruik siel en gees as sinoniem en afwisselend (Joh 12:27, 13;21).
- Die siel of die gees verlaat die liggaam met die dood (Gen 35:18; Ps 31:5).
- Die mens is of liggaam en siel of liggaam en gees (1 Kor 5:5).
- Die siel of die gees kan sondig (1 Pet 1:22).

Nog 'n paar Bybelverse wat na gees en siel verwys wat verwisselend gebruik kan word, is soos

volg: Gen 41:8; Joh 12:27; Joh 13:21; Ps 42:6; Job 27:3; Heb 12:23; Op 6:9 en Op 20:4.

Volgens al bogenoemde verwysings is die voorstanders van die rigting oortuig dat die mens 'n liggaam en siel/gees is en dus is die mens 'n digotomie.

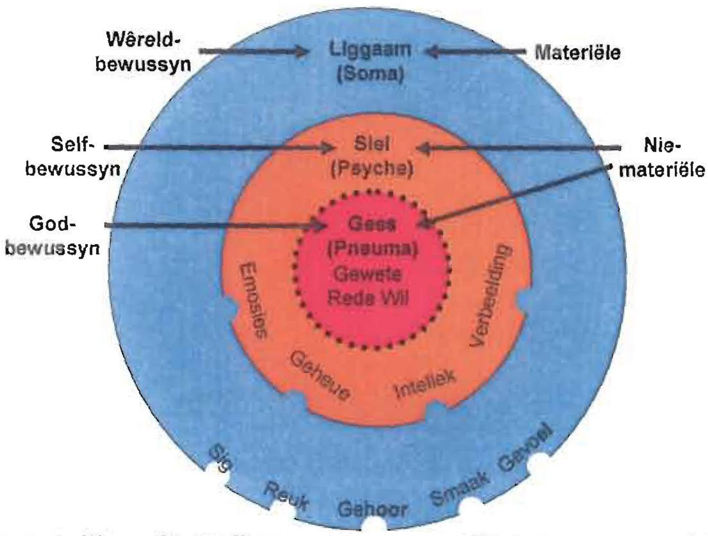
### 3.3.1.3 Trigotomie

Die woord kom van die Griekse woord *tricha* (drie) en *temno* (om te sny) (Enns, 2008:318). Die Bybelse gegewens wat gewoonlik aangehaal word om hierdie rigting te ondersteun, is 1 Thessalonisense 5:23 en Hebreërs 4:12. Volgens hierdie siening bestaan die mens uit drie komponente, naamlik: liggaam, siel en gees. Die liggaam word beskou as wêreld-bewussyn, die siel as selfbewussyn (wat uit die mens se verbeelding, geheue, emosies, en intellek bestaan) en die gees as God-bewussyn (wat uit die mens se gewete, rede en wil bestaan) (Pember, 1942:77; Nee, 1977:21-26 in volume 1; MacArthur & Mack, 2005:256-258; Erickson, 2005:179-184; Towns, 2006:212-217; Dake, 2007:90-92; Enns, 2008:316-322).

Pember (1942:77; sien ook Enns, 2008:316-322), wat die wêreld-, self- en God-bewussyn onderstreep, het al vroeër die volgende uitspraak gemaak:

> For the body gives us the five senses; the soul comprises the intellect which aids us in the present state of existence, and the emotions which proceed from the senses; while the spirit is our noblest part, which came directly from God, and by which alone we are able to apprehend and worship Him.

Bogenoemde uiteensetting van die trigotomiese mensbeeld kan soos volg voorgestel word:




**Figuur 18: Voorstelling deur die navorser van die mens na aanleiding van die trigotomiese mensbeskouing**

Volgens hierdie denkrigting word daar in die Bybel beslis 'n onderskeid gemaak tussen gees en siel. Die Hebreeuse woord vir gees (*ne shamah*, "wind") en siel (*nephesh*, "lewende [denkende] wese") stem ooreen met die Griekse woord vir gees (*pneuma*, "bries") en siel (*psuche*, "lewende [denkende] wese") (Louw, 1999:203-207; Pfeiffer *et al.*, 2000:1616; Dake, 2007:90-92). Bybelse gegewens wat hierdie onderskeid ondersteun, kan gevind word in:

- Lukas 1:46-47(1953-vertaling) waar Maria sê dat haar siel die Here grootmaak en haar gees verheug is in God.
- Matteus 26:38-41(1953-vertaling) waar Jesus sê dat Sy siel diep bedroef is en later toe Hy die dissipels aan die slaap vind sê Hy dat die gees wel gewillig is, maar die vlees is swak.
- 1 Kor 2:14-3:4 waar dit blyk of 'n drieledigheid ook deur Paulus voorgehou word deur die mens te klassifiseer as "vlees" (*sarkikos*), "ongeestelik" (*psychikos*-letterlik, "siel") of "geestelik" (*pneumatikos*). Dit wil voorkom of die terme verwys na verskillende funksies of moontlike komponente van menswees (Erickson, 2005:180-181; Enns, 2008:319).

Van die outeurs wat hierdie denkrigting ondersteun, stel dit soos volg:

- "Die Bybel leer ons dat die mens gees, siel en liggaam tegelyk is. Hoewel hulle in die mens as 'n eenheid bestaan, moet gees, siel en liggaam tog van mekaar onderskei word ... Die mens is nie gees plus siel plus liggaam nie. Die mens is 'n eenheid waar die een in en deur die ander bestaan" (Möller, s.a.:255).

- "... the Bible never confuses spirit and soul as though they are the same. Not only are they different in terms; their very natures differ from each other. The word of God does not divide man into two parts of soul and body. It treats man, rather as tripartite-spirit, soul and body" (Nee, 1977:20 - volume 1).

Wanneer hierdie denkrigting geëvalueer word, wil dit voorkom dat beide die digotomiese en trigotomiese mensbeskouing aanvaar dat die mens uit 'n materiële en niemateriële komponent bestaan en daarom verskil die trigotomiste nie veel van die digotomiese siening nie. Trigotomiste wil dit net verder ontwikkel en sommiges glo dat Bybelse gegewens verklaar kan word om beide die rigtings te omvat (Chafer, 1947:181; Erickson, 2005:183-184). Wat belangrik is om te onthou in hierdie debat, is die feit dat God besorg is oor die *totale* mens. Elke faset van menswees is belangrik vir God en geen aspek val buite Sy liefde nie. Watter siening die mens ook al handhaaf oor die natuur van die mens is tog van belang, omdat dit sy houding kan beïnvloed oor hoe hy sy Christenskap uitleef. 'n Voorbeeld hiervan is Gnostisisme

wat die liggaam as sleg en die gees as goed beskou het - dit het tot uiterste gedragsprobleme gelei.

#### 3.3.1.4 Veelvuldig-gefasetteerde perspektief (Multifaceted)

Siel en gees is algemene terme wat die niemateriële komponente van die menslike natuur beskryf. Tog is daar vier addisionele terme wat ook die niemateriële komponent beskryf, naamlik: die hart (Matt 15:19-20; Rom 10:9-10; Heb 4;7), gewete (1 Tim 4:2; Rom 2:15), verstand (Rom 1:28; 2 Kor 4:4; Ef 4:17-18; Rom 12:2; Matt 22:37) en wil (Ef 2:2-3; Rom 6:12-13) (Ryrie, 1972:104-107). Die mens se niemateriële komponent kan dus beskryf word as veelvuldig.

#### 3.3.1.5 Afsluiting

Vir 'n kompakte opsomming van die verskillende gesigspunte van die samestelling van die mens, kan Tabel 3 geraadpleeg word.

Dit is duidelik dat die debat oor die komponente waaruit die mens bestaan, nog lank nie uitgewoed is nie. Erickson (2005:183) verwoord sy siening soos volg:

> ... in the Old Testament, the human individual is regarded as a unity. In the New Testament the body-soul terminology appears ... While body and soul are sometimes contrasted ... they are not always as clearly distinguished ... Scripture seems to picture humans for the most part as unitary beings. Seldom is their spiritual nature addressed independently of or apart from the body.

Die vraag oor die aantal komponente waaruit die mens bestaan word deur König (2006:314) soos volg gestel: "Daar is geen goeie antwoord op hierdie vraag nie omdat die vraag verkeerd gestel is. Die mens bestaan glad nie uit dele nie. Die mens is 'n eenheid wat uit verskillende hoeke bekyk kan word".

Die Bybel in Prediker 11:5 leer dat die mens nie die werke van God kan verstaan nie: "Net so min as wat jy kan verstaan hoe gees en liggaam by mekaar uitkom in die skoot van 'n swanger vrou, net so min kan jy die werk van God verstaan. Hy doen dit alles".

Vir die doel van die studie word die trigotomiese beskouing van die mens verkies bo die monistiese en digotomiese sieninge en daarom word Möller (s.a.:255) se siening onderstreep dat die mens 'n eenheid is, waarin die drie dele van mekaar onderskei maar nie geskei kan word nie. Dit is duidelik dat die onderskeibare beskrywings en onderskeibare vermoëns en

funksies van die mens geensins die Bybelse beskouing van die mens as 'n eenheid in gedrang bring nie, maar dit eerder aksentueer (Berkouwer, 1957:217). Coetzer (2006:787,790) in sy artikel "Pastorale implikasies van die liggaam/denke-verbintenis" kom tot dieselfde gevolgtrekking oor die eenheid (liggaam, siel, gees) van die mens as Möller en beklemtoon ook die belangrikheid van die mens as 'n eenheidswese.

Soos reeds bespreek in hoofstuk 2 punt 2.8.1 omvat welheid, wat multidimensioneel is en onder andere uit 'n fisieke, emosionele, sosiale, intellektuele en geestelike dimensie bestaan, die totale mens met al sy verskillende komponente. Die volgende aanhaling werp meer lig op hierdie standpunt:

> To understand the truth that a person is a total being, is to see that ministry must focus upon every dimension of existence. True ministry is, therefore, concerned with the spiritual, the social, the physical, and the psychological. It is clear from the biblical record that human beings are not only spiritual beings any more than they are only physical beings. The Bible affirms the various dimensions of human existence as it affirms that a person is a complete whole, not separate parts joined together (Holman Bible Dictionary - anthropology).

**Tabel 3: Die verskillende gesigspunte van die samestelling van die mens** (Enns, 2008:320). Monisme is bygevoeg deur die navorser.

<table>
<tr><th colspan="3">VERSKILLENDE GESIGSPUNTE VAN DIE MENS SE SAMESTELLING</th></tr>
<tr><td rowspan="2">Gesigspunte</td><td colspan="2">Uiteensetting</td></tr>
<tr><td>Materiële</td><td>Niemateriële</td></tr>
<tr><td>Digotomie</td><td>Liggaam</td><td>Siel<br>.........<br>Gees</td></tr>
<tr><td>Trigotomie</td><td>Liggaam</td><td>Siel<br>——<br>Gees</td></tr>
<tr><td>Veelvuldig-gefasetteerde</td><td>Liggaam</td><td>Siel<br>...........<br>Gees<br>...........<br>Hart<br>...........<br>Gewete<br>...........<br>Intellek<br>...........<br>Wil</td></tr>
<tr><td>Monisme</td><td colspan="2">Een realiteit<br>Een wese<br>Geen komponente of afsonderlike entiteite</td></tr>
<tr><td>Spiritualistiese monisme</td><td colspan="2">Mens word vanuit sy siel verklaar</td></tr>
<tr><td>Materialistiese monisme</td><td colspan="2">Mens word vanuit sy liggaam verklaar</td></tr>
</table>

## 3.4 KOMPONENTE VAN DIE MENSLIKE NATUUR

Hierdie studie vind aanklank by die trigotomiese beskouing van die mens en daarom sal 'n nadere ondersoek geloods word rondom die dele waaruit die mens bestaan, met spesifieke klem op dit wat van belang is vir die mens aan wie 'n welheidsbediening aangebied sal word.

### 3.4.1 Liggaam

Die Bybel praat dikwels van die menslike liggaam, wat aangedui word deur die Griekse woord soma, wat ongeveer 146 keer voorkom (Möller, 1998:69), terwyl in Hebreeus woorde soos *bêten, gewija, gêshêm* en *basar* gebruik word. Die liggaam word hiér volgens gesien as die

uiterlike gestalte of die biologiese bestaanswyse waarmee die mens geïdentifiseer word (Möller, s.a.:257).

In die Bybel kom die woord vlees voor wat in Grieks met *sarx* en in Hebreeus met *basar* aangedui word (Nee, 1977:69, Louw & Nida, 1988:93-103). Volgens Louw en Nida (1988:94) word *sarx* soms gebruik om te onderskei tussen die mens se materiële liggaam en sy niemateriële liggaam. Die woord *sarx* het verskillende betekenisse, onder andere: mense of persone (Hand 2:27; Gal. 1:16), uiterlike voorkoms (Gal 6:12), die liggaam (1 Kor 7:28), sondige natuurlike begeertes (Gal 5:17), sondige en onwedergebore staat (Rom 7:5), genetiese verwantskap (Rom. 4:1), nietigheid en verganklikheid (Jes 40:6; Ps 78:39), wese (Gen 6:17). In hierdie verband word die woord "vlees" gebruik waar dit die menslike liggaam aandui (Möller, s.a.:257).

Die liggaam word beheer deur fisiese wette en is die enigste deel wat uit stof gemaak is en die enigste deel wat na stof sal terugkeer (Gen 2:7, 3:19; Ps 104:29; Pred 3:19-21, 12:7). Volgens Genesis 1:31 was die materiële liggaam geskep en God het dit as goed beskou. Die liggaam is belangrik vir God, want in 1 Kor 6:19-20 word gesê dat die liggaam 'n tempel van die Heilige Gees is wat in die mens woon, en daarom moet die mens sy liggaam versorg. Hy behoort nie aan homself nie, is duur gekoop en moet God in sy liggaam verheerlik. Hy word ook gewaarsku om die liggaam in geen opsig te skend of te beskadig nie (1 Kor 3:16, 17). Die liggaam moet ook toegewy word aan God (Rom 12:1) en dit moet aan Hom diensbaar gestel word. Geen deel van die liggaam mag in diens van die sonde gestel word om as 'n werktuig te gebruik om goddeloosheid te bedryf nie (Rom 6:12,13). Volgens die dade wat in die liggaam gepleeg word, sal elkeen ontvang volgens wat hy tydens sy aardse lewe gedoen het, of dit nou goed of kwaad was (2 Kor 5:10).

Die liggaam moet ook gedissiplineer word om korrek te eet en te oefen, sodat dit meer bruikbaar in God se diens kan wees, aldus Towns (2006:214). Hy voeg by: "... man's spiritual nature grows in harmony with physical well-being. God created man as a well-balanced unity. Those who harm their body sear their personality. What we are physically is not only a result of creation and fall of man, but what we build upon the foundation that is given to us" (Towns, 2006:216).

Heyns (1978:121) verklaar dat die liggaam beslis nie die minderwaardige deel van die mens is nie, en dat menswees lewendwees-in-liggaamlikheid is. Jesus (Matt 10:28), Jakobus (2:26, 1953-vertaling) en Paulus (2 Kor 12:2,3) dui aan dat daar 'n verskil is tussen die siel en die liggaam, maar in punt 3.3.1.2 is genoem dat daar outeurs is wat glo dat die terme siel en gees

afwisselend in die Bybel gebruik word (vergelyk in die 1953 vertaling van die Bybel, Gen 41:8 met Ps 42:6 en Heb 12: 23 met Op 6:9).

### 3.4.2 Siel

Die Hebreeuse woord vir siel is *nephesh* en kom 754 keer in die Ou Testament voor. Dit word 472 keer met siel vertaal en 282 keer word dit met 44 verskillende woorde en frases vertaal (Dake, 2007:90). Die siel is onder andere die setel van emosies, behoeftes, begeertes, gevoelens, wil, intellek, aptyt, liefde, verlange, vreugde (sien Reinecke, 2003:8) (Deut 6:5, 11:13, 13:3, 14:26; Matt 26:38; Joh 12:27; Heb 10:38, alle aanhalings uit die 1953-vertaling) en word meer as 250 keer in die verband gebruik (Dake, 2007:91).

Volgens Heyns (1978:122) word *nephesh* vir mense (Gen 2:7), diere (Gen 1:30) en selfs vir God (Lev 26:11,30) gebruik. König (2006:315) brei hierdie lys uit en voeg keel (Jes 5:14; Jer 4:10), maag (Jes 29:8), nek (Ps 105:18) en begeerte (Spr 16:26) by. Hy noem slegs 'n paar en beklemtoon daarmee dat die Hebreeuse woord vir siel in baie verskillende betekenisse gebruik kan word (sien Louw & Nida, 1988:145; Pfeiffer *et al.*, 2000:1616; Reinecke, 2003:8-9).

Die Griekse woord vir siel is *psuche* en volgens Dake (2007:91) is dit die enigste woord in die Nuwe Testament wat met siel vertaal word. Die volgende is voorbeelde van hoe die woord in die Nuwe Testament gebruik word:

- Dit word gebruik vir diere (Op 8:9, 16:3).
- Dit word gebruik vir die mens as individu (Hand 2:41, 43, 3:23, 7:14, 27:37).
- Dit word gebruik vir "lewe" (Matt 2:20, 6:25, 16:25) en "siel" (Matt 10:28, 16:26; Mk 8:36-37; 1 Tess 5:23; Heb 4:12, 10:9).
- Dit word gebruik vir gevoelens, emosies, begeertes, eetlus, passie van die mens soos liefde (Matt 22:36-37), aanbidding (Luk 1:46), hartseer (Luk 2:35), probleme (Joh 12:27), boosheid (Rom 2:9), vrees (Hand 3:23), hoop (Heb 6:19) en nog vele meer wat aandui dat die siel die setel van gevoel is (Dake, 2007:91, sien ook Möller, s.a.:260-261).

Die siel is saam met die gees, deel van die niemateriële aspek van die mens. In Genesis 2:7 (1953-vertaling) word verklaar: "En die Here God het die mens geformeer uit die stof van die aarde en in sy neus die asem van die lewe geblaas. So het dan die mens 'n lewende siel geword". God het die gees van lewe in 'n dooie liggaam ingeblaas en die mens het 'n lewende siel geword en daarom word gesê dat wanneer die mens nie meer asemhaal nie, hy dood is (Gen 35:18; Jer 15:9; Job 11:20; 1 Kor 17:2) (Heyns, 1978:122-123; Towns, 2006:215). Nee (1977:142) toon ook aan dat die siel van die mens van hom 'n lewende wese maak en skryf:

"... this inward soulical power finds expression through the outward physical activity. The outer activity is but the effect of the inner power. What therefore lies unseen behind the activity is the substance of life. All we naturally 'are' is included in that life. This is our soul life". Die siel is dus die intelligente aspek wat funksioneer deur die liggaam en lewe gee aan die liggaam op 'n fisiese manier deur die liggaam aan te wend vir kommunikasie, uitdrukking, ontdekking, denke, gevoel, wil, drange en soortgelyke aktiwiteite. Hierdie aktiwiteite gee uitdrukking aan die mens se persoonlikheid en maak hom uniek (sien Möller, s.a.:260; Benner & Hill, 1999:1147; Joubert, 2005:45-46).

### 3.4.3 Gees

Net soos daar van 'n mens se liggaam of siel gepraat word, word daar ook van die mens se gees gepraat (Rom 8:16; 1 Kor 2;11; 1 Tim 4:22). Die mens is na God se beeld geskape. God is gees (Joh 4:24) en daarom kan aanvaar word dat die mens ook hierdie eienskap besit (Gen 2:7). Die mens se gees kan nie soos die liggaam of die psigiese prosesse bestudeer of geken word nie. Hy is nie slegs 'n waarneembare en bestudeerbare psigosomatiese verskynsel nie. Hy is na die gees 'n wese uit God en vir God. Hy is in sy kern 'n geestelike realiteit (Möller, s.a.:261-262, 266).

Die Hebreeuse woord vir gees is *ruag* en kom 389 keer in die Ou Testament voor. Dit word 237 keer met gees en 152 keer met verskillende woorde en frases vertaal (Dake, 2007:91). Die grondbetekenis van die woord gees kan volgens Louw en Nida (1988:142) woorde insluit soos: wind, siel, asem en skadu. Die woord kan verskillende betekenisse hê, soos asem of lewe (Jes 42:5; Jer 10:14; Eseg 37:6,14), krag (Rig 3:10, 13:25, 14:6; 1 Sam 10:6), gemoed (1 Kon 10:5, 21:5; Spr 14:29), wilskrag, wil of voorneme (Esra 1:5), engele (Ps 104:4; Lev 19:31, 20:6; Sag 6:5), mense, siele of lewende wesens (Jes 42:5; Ps 104:25,29), spook (Luk 24:37,39) en God as onsigbaar (Ps 143:10; Jes 30:1) (Möller, s.a.:261-262; Pfeiffer *et al.,* 2000:1618; König, 2006:315-316; Dake, 2007:91-92).

Die gees van die mens kan ook emosies voorstel soos jaloesie (Num 5:14; Hos 4:12), bitterheid (Jes 54:6), ongeduld (Miga 2:7), motivering (Esra 1:1,5) en verwonding (Spr 18:14) (Joubert, 2005:49; Dake, 2007:91-92). Soos reeds gesien, dui outeurs aan dat "gees" en "siel" in die Bybel as wisselvorme gebruik kan word (Möller, s.a.:261) en daarom verskil die outeurs ook oor watter eienskappe toegedig word aan elk van hulle. Emosies, intellek en wil word soms as die setel van die gees en dan weer as die setel van die siel aangedui (Nee, 1977:26, in volume 1, Pfeiffer *et al.,* 2000:1618; Anderson, 2003:64,82; Dake, 2007:91). Nee (1977:31-35, in volume 1) beweer dat die mens se gees uit drie dele bestaan of drie funksies het, naamlik die funksie van gewete, aanvoeling en gemeenskap. Hy gaan voort deur te sê: "God

dwells in the spirit, self dwells in the soul, while senses dwell in the body" (Nee, 1977:26, in volume 1).

Die Griekse woord vir gees in die Nuwe Testament is *pneuma* en volgens Dake (2007:92) en Louw en Nida (1988:142-143) stem dit ooreen met *ruag* en kan wind of gees beteken. Dit kom 358 keer in die Griekse teks voor. Die volgende is voorbeelde van hoe die woord in die Nuwe Testament gebruik word:

- Dit word gebruik vir God, wat Gees is (Joh 4:24), Jesus Christus (1 Kor 6:7, 15:45) en die Heilige Gees (Matt 1:18, 3:11).
- Dit word gebruik vir die nuwe natuur van die mens as God se kind (1 Kor 6:17).
- Dit word gebruik vir engele en ander geestelike wesens (Heb 1:1; Pet 3:19; Mark 1:27; Luk 10:20; 1 Kor 12:10; 1 Joh 4:16; Heb 1:14; 1 Tim 4:1).
- Dit word gebruik vir die opgestane liggaam (1 Kor 15:45) (Dake, 2007:92, sien ook Möller, s.a.:262-263).

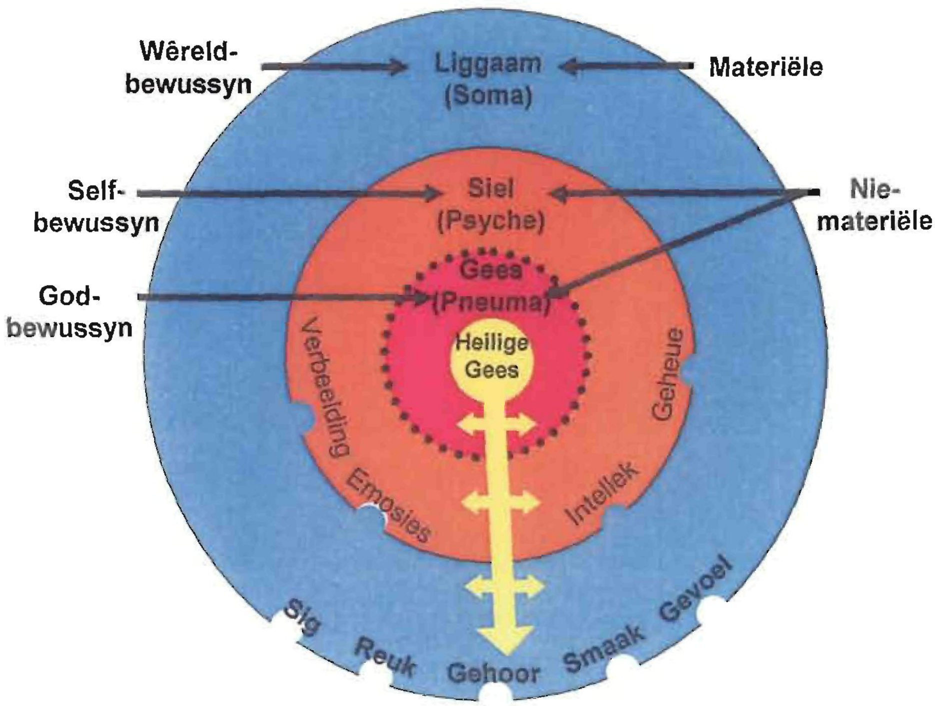
Die deel van die mens wat die dood oorleef, word in die Bybel met "gees" aangedui (Hand 7:59). In Jakobus 2:28 word dit soos volg gestel: " 'n Liggaam wat nie asemhaal nie, is dood ..." en in die 1953-vertaling lees dit soos volg: "Want soos die liggaam sonder gees dood is, so is ook die geloof sonder die werke dood".

Wanneer 'n welheidsbediening aangebied word, is dit ook noodsaaklik om kennis te neem van die verskil tussen die rol van die mens se gees in vergelyking met die invloed wat God se Gees of die Heilige Gees het op 'n mens se wêreld- en lewensbeskouing. Pfeiffer *et al.* (2000:1618, sien ook Möller, s.a.:264-265) skryf die volgende:

> Through the new birth man's spirit is made alive to God and sensitive to the inner voice of the Holy Spirit (Rom 8:16). As the spirit is constantly being renewed it is able to govern the attitudes of the mind (Eph 4:23). One's spirit enables him to think along spiritual lines because it is in turn controlled by the Spirit of Christ who imparts the mind and attitude of Christ to the believer (I Cor 2:16). Thus the regenerated human spirit when humbly submitted to Christ is capable of meekness and gentleness toward others (I Cor 4:21; Gal 6:1). Such a disposition is characterized as a "meek and quiet spirit" (I Pet 3:4).

Wanneer die gees van die mens deur God se Gees lewend gemaak word, is die mens in die regte verhouding tot God soos Hy dit bedoel het. Galasiërs 5:22 en Efesiërs 5:9 kom ook nou ter sprake waar die mens die vrug van die gees in sy lewe begin demonstreer en gaandeweg

meer en meer aan Sy beeld gelykvormig word (Rom 8:29; 2 Kor 12:18; Gal 5:16,25) (Möller, s.a.:271-272, sien ook Benner & Hill, 1999: 149). Sien Figuur 19 wat aandui hoe die Gees van God inpas in die menslike samestelling.




**Figuur 19: Voorstelling deur die navorser van die Heilige Gees in die samestelling van die trigotomiese mensbeskouing**

### 3.4.4 Afsluiting

Daar kan nog baie meer oor die onderwerp uitgebrei word, maar vir eers sal daar volstaan moet word met wat reeds bespreek is. Ter afsluiting kan soos volg saamgevat word:

- Die mens is 'n komplekse wese.
- Daar bestaan geen eenstemmigheid oor die komponente waaruit die mens bestaan of nie bestaan nie.
- Die liggaam (materiële komponent) is die deel wat fisies funksioneer, die gees van die mens (niemateriële komponent) is die deel wat weet (1 Kor 2:11) en wat God-bewus is, die siel (niemateriële) is die deel wat voel. Saam vorm dit 'n geheel en werk saam as 'n eenheid.
- Dit is baie moeilik om tussen die dele te onderskei, want dit funksioneer nie afsonderlik nie, is afhanklik van mekaar en het 'n invloed op mekaar. Een komponent is nie belangriker as die ander een nie.
- Die Bybelse mensbeeld is van deurslaggewende belang vir 'n welheidsbediening, want alle aspekte van menswees moet van kennis gedra word wanneer oor totale welheid gepraat word.

Vervolgens gaan daar aandag geskenk word aan dimensies van welheid, soos aangedui deur Corbin *et al.* (2000:5) (sien ook 2.8.1) vanuit 'n Bybelse perspektief.

## 3.5 DIMENSIES VAN WELHEID VANUIT 'N BYBELSE PERSPEKTIEF

Rubin en Remedios (2005:xxx) verwys na die dimensies van welheid soos volg: "... the Author and Perfector of our lives gave us the Bible, which is His manufacturer's manual for our bodies' physical, spiritual, mental (social) and emotional well-being". Die Bybel het beslis baie te sê oor gesondheid en welheid. God self het heelwat gesondheidswette aan Moses gegee en daarom word Moses genoem "the father of modern infection control" (McMillen & Stern, 2000:11). God beklemtoon die belangrikheid van die uitvoering van sy opdragte wanneer Hy self vir Josua sê: "Hierdie wetboek moet die rigsnoer wees vir alles wat jy sê. Oordink dit dag en nag en sorg dat jy alles uitvoer wat daarin geskryf staan. Dan sal jy slaag in wat jy moet doen, jy sal voorspoedig wees" (Jos 1:8).

### 3.5.1 Emosionele dimensie

Emosies kom algemeen in die Bybel voor. Dit ontstaan in die denke en dit kan onaangenaam of aangenaam wees. Dit motiveer ook die mens se gedrag en het fisiese manifestasies (Anderson *et al.,* 2000:104; Malkmus, 2002:72; Anderson, 2003:83-86; van Jaarsveld, 2003:48; Venter, 2005:2). Volgens Harrison, *et al.* (2000:181, sien ook Venter, 2005:18-20) het verskillende emosies verskillende uitwerkings op organe. Hy sê voorts: "Emotions may interfere with normal processes of body and mind, may cause physical or mental ailments or even death ... They make an individual attractive or repulsive, reasonable or irrational, saintly or ignoble". Emosies speel daarom 'n belangrike rol in die mens se godsdienstige lewe en dit is dus noodsaaklik dat die mens se emosies so gesond as moontlik moet wees. Hy kan nie wegvlug van sy emosies nie en moet dit verstaan en hanteer. Die bestuur en gesondheid van emosies is dus belangrik vir die mens se geestelike welheid (Eckman, s.a.:3,9).

Bogenoemde waarnemings van emosies wat die liggaam beïnvloed, wat deur moderne studies in psigosomatiese toestande gedoen is, verifieer net die akkuraatheid van die Bybelse standpunt hieroor. "The Old Testament was consciously linking emotional states and bodily changes for many centuries before modern scientific studies documented the same phenomena" (Elwell, 1996: Electronic database, sien ook Malkmus, 2002:11). So byvoorbeeld kom die volgende uitsprake in die verband in die Bybel voor: " 'n Kalm gemoed hou die liggaam gesond; hartstog vreet 'n mens op" (Spr 14:30). "Blydskap laat 'n mens se gesig straal; smart maak 'n mens terneergedruk" (Spr 15:13). "'n Vrolike mens is 'n gesonde mens, 'n neerslagtige

mens raak uitgeput" (Spr 17:22). "Dit gaan altyd sleg met n bedrukte mens; die blymoedige mens se hele lewe is n fees" (Spr 15:15). "Toe ek oor my sonde geswyg het, het my liggaam uitgeteer soos ek heeldag om hulp geroep het" (Ps 32:3).

Jesus Christus behoort as rolmodel (Ef 5:1) geneem te word as dit kom by emosies. Hy het elke emosie ervaar sonder om te sondig. Hy het die Skrif geken en toegepas in elke aspek van sy lewe (Meyer, 1997:25; Josephson, 1998:40). Lewis (2001:22) maak die volgende opmerking hieroor: "Jesus was balanced emotionally. He was able to express His emotions, whether anger at the money changers sadness at death of Lazarus or joy at the wedding feast at Cana. He always expressed His feelings appropriately. He was in control of His emotions, not controlled by them". Hy het ook riglyne aan die mens verskaf hoe om negatiewe emosies te beheer en om positiewe emosies te fasiliteer. Hy het liefde as die kragtigste positiewe emosie onderstreep, terwyl woede as die mees negatiewe emosie aangedui is (Benner & Hill, 1999:395).

Om die gevolge van woede te illustreer kan na Kain, wat uit woede sy broer vermoor het, verwys word (Gen 4:6-7). Sy emosies het die oorhand gekry en hy het in die strik van sy emosies beland. Sterk negatiewe emosies laat geen ruimte vir redelike oorwegings nie. Dit laat 'n mens verkeerde besluite neem. So het Kain die prooi geword van die sonde waarteen die Here hom gewaarsku het. In 1 Konings 2:1-25 word vertel van Salomo wat sy broer vermoor het. As die verhouding tussen God en mens skeef loop, kom die mens-tot-mens-verhouding ook in die gedrang. Emosies soos woede by Kain, en vrees of onsekerheid by Salomo, voer die botoon. Eiebelang verdring God volledig (Vosloo & Janse van Rensburg, 1999:367).

Die Bybel identifiseer emosionele eienskappe wat in die mens se lewe teenwoordig behoort te wees en wat nie daar hoort nie. Die volgende tabel (Tabel 4) dui 'n lys van positiewe en negatiewe emosies aan met die moontlike negatiewe uiteinde indien 'n lewenswyse van voortdurende negatiewe emosies gevolg word.

**Tabel 4: Positiewe en negatiewe emosies** (Kroon, 1995:20-21). Die tabel is aangepas deur die outeur om by die onderwerp aan te pas.

| **Nuwe mens (Ef 4:25-32, Kol 3:10) Nuwe selfspraak** | | **Ou mens (Kol 3:9, Ef 4:22-23) Ou spontane selfspraak (gevoelens)** | | |
|---|---|---|---|---|
| Positiewe emosies | Skrif | Negatiewe emosies | Sondige gewoontes | Sondige kontrole |
| Liefde, vergifnis en aanvaarding.<br>1 Kor 13<br>1 Tess 3:12 | 1 Pet 3:9<br>Ef 4: 29-32<br>1 Joh 3:18 | Onvergewings-gesindheid.<br>Gekrenktheid<br>Bitterheid<br>Jaloesie;<br>Kleinserigheid<br>Verwerping | Haat<br>Woede | Moord |
| Blydskap<br>Fil 4:4<br>Bevestiging | Fil 4: 6-9<br>2 Tim 1:7<br>2 Pet 1:13<br>2 Kor 4:8,9 | Depressie<br>Selfbejammering<br>Wanhoop<br>Kla<br>Moedeloosheid<br>Ontnugtering | Hopeloosheid | Selfmoord |
| Vrede<br>Joh 14:27 | Ps 139: 18,19<br>Matt 6: 24:34<br>Fil 4: 6,7<br>1 Pet 5: 6,7 | Senuwees<br>Spanning<br>Bekommernis<br>Verwarring<br>Ergerlikheid<br>Rusteloosheid | Vrees | Senuwee-ineenstorting |
| Geduld | Gal 6: 9<br>Jak 1: 3,4<br>Rom 5: 3,4<br>Job 5:2 | Ongeduld<br>Selfsugtigheid<br>Disharmonie<br>Stryery<br>Ergernis<br>Humeurigheid | Woede | Geweld |
| Vriendelikheid (Gentle kindness)<br>Kol 3: 12, 13 | Titus 3:3<br>Jak 3: 14-16<br>Spr 6:34<br>Spr 11:29 | Argumentasie<br>Woede<br>Ruheid<br>Wreedheid<br>Geen konsiderasie<br>Jaloesie | Onredelikheid | Kranksinnigheid |
| Goedheid (Moraliteit) | 1 Kor 6:13<br>1 Tess 4: 4.6<br>Kol 3: 5<br>Ef 5:3, 5. 6. | Vuil gedagtes<br>Lelike verbeeldings-vlugte<br>Pornografie<br>Flirteer<br>Verleiding | Immoraliteit | Perversiteit |
| Vertroue<br>Ps 46: 1-3 | Jak 1: 6-8, 17<br>Matt 6:24-34<br>Rom 14:23<br>1 Pet 5:6.7 | Twyfel<br>Weifeling<br>Bekommernis<br>Angs<br>Besluiteloosheid<br>Negatiewe geloof<br>Afvalligheid<br>Kla | Agnostikus (Ateïs) | Geweteloos |
| Nederigheid (Meekness) | Spr 8:13<br>Spr 16:18 | Trots<br>Selfsug | Oorheersing | Towenary |

| | | | | |
|---|---|---|---|---|
| | Spr 11:2<br>1 Kor 10:12 | Egoïsties<br>Selfverhoging<br>Twis<br>Tweedrag<br>Onleerbare gees | | |
| Selfbeheer-sing<br>2 Tim 1:7<br>Ordelikheid | Spr 20:1<br>Hos 4:11<br>Spr 10:18<br>1 Pet 4:4 | Skinder<br>Laster<br>Obsessie<br>Vraatsugtigheid<br>Hebsug<br>Dronkenskap<br>Dwelmverslawing<br>Manies depressief<br>Hipnose | Emosionele onewewigtig-heid | Manies<br>Onbeheersd |
| Vrug van die Heilige Gees | | Vrug van die vlees (gevoelens) | | |

Verdere skrifverwysings: Ef 6:11-12; 1 Kor 6:19-20; 2 Kor 10:3-5; Gal 5:22-23; Fil 4:8-9; 1 Pet 5:8-9; 1 Joh 1:7-8; Kol 3:1,2,10,12-17; Ef 4:22-24, 30-32.

Uit die tabel blyk dit dat negatiewe emosies beslis die welheid van die mens belemmer, terwyl 'n lewenswyse volgens Bybelse positiewe emosionele beginsels Christene in staat sal stel om op 'n emosionele vlak met mekaar en hul naaste 'n positiewe verhouding te kan hê. Dit sal kommunikasie kan bevorder en moontlike konflik uitskakel. Hulle sal nie net sensitief teenoor ander mense se emosies staan nie, maar sal ook hul eie emosies kan ken en bestuur. Christene sal hul emosies met logika, hul rede en die werklikheid kan harmoniseer. Dit alles sal bydra tot die welheid van die gelowige. Vervolgens word 'n paar aanbevelings van outeurs genoem ten opsigte van emosionele welheid en hoe die mens dit kan verkry.

Möller (s.a.:458) beveel aan dat die mens heiliger moet lewe vir optimale emosionele welheid. Hy stel dit soos volg:

> Hoe heiliger 'n mens word, hoe meer opreg is hy wat betref sy denke, emosies, begeertes, aspirasies, godsdiens, ja in sy hele gedrag. Hoe heiliger 'n mens leef, des te gesonder is jy na jou innerlike en uiterlike mens. Dit help jou om bevry te raak van allerlei komplekse. Dit skakel innerlike konflik, haatdraendheid, selfveragting en al dergelike vorms van wangedrag uit.

Erickson (2005:185) stem saam met Möller en voeg by dat die mens nie emosionele welheid kan ervaar sonder om aan sy verhouding met God te werk nie. Volgens Bruno (2000:xviii) kan ware emosionele welheid net ervaar word as geestelike welheid teenwoordig is en daarom behoort die mens se emosies altyd gerig te word op die Skrif.

### 3.5.2 Fisieke dimensie

Die Bybel is uitgesproke oor die belangrikheid van die mens se liggaam vir God: "As iemand die tempel van God skend, sal God hom skend; want die tempel van God is heilig, en dit is julle" (1 Kor 3:17), "Of julle dan eet of drink of enigiets doen, doen alles tot verheerliking van God" (1 Kor 10:31), die liggaam is 'n tempel van God waarin die Heilige Gees woon (1 Kor 6:19), Johannes spreek ook die hoop uit dat Gaius gesond is en dat dit in alle opsigte so goed gaan met hom as wat dit geestelik met hom gaan (3 Joh1:2).

Liggaamlike gesondheid is uiters belangrik vir God en daarom het die mens heelwat opdragte ontvang ten opsigte van die versorging van sy liggaam. Die Bybel gee onder andere riglyne oor dieet, rus, persoonlike higiëne, slaap, vas, oefening en ontspanning (Josephson,1998:19,125-205; Malkmus, 2002:37-79; Rubin & Remedios, 2005:1-133). In 1 Korintiërs 9:27 verklaar Paulus self dat hy sy liggaam oefen en onder beheer bring, sodat hy nie ander tot die stryd oproep en self nie kwalifiseer nie (Towns, 2006:213-214). Die mens moet daarom gebalanseerd omsien na elke aspek van die versorging van sy liggaam. Indien een aspek afgeskeep word sal optimale fisieke welheid nie bereik kan word nie. In die opsig verklaar Towns (2006:213) dat: "... man's spiritual nature grows in harmony with physical well-being. God created man as a well-balanced unity. Those who harm their body sear their personality". In 1 Timoteus 5:23 noem Paulus ook dat die Christenleier aangemoedig moet word om na sy liggaam en gesondheid om te sien. 'n Fikse en gesonde Christenleier kan baie meer diensbaar wees in die gemeente as iemand wat sy gesondheid verwaarloos. 'n Gesonde liggaam sal ook weer 'n rol speel by 'n gesonde en positiewe verstand, aldus Malkmus (2002:71).

Die liggaam is in die eerste plek daar om fisiek uitvoering te gee aan dit wat God van die mens verwag, en nie om sondige en selfsugtige begeertes na te jaag nie. As voorrang wel gegee word aan verkeerde begeertes wat in die mens se gedagtes opkom, gebruik hy sy liggaam verkeerd en onteer dit (Rom 1:24). Hierdie vergryp aan die eie liggaam (1 Kor 6:18) kan veral in obsessiewe seksuele gedrag na vore tree, maar word ook in allerhande ander vorms van verslawing sigbaar. Hieronder tel ook nikotien-, dwelm-, alkohol-, eet-, dieet- en werksverslawing. Dit is onvermydelik dat hierdie soort gedrag op die lang duur die gesondheid van die liggaam nadelig beïnvloed (Vergeer, 1999:1459).

God wil hê dat die mens moet streef na totale welheid. Hy verwag dat die mens die wette vir 'n fisies gesonde lewe net so belangrik moet ag as Sy opdragte vir die ewige lewe. Jesus Christus sou ook nie soveel tyd aan genesings spandeer het, indien gesondheid nie belangrik was nie. Die mens veroorsaak baie onnodige siektes en lyding vir homself deur nie aan God

se wette gehoor te gee nie (sien Josephson, 1998:32-44; Malkmus, 2002:88). Die Bybel self verklaar ook in die verband: "... Julle moet goed luister na wat Ek, die Here julle God, sê! Julle moet doen wat reg is in my oë, gehoor gee aan my gebooie en alles doen wat Ek vir julle voorskryf. Dan sal Ek geeneen van die siektes waarmee Ek Egipte getref het, oor julle bring nie, want dit is Ek, die Here, wat julle gesond hou" (Eks 15:26). Larimore en Mullins (2003:166) stel dit meer konkreet: "Persons with high religious involvement are less likely to abuse alcohol and drugs; experience less hypertension, heart disease, stroke, cancer, and disability; and live longer. Better physical health invariably translates into a higher level of well-being ...".

Uys (2004:1) ondersteun ook bogenoemde standpunte en huldig die volgende mening oor die rol wat die kerk kan speel ten opsigte van fisieke welheid:

> Ek is persoonlik daarvan oortuig dat geen siekte of kwaal of toestand op hierdie aarde van ons, toegelaat word om te bestaan, sonder dat die Here 'n effektiewe teenmiddel en/ of geneesmiddel in die vorm van plante, vrugte of groente daarvoor aan ons as aardbewoners gegee het, ons weet net nie van hulle nie ... Ons skrywe gereeld in ons begrafnisbriewe: 'Die Here het gegee, en die Here het geneem', maar eintlik het Hy gegee en ons het geneem. Meeste mense vermoor hulself met 'n vurk en grawe hulle eie graf met hulle tande.

Wat in die gedeelte bespreek is, kan in die woorde van Malkmus (2002:117) soos volg saamgevat word: "There is only one way to deal with our physical bodies, 'God's Temple', and that is God's Way! His Ways! Are perfect! His ways lead to superior health and a happy long life!"

### 3.5.3 Intellektuele dimensie

Die term intellektueel word nie eksplisiet in die Bybel aangetref nie, maar die konsep kom beslis voor. Die intellektuele dimensie behels die intellek, verstand of denke. Net soos die liggaam moet dit konstant gevoed word. Indien dit nie gebeur nie, is dit moontlik dat die kognitiewe vlak nie maksimaal funksioneer en optimaal aangewend kan word nie. In Spreuke 3:7-8 word gesê dat die mens nie wys in sy eie oë moet wees nie, God moet dien, vermy wat sleg is en dan sal dit 'n geneesmiddel vir die mens wees en 'n verkwikking vir sy liggaam (sien Spr 9:10).

Soos reeds genoem in 2.8.1.3 is intellektuele welheid die persoon se vermoë om te kan leer en om die kennis toe te pas, sodat lewenskwaliteit verhoog en algehele funksionering moontlik is. So 'n persoon kom gewoonlik voor as ingelig eerder as onkundig (Corbin *et al.*, 2000:5). In

die Bybel, veral in Job, Psalms en Spreuke, word die mens aangemoedig om te leer, kennis lief te hê, God te dien, insig te verkry en verstandig op te tree (Job 8:10, 22:22, 33:33, 34:32; Ps 5:9, 16:1, 25:4, 27:1, 32:8; Spr 3:1,7-8,20,27, 4:4,23, 12:1). Dit word ook gekonstateer met die dwaas wat lering en kennis verwerp (Spr 14:3, 15:2, 5, 7, 14, 18:2, 6, 7, 24:7, 9, 28:26, 29:11).

Die volgende opmerkings oor kennis en dwaasheid in Spreuke is onder andere 'n algemene aanduiding van dit wat die outeur oor die onderwerp wil aantoon oor welheid: "Wie hom laat leer, wil graag kennis ontvang; wie hom nie laat teregwys nie, is 'n dom mens" (Spr 12:1). "Wyse mense versprei kennis met wat hulle sê; dwase het verdraaide opvattings" (Spr 15:7). "'n Verstandige mens is op soek na kennis; 'n dwaas voed homself met dwaasheid" (Spr 15:14), "My seun, wat ek jou leer moet jy nie vergeet nie, hou vas aan wat ek jou voorskryf" (Spr 3:1).

Intellektuele welheid behels ook dat die mens gesonde denkprosesse moet openbaar. In Romeine 12:2 word die opdrag aan die mens gegee om hom deur God te laat verander deur sy denke te vernuwe. Dan sal hy ook kan onderskei wat die wil van God is, wat vir Hom goed en aanneemlik en volmaak is.

Verdere opmerkings oor intellektuele welheid wat ook in die Bybel voorkom, is soos volg: In Psalm 1:2 en Filippense 4:8 word aanbeveel dat die mens moet mediteer oor die wet van die Here, jou gedagtes daarop rig en dit bedink (sien Ps 119:55,148; Jos 1:8; Ps 16:7) deur dit dag en nag te oordink. Kennis van die wet is belangrik en God onderrig die mens met die kennis wat Hy vir hom gee. Die mens moet probeer om die kennis te ontleed, verstaan en toe te pas sodat mense daarby baat kan vind. Die Psalmdigter sê ook dat dit lewensblyheid aan die mens gee, dat hy waarlik gelukkig sal wees en dat dit met hom goed sal gaan (van Zyl, 1997; da Silva *et al.*, 1999:607). In Deuteronomium 11:19-20 word weereens aanbeveel dat die inskerping van kennis op 'n gereelde basis moet plaasvind: "Leer dit vir jou kinders deur met hulle daaroor te praat as jy in jou huis is en as jy op pad is, as jy gaan slaap en as jy opstaan. Skryf dit op jou deurkosyne en op jou stadspoorte" (sien Deut 4:9). Paulus beveel ook aan dat dit wat hulle van hom geleer, ontvang, gesien en gehoor het, moet hulle doen en dan sal God, wat vrede gee, by hulle wees (Fil 4:9). In Kolossense 3:10 word die mens weereens aanbeveel om tot volle kennis van God te kom sodat hy al hoe meer vernuwe kan word na die beeld van sy Skepper. Om hierdie kennis te bekom, beteken dat die mens 'n lewenslange student in die Woord van God moet wees. As hy sy ore gereeld vir wysheid oop hou, vra na gesonde begrip en na kennis soek, sal die mens weet hoe om God te dien en oordeelkundigheid sal oor hom wag hou en verstandigheid sal hom bewaak (Spr 2:2-12).

### 3.5.4 Sosiale dimensie

Die Bybel is 'n boek wat handel oor verhoudings en die interaksie wat daarin plaasvind. Die Bybel gee riglyne oor die mens se verhouding met God en oor verhoudinge tussen man en vrou, ouers en kinders, kinders onderling, teenoor medegelowiges, sondaars en baie meer. Mense het baie keer hulp en kennis nodig hoe om hul verhoudings op Bybelse riglyne te skoei.

Die Skrif dui aan dat sosiale verhoudings 'n belangrike rol speel ten opsigte van die mens se welheid. In 2.8.1.4 is die sekulêre uiteensetting gegee van sosiale welheid, wat nou aansluit by die lering wat in die Skrif voorkom. Wetenskaplike studies het ook aangetoon dat die sterftesyfer van persone wat min sosiale ondersteuning het en nie op hul godsdiens staatmaak nie, twaalf maal hoër is as persone met 'n sterk sosiale ondersteuningsnetwerk en wat sterk steun op hul godsdiens (Oxman *et al.,* 1995:8-10).

Die definisie van sosiale welheid, wat alreeds in Tabel 2 (sien 2.8.2) aangedui is, sal hier as uitgangspunt dien vir die bespreking: "Social wellness is a person's ability to successfully interact with others and to establish meaningful relationships that enhance the quality of life for all people involved in the interaction (including self). A person with social wellness is generally characterized as involved as opposed to lonely" (Corbin *et al.,* 2000:5).

Menswees beteken om iemand te wees wat in 'n bepaalde verhouding van interafhanklikheid en interverantwoordelikheid lewe. Volgens die Skrif kom die mens eers in sy verhoudinge tot sy eie identiteit en bereik hy sy bestemming as mens. Hy is nie in homself opgeslote, selfgenoegsaam, selfonderhoudend en 'n geïsoleerde wese nie (Heyns, 1978:127). In die lig hiervan moet teen dwalinge gewaarsku word: allereers om onverskillig by die medemens verby te lewe asof hierdie verhouding tot mekaar nie in Gods beskikking en opdrag rus nie, maar aan die vrywillige keuse uitgelewer is. Die medemens is nie daar om misbruik te word nie (Heyns, 1978:131). Sosiale welheid is juis om gelykvormig te word aan die beeld van God tot voordeel van die medemens.

Volgens Heyns (1978:127) kan ses verhoudinge onderskei word waarin die mens staan: tot God, tot sy medemens, tot homself, tot die natuur, tot die kultuur en tot die strukture. Verhoudings is 'n deurlopende onderwerp in die Bybel en sal dus nie uitgeput kan word nie. Vervolgens word daar slegs na 'n paar gedeeltes in die Bybel verwys wat bogenoemde verhoudings uitbeeld, sosiale verhoudings aanmoedig en die gevolge aandui indien dit sou ontbreek.

Menslike verhoudings is krities as dit kom by alleenheid, welheid en heelheid. Gesien teen die agtergrond van die skepping van die mens waar God aandui (Gen 2:18) dat dit nie goed is dat die mens alleen is nie, kan alreeds gesien word dat God nie die mens geskep het om in isolasie van ander te funksioneer nie (Benner & Hill, 1999:698). In teenstelling hiermee waarsku die Spreukedigter teen die selfsugtige en dwase mens wat net vir homself lewe en alle oorlegpleginge verwerp (Spr 18:10). Die dwaas probeer weer sonder ander mense klaarkom en maak asof hy alles het en alles weet. Sy onbedwingbare emosies is soos 'n klip wat te swaar is om weg te rol. Dit is vir ander mense 'n steen des aanstoots en 'n ergernis waaroor hulle struikel (Spr 27:1-8).

Sosiale verhoudinge (sien Spr 18:19,22,24), veral tussen familie en vriende, was vir die spreukedigters 'n onderwerp van voortdurende ondersoek. Hulle het menslike verhoudings uitgebeeld aan die hand van die wyse en dwase mens. Die verskil tussen 'n dwaas en 'n wyse mens kom na vore in hulle verhouding met ander mense (Spr 12:18, 20, 25–26, 13:2, 5). Die dwaas vertroebel verhoudings met sy leuens. Die wyse mens bevorder interpersoonlike verhoudings met sy woorde (Venter, 1999:718).

Spreuke 27:9-10, wat verwys na die kosbare verhouding en toegeneentheid van 'n vriend, word deur Venter (1999:728) beskryf as 'n rots waarop jy stewig kan staan. Al maak sy woorde soms seer, is dit raad wat in liefde gegee is om jou reg te help. Dis iets wat by jou bly en jou lewe aangenaam maak. As dit 'n vriendskap is wat al vir jare duur, kan jy meer daarop staat maak as op die gedwonge hulp van 'n bloedbroer.

Daar moet ook 'n verband gelê word tussen die beeld van God en die gesinsverhoudinge waarin 'n mens staan. Die ware verhouding tussen ouer en kind moet spreek van die verhouding tussen God die Vader, en die mens as sy kind (Ef 6:1–4). Die ware verhouding tussen kinders onderling moet spreek van Jesus Christus se broederlike verhouding tot individuele gelowiges (Matt 12:47–50; Joh 20:7; Heb 2:11, 17). Die beeld van God geld ook as basis vir die regte verhouding tussen owerheid en onderdane (Möller, s.a.:245-Deel 1).

Van gelowiges word vereis om mekaar as broers of broeders lief te hê (1 Joh 2:10, 3:10,14; 4:20,21). In Johannes 15:12-13 word die opdrag gegee dat hulle mekaar moet liefhê soos Jesus Christus hulle liefhet en dat niemand groter liefde het as iemand wat sy lewe vir sy vriende aflê. In die liefdevolle verhouding staan die mens ook in 'n dienslewerende verhouding tot sy medemens. Hy word die opdrag gegee om die laste van 'n ander te dra en om iemand wat gesondig het in 'n gees van sagmoedigheid reg te help (Gal 6:1-2). Mense word vermaan om nie net elkeen aan sy eie belange te dink nie, maar ook aan dié van ander (Fil 2:4). Hulle

word aangesê om hul sondes eerlik teenoor mekaar te bely en om vir mekaar te bid, sodat hulle gesond kan word (Jak 5:16). Gelowiges moet vir mekaar sorg na elkeen se behoeftes soos aangedui in Handelinge 2:44,45. Hierdie versorging het nie alleen te doen met hulp ten opsigte van tydelike behoeftes nie, maar staan in verband met alle behoeftes hetsy geestelik, liggaamlik of sosiaal.

'n Verdere begrip wat verheldering verg, is die geestelike dimensie.

### 3.5.5 Geestelike dimensie

Die geestelike dimensie, in die sekulêre wêreld (sien 2.8.1.5), is nie noodwendig sinoniem met godsdienstigheid nie, maar tog is geestelikheid en godsdiens verwant aan mekaar. Vir die gelowige gaan die twee konsepte hand aan hand. Vanuit 'n Bybelse perspektief het geestelike welheid beslis te doen met die dien, verheerliking en aanbidding van die Drie-enige God. Pilch (1998:1) stel dit soos volg: "When a person makes sense out of life on the basis of spiritual values or religious beliefs, wellness can be a spirituality. More specifically, I believe that wellness spirituality is a way of life, based on an experience of God". Jesus Christus het self na hierdie ervaring verwys in Johannes 10:10: "... Ek het gekom sodat hulle die lewe kan hê, en dit in oorvloed". Paulus bevestig ook in Handelinge 17:23-28 dat die mens 'n geestelike wese is wat 'n verlange na God het. In punt 3.3.1.3. en 3.4.3 is die geestelike dimensie van die mens reeds bespreek. In die afdeling sal meer klem gelê word op die welheidsaspek van die geestelike dimensie.

Die geestelike dimensie van totale welheid verkry soms minder aandag as die ander dimensies, omdat dit nie so maklik omvat, geëvalueer of waargeneem kan word nie. Die dimensie word dan ook in die sekulêre wêreld beskou as gelykstaande met die ander dimensies. Vanuit 'n Bybelse perspektief kan die geestelike dimensie beskou word as die oorkoepelende dimensie wat die ander dimensies omvou, reguleer en balanseer. Die geestelike dimensie kan ondersteuning aan die gelowige in die ander dimensies aanbied (Halaas, 2004:7-8).

Die individu wat daarop ingestel is om geestelike welheid doelbewus na te streef en tegelykertyd dit as 'n Bybelse leefwyse te vergestalt, sal ook die volgende eienskappe openbaar: 'n Geestelike lewe vir die gelowige is om ontsag vir God te hê, te doen wat God verwag (Joh 9:31) en om in 'n verhouding met Hom te leef. In die verhouding beloof God om die mens nooit te verlaat nie (Matt 28:20). Geestelike welheid is dus om in afhanklikheid van Hom te leef. In Johannes 8:31-32 word dit soos volg verduidelik as Jesus vir die Jode, wat in Hom glo, sê: "As julle aan my woorde getrou bly, is julle waarlik my dissipels; en julle sal die

waarheid ken, en die waarheid sal julle vry maak".

Die gees van die mens word lewend gemaak deur God se Gees (Rom 8:9) en sodoende word die vrug van die Gees meer en meer sigbaar in die mens se lewe. Hierdie vrug van die Gees wat in Galasiërs 5:22-23 en Efesiërs 5:9 aangedui word, is onder andere liefde, vreugde, vrede, geduld, vriendelikheid, goedhartigheid, getrouheid, nederigheid en selfbeheersing (sien ook Rom 8:5-6). Die mens word gaandeweg meer gelykvormig aan die beeld van God (Rom 8:29; 2 Kor 12:18; Gal 5:16,25) wat dan sodoende geestelike welheid demonstreer. As waarskuwing aan die mens, word die teenoorgestelde van geestelike welheid ook voorgehou. Hierdie praktyke van die sondige natuur is algemeen bekend as onsedelikheid, onreinheid, losbandigheid, afgodsdiens, towery, vyandskap, haat, naywer, woede, rusies, verdeeldheid, skeuring, afguns, dronkenskap, uitspattigheid en al dergelike dinge (Gal 5:19-21). Romeine 8:7 dui aan dat die dinge waarmee die sondige natuur van die mens hom besig hou, vyandskap teen God is en daarom geestelike onwelheid demonstreer.

Om geestelik wel te wees, word die mens 'n opdrag in die Bybel gegee: "... en leef nou die lewe van die nuwe mens, wat al hoe meer vernuwe word na die beeld van sy Skepper en tot die volle kennis van God (Kol 3:10, sien ook 2 Kor 5:17; Gal 6:15). Nog 'n opdrag vir welheid is om altyd bly te wees in die Here (Fil 4:4). So 'n gesindheid sal getuig van 'n mens se geestelike welheid.

Geestelike welheid vereis dat die mens vredevol leef sonder aggressie en bekommernis en dat hy sy gedagtes rig op dit wat vir God aanneemlik is. In Filippense 4:6-7 word die gelowige ingelig om oor niks besorg te wees nie, maar om alle begeertes deur gebed en smeking en met danksegging aan God bekend te maak. Indien hy dit doen, sal die vrede van God wat alle verstand te bowe gaan, beskikbaar wees. Hy word verder aangemoedig om sy gedagtes te rig op alles wat edel is, alles wat reg is, alles wat rein is, alles wat mooi is en alles wat prysenswaardig is (Fil 4:8).

Die verhouding met God moet gedurig ontwikkel en dinamies bly deur gereelde Bybelstudie en gebed. So word die mens byvoorbeeld aangesê in Matt 26:41 om te waak en te bid sodat hy nie in versoeking kom nie, want die gees is gewillig, maar die vlees is swak. In 2 Timoteus 3:16-17 word aangedui dat die hele Skrif deur God geïnspireer is en groot waarde het om in die waarheid te onderrig, dwaling te bestry, verkeerdhede reg te stel en 'n regte lewenswyse te kweek. Die kennis sal hom voorberei vir goeie werk wat weer sal getuig van geestelike welheid. Hierdie werk sal nie suksesvol gedoen kan word sonder die liefde nie. Jesus Christus lig ook die mens in dat hy die Here God moet liefhê met sy hele hart, siel en verstand en dat

hy sy naaste moet liefhê soos homself (Matt 22:37, 39).

Die mens van vandag is baie keer so besig dat hy aandag skenk aan besittings, skoonheid, vleeslike begeertes en dergelike aangeleenthede in plaas daarvan om aandag te skenk aan sy geestelike dimensie. Hier kan die mens leer van die skrywer van Prediker. Hy kom tot die gevolgtrekking dat dit uiteindelik daaroor gaan om God te dien en gehoorsaam te wees aan sy gebooie. Dit is wat van die mens gevra word en dit sal geestelike welheid waarborg (Pred 12:13).

'n Persoon wat geestelik wel is, sal eienskappe soos hierbo uiteengesit, vertoon. Indien sy gees wel is, sal hy ondersteuning verkry in siekte: "Die gees van 'n man ondersteun hom in sy krankheid; maar 'n verslae gees - wie kan dit opbeur?" Dit is dus duidelik dat geestelike welheid 'n belangrik rol speel in die gelowige se totale lewe .

Geestelike welheid is 'n proses waarin die mens nooit ten volle sal arriveer nie. Pilch (1998:5), 'n kenner op die gebied van geestelike welheid, kom tot die gevolgtrekking dat geestelike welheid soos volg gedefinieer kan word: "Wellness spirituality, then, is a way of living, a life-style that views and lives life as purposeful and pleasurable, that seeks out life-sustaining and life-enriching options to be chosen freely at every opportunity, and that sinks its roots deeply into spiritual values and/or specific religious beliefs".

#### 3.5.6 Voorlopige vergelyking tussen dimensies van welheid vanuit metateoretiese en basisteoretiese perspektiewe

Inligting oor die dimensies van welheid, soos dit in die navorsing voorkom, is getabuleer (Tabel 5) om die ooreenkomste en verskille aan te dui tussen die sekulêre wêreld se siening van welheid (hoofstuk 2) en welheid volgens Bybelse beginsels (hoofstuk 3). Dit blyk uit die tabel dat daar heelwat ooreenkomste, maar tog ook verskille voorkom. Die grootste verskil is die afwesigheid van die erkenning van die rol wat gehoorsaamheid aan God se welheidsvoorskrifte speel in die sekulêre wêreld. Albei rigtings erken dat die mens self verantwoordelikheid moet neem vir sy welheid deur die keuses wat hy moet maak. In die sekulêre wêreld wil dit dus voorkom asof dit primêr gaan oor welheid ter wille van welheid self en die voordele wat dit persoonlik vir die mens inhou. In teenstelling hiermee word die gelowige aangemoedig om welheidskeuses uit te oefen om God te kan verheerlik met sy liggaam, siel en gees, sy naaste te kan dien en diensbaar te kan wees in God se koninkryk. Hier gaan dit oor welheid ter wille van diensbaarheid en gehoorsaamheid aan God se opdragte, sowel as die welheid van die mens self.

Tabel 5 kan geraadpleeg word vir 'n vergelyking ten opsigte van die dimensies van welheid tussen die genoemde metateoretiese perspektiewe in hoofstuk 2 en die basisteoretiese perspektiewe wat hierbo uiteengesit is.

**Tabel 5: 'n Vergelyking tussen dimensies van welheid vanuit metateoretiese (hoofstuk 2) en basisteoretiese (hoofstuk 3) perspektiewe**

| Dimensies | Metateoretiese perspektiewe | Basisteoretiese perspektiewe |
|---|---|---|
| Welheid | • Welheid is 'n aktiewe en lewenslange proses van bewuswording en 'n manier van lewe waardeur die individu verantwoordelikheid moet neem vir die keuses wat hy maak ten opsigte van 'n meer gebalanseerde, optimale en gesonde lewenstyl aan die hand van die dimensies van welheid. Wat die mens dink, glo en voel het 'n impak op die hoogste potensiaal van welheid wat die mens kan bereik. | • Welheid is 'n multidimensionele staat van bestaan waar die handhawing van 'n welheidslewe gekenmerk word deur 'n opregte verhouding met God en die naaste en 'n gebalanseerde, toegewyde lewe in gehoorsaamheid aan God se opdragte. Die mens is verantwoordelik vir die keuses wat hy maak, wat weerspieël sal word in die balans wat gehandhaaf word tussen die geestelike, emosionele, sosiale, fisieke en intellektuele dimensies, wat dan aanleiding kan gee tot 'n staat van totale welheid soos die mens daarna streef om meer gelykvormig te word aan die beeld van God en diensbaar te wees vir sy naaste. |
| Emosionele welheid | Emosionele welheid bestaan hoofsaaklik uit die vermoë om:<br>• op 'n positiewe manier jou eie emosies te bestuur, te ervaar en uit te druk;<br>• bewus te wees van en aanvaarding van eie emosies sowel as ander se emosies;<br>• emosionele aanpassings te kan maak;<br>• emosies te kan beheer eerder as om deur dit beheer te word;<br>• tekortkominge te besef en te aanvaar en hulp te vra indien dit nodig is;<br>• gemaklik met eie emosies saam te leef; en<br>• gesonde verhoudinge met mense te handhaaf. | • Negatiewe emosies kan die welheid van die mens belemmer, terwyl 'n lewenswyse volgens Bybelse positiewe emosionele beginsels Christene in staat sal stel om op 'n emosionele vlak met mekaar en hul naaste 'n positiewe verhouding te kan hê.<br>• Dit sal kommunikasie kan bevorder en moontlike konflik uitskakel.<br>• Hulle sal nie net sensitief teenoor ander mense se emosies staan nie, maar sal ook hul eie emosies kan ken en bestuur.<br>• Christene sal hul emosies met logika, hul rede en die werklikheid kan harmoniseer. |

| | | |
|---|---|---|
| **Fisieke welheid** | • 'n Persoon wat 'n hoë vlak van fisieke welheid handhaaf, sal gesonde besluite maak te opsigte van optredes soos onder andere rook en oefening, sal daaglikse aktiwiteite meer effektief kan aanpak, voel fisies meer gesond en het 'n meer gesonde fisieke selfbeeld, liggaam en verstand is ontspanne, energievlakke is hoog, sintuie funksioneer maksimaal en lyk aantreklik en stralend.<br>• Die fisieke komponent kan aspekte insluit soos: genoeg slaap, gesond eet, oefen, rus, genoeg water drink, persoonlike higiëne, vermyding van skadelike gewoontes, ontmoedig die gebruik van dwelms, tabak en alkohol, verantwoordelike gebruik van mediese of alternatiewe middels, om te weet wanneer professionele mediese hulp nodig is, herkenning van simptome van kwale en gewigsbeheer. | • Liggaamlike gesondheid is uiters belangrik vir God en daarom het die mens heelwat opdragte ontvang ten opsigte van die versorging van sy liggaam.<br>• Die Bybel gee onder andere riglyne oor dieet, rus, persoonlike higiëne, slaap, vas, oefening, en ontspanning.<br>• Die liggaam is in die eerste plek daar om fisiek uitvoering te gee aan dit wat God van die mens verwag, en nie om sondige en selfsugtige begeertes na te jaag nie.<br>• As voorrang wel gegee word aan verkeerde begeertes wat in die mens se gedagtes opkom, gebruik hy sy liggaam verkeerd en kan dit onteer.<br>• Die mens veroorsaak baie onnodige siektes en lyding vir homself deur nie aan God se wette gehoor te gee nie. |
| **Intellektuele welheid** | • Intellektuele welheid is die vermoë om met behulp van optimale hoeveelheid stimulasie positiewe interne energie te genereer, wat die grondslag van intellektuele welheid vorm.<br>• Dit is die persoon se vermoë om te kan leer en om die kennis toe te pas sodat lewenskwaliteit verhoog en optimale funksionering moontlik is. So 'n persoon kom gewoonlik voor as ingelig eerder as onkundig.<br>• Die intellektuele dimensie moedig kreatiewe, rasionele en stimulerende verstandsaktiwiteite aan. Dit moedig ook mense aan om hulself en ander beter te verstaan.<br>• Intellektuele welheid veronderstel dat beskikbare bronne gebruik word om kritiese denke te ontwikkel, intelligente besluite te neem, probleme op te los, kennis te vermeerder en vaardighede te verbeter sodat daarmee gedeel kan word.<br>• Die mens moet 'n lewenslange student wees wat die verworwe kennis op 'n verstandige wyse toepas. Die skakel tussen intellektuele stimulasie en 'n gesonde lewe is onbetwisbaar. 'n Aktiewe verstand sal ongetwyfeld bydra tot totale welheid. | • In die Bybel, veral in Job, Psalms en Spreuke, word die mens aangemoedig om te leer, kennis lief te hê, God te dien, insig te verkry en verstandig op te tree Dit word ook gekonstateer met die dwaas wat lering en kennis verwerp.<br>• Die mens moet gesonde denkprosesse openbaar. Hy word die opdrag gegee om hom deur God te laat verander deur sy denke te vernuwe. Dan sal hy ook kan onderskei wat die wil van God is, wat vir Hom goed en aanneemlik en volmaak is.<br>• Die mens moet mediteer oor God se opdragte aan hom, sy gedagtes daarop rig en dit dag en nag oordink. Kennis van die wet is belangrik en God onderrig die mens met die kennis wat hy vir hom gee. Die mens moet probeer om die kennis te ontleed, te verstaan en toe te pas sodat mense daarby baat kan vind. Inskerping van kennis moet op 'n gereelde basis plaasvind.<br>• Paulus beveel aan dat dit wat hulle van hom geleer, ontvang, gesien en gehoor het, moet hulle doen en dan sal God, wat vrede gee, by hulle wees. Die mens word aanbeveel om tot volle kennis van God te kom, sodat hy al hoe meer vernuwe kan word na die beeld van sy Skepper. Om hierdie kennis te bekom, beteken dat die mens 'n lewenslange student in die Woord van God moet wees. As hy sy ore gereeld vir wysheid oop hou, vra na gesonde begrip en na kennis soek, sal die mens weet hoe om God te dien en oordeelkundigheid sal oor hom wag hou en verstandigheid sal hom bewaak |

| Sosiale welheid | | |
|---|---|---|
| | • Sosiale welheid is die veronderstelling dat ondersteuning en hulp beskikbaar is van familie en vriende wanneer dit benodig word ten tye van 'n krisis, sowel as om self as hulpverlener op te tree wanneer dit benodig word.<br>• Die mens kan nie totale sosiale welheid in alleenheid bereik nie. Mense is sosiale wesens wat mekaar se gesondheid beïnvloed en ondersteun in verhoudings.<br>• Harmonie tussen familielede word aangemoedig, sowel as positiewe bydraes tot die omgewing, wat die algemene welvaart van die gemeenskap bevorder.<br>• Mense moet hulself teen ongesonde verhoudings beskerm en gesonde verhoudings bou wat op respek, vertroue en kommunikasie gebaseer is.<br>• Gevoelens van isolasie en alleenheid gaan gewoonlik hand aan hand met swak gesondheid, terwyl verbondenheid aan 'n groep, saak, persoon of selfs 'n troeteldier goed is vir welheid | • Gesien teen die agtergrond van die skepping van die mens waar God aandui dat dit nie goed is dat die mens alleen is nie, kan gesien word dat God nie die mens geskep het om in isolasie van ander te funksioneer nie.<br>• Volgens die Skrif kom die mens eers in sy verhoudinge tot sy eie identiteit en bereik hy sy bestemming as mens.<br>• Hy mag nie onverskillig by die medemens verby lewe nie. Die medemens is nie daar om misbruik te word nie.<br>• Sosiale welheid is om gelykvormig te word aan die beeld van God tot voordeel van die medemens.<br>• Die ware verhouding tussen ouer en kind moet spreek van die verhouding tussen God die Vader, en die mens as sy kind. Die ware verhouding tussen kinders onderling moet spreek van Jesus Christus se broederlike verhouding tot individuele gelowiges. Die beeld van God geld ook as basis vir die regte verhouding tussen owerheid en onderdane.<br>• Mense moet mekaar liefhê soos Jesus Christus hulle liefhet en niemand het groter liefde as iemand wat sy lewe vir sy vriende aflê nie. In die liefdevolle verhouding staan die mens ook in 'n dienslewerende verhouding tot sy medemens. Hy word die opdrag gegee om die laste van 'n ander te dra en om iemand wat gesondig het in 'n gees van sagmoedigheid reg te help. Mense word ook vermaan om nie net elkeen aan sy eie belange te dink nie, maar ook aan dié van ander. Hulle word ook aangesê om hul sondes eerlik teenoor mekaar te bely en om vir mekaar te bid, sodat hulle gesond kan word. Gelowiges moet vir mekaar sorg na elkeen se behoeftes. |

| | | |
|---|---|---|
| Geestelike welheid | • 'n Persoon wat geestelike welheid in sy lewe demonstreer, sal 'n interne stel waardes aanneem en daarvolgens leef, sal toegewy wees aan 'n doel of saak, sal meer intens bewus wees van etiese optredes en sal die lewe as betekenisvol ervaar en sin in die menslike bestaan erken .<br>• Geestelike welheid kan beskou word as die identifisering met 'n god, skepper of godsdiens, maar die geestelike dimensie is nie noodwendig sinoniem met godsdienstigheid nie. Die mens kan dus geestelik wees sonder om godsdienstig te wees of godsdienstig sonder om geestelik te wees.<br>• Geestelike welheid oefen 'n groot invloed uit op die ander dimensies. | • 'n Geestelike lewe vir die gelowige is om ontsag vir God te hê, te doen wat Hy verwag, Hom te dien en om in 'n verhouding met Hom te leef. In die verhouding beloof God om die mens nooit te verlaat nie. Geestelike welheid is om in afhanklikheid en gehoorsaamheid aan Hom te leef.<br>• Die gees van die mens word lewend gemaak deur God se Gees en sodoende word die vrug van die Gees meer en meer sigbaar in die mens se lewe. Hierdie vrug van die Gees wat in Galasiërs 5:22-23 en Efesiërs 5:9 aangedui word, is onder andere: liefde, vreugde, vrede, geduld, vriendelikheid, goedhartigheid, getrouheid, nederigheid en selfbeheersing (sien ook Rom 8:5-6).<br>• Die mens word gaandeweg meer en meer gelykvormig aan die beeld van God, wat dan sodoende geestelike welheid demonstreer. |

## 3.6 SKRIFGEGEWENS WAT KAN DUI OP DIMENSIES VAN WELHEID

Sover as wat dit moontlik is, moet die mens daarna streef om 'n balans te handhaaf tussen alle dimensies van welheid in sy lewe, tog is dit nie moontlik om totale welheid in alle dimensies dwarsdeur sy lewe te handhaaf nie. Die mens leef in 'n sondige, gebroke realiteit (Heyns, 1978:265,403; Möller, s.a.:226,370,454; Erickson, 2005:190) en daarom sal daar tye van wanbalans en onwelheid in sy lewe bestaan, wat weer afgewissel sal word met tye van welheid. Hierdie tendens is ook duidelik sigbaar in die lewens van verskeie Bybelse figure. Vervolgens sal drie figure bespreek word om genoemde wisseling tussen welheid en onwelheid te illustreer. Daar sal ook gepoog word om aan te toon hoe belangrik dit is om welheid, volgens Bybelse beginsels, in alle dimensies uit te leef en die gevolge indien keuses gemaak word wat welheid teenwerk. Saul, Daniël en Job word as Bybelse figure bespreek omdat hul lewens elk 'n besondere dimensie van welheid en of onwelheid demonstreer.

### 3.6.1 Saul

Saul is 'n tragiese figuur wat 'n Godgegewe geleentheid verruil het vir 'n lewe in ongebalanseerdheid, sonde en onwelheid. Hy het begin as 'n goed toegeruste en belowende koning, wat uiteindelik in Godverlatenheid sy lewe in selfmoord beëindig het. Hy het nie 'n koningskap begeer nie en het geen leierskapervaring gehad nie, maar tog is hy deur God aangewys as koning en is hy deur God voorberei en toegerus vir die taak. Die Gees van die Here het oor hom vaardig geword en die Here het sy hart verander by die eerste salwing as koning. Hy het saam met die profete geprofeteer (1 Sam 10:6) wat getuig van geestelike

welheid. Die Gees van die Here het weer oor hom vaardig geword toe hy teen die Ammoriete opgetrek het (1 Sam 10:11). Nadat hy die Ammoriete verslaan het, was hy 'n nasionale held. Dié gebeure het bevestig dat die koningskap onder profetiese leiding uitgeoefen moet word en nie volgens eie menslike denke nie (Pawson, 2007:270-271; Josephs, 2008:172). Dit is duidelik dat hy nie net deur God toegerus is nie, maar dat hy beslis geestelike welheid ervaar het.

Vanuit 'n fisieke welheidsoogpunt gesien, was hy 'n sterk, mooi man en onder die Israeliete was daar niemand mooier as hy nie. Wat hom nog meer indrukwekkend gemaak het, was dat hy 'n kop langer as enige van sy volksgenote was. Hy was 'n Benjaminiet, afkomstig uit 'n ryk familie en het sy eie slaaf besit (1 Sam 9:1-7). Alhoewel die Bybel nie veel meer te sê het oor Saul se agtergrond nie, kan afgelei word dat die seun van 'n ryk man moontlik weer op verskeie ander terreine bevoordeel was, soos onder ander om geleerdheid te kon ontvang. Intellektuele welheid kan bespeur word in sy optrede om nie sy oom in te lig oor die koningskap nie (1 Sam 10:16) en in sy intelligente optrede teenoor die kwaadwilliges wat hom met minagting behandel het by die aankondiging van sy koningskap (1 Sam 10:27). Hy het hom nie daaraan gesteur nie (Bosman, 2003:288-289; Henry, 2007:399-400).

Hy word ook beskryf as 'n gerespekteerde jong man wat Samuel se goedkeuring weggedra het (1 Sam 10:24), al was hy aanvanklik teen die koningskap. Met die aankondiging van sy koningskap het hy weggekruip, wat dui op sy nederigheid, maar tog het die volk hom toegejuig en verwelkom (1 Sam 10:22, 24) (Fleming, 1994:110-111; Henry, 2007:399-400). Hierdie gegewens skep die indruk dat hy sosiale welheid en ook emosionele welheid ervaar het, veral nadat hy as nasionale held vereer was. Volgens Bosman (2003:289) lyk alles vir Saul baie rooskleurig, want hy het verder take in gehoorsaamheid suksesvol aangepak.

Uit hierdie beknopte gegewens in 1 Samuel 9 tot 11 oor Saul, kan dus afgelei word dat hy sy koningskap met fisieke, sosiale, intellektuele, emosionele en geestelike welheid begin het. Hierdie dimensies van welheid moet dwarsdeur die mens se lewe aan gewerk word deur die regte keuses uit te oefen volgens God se opdragte vir welheid. Dit is 'n proses wat nooit mag stagneer of verwaarloos word nie. Ongelukkig het Saul deur die keuses wat hy in sy lewe uitgeoefen het, 'n ongebalanseerde, onwel lewe begin voer. Dit is duidelik sigbaar in sy lewe hoe die dimensies van welheid 'n invloed op mekaar uitgeoefen het, sodat elke dimensie aan die einde van sy lewe deur onwelheid gekenmerk kon word. Vervolgens word daar slegs kortliks na hierdie gebeure verwys.

Saul het reg aan die begin van sy koningskap getoon dat dit nie vir hom gaan oor persoonlike

gehoorsaamheid aan God nie. Hy het gekies om God se direkte bevele te verontagsaam, omdat hy gedink het dat hy bo God se wet verhewe is. Daarom het hy besluit om self te offer en nie vir Samuel te wag nie. Iemand wat deur God as instrument gekies is, moet in gehoorsaamheid optree. Saul tree dwaas op (Bezuidenhout, 1999:316; Wiersbe 2001:61; Pawson, 2007:271). Hierdie aksie het daartoe gely dat hy sy koningskap sou verloor, omdat hy sy hart verhard het en nie gedoen het wat God hom beveel het nie (1 Sam 13:1-14). Op die punt het intellektuele, geestelike en emosionele onwelheid begin intree.

Saul word weereens in 'n situasie geplaas waar hy 'n keuse het om God te gehoorsaam of nie. Hy kry die opdrag van Samuel om Amalek uit te roei en alles en almal te tref met die banvloek. Saul het opsetlik nie sy opdrag uitgevoer nie. Hy het die koning asook die beste van die beeste en kleinvee gespaar. Saul het geweet dat dit verkeerd was, want hy regverdig homself met twee leuens aan Samuel. Eerstens sê hy dat hy almal met die banvloek getref het en tweedens dat hy die vee gespaar het sodat dit aan God geoffer kan word. Hy het hieroor berou gekry, maar dit het meer gegaan oor sy eie eer as oor God se eer en die verlies van gemeenskap met God. Hy versoek Samuel om saam met hom te gaan aanbid. Vir Saul gaan dit hier om eerder sy eie eer te herstel as om vergewing van sy sonde. Sy ongehoorsaamheid verwys duidelik hier na 'n gebroke verhouding tussen skepsel en Skepper (sien Hoffman, 2002:136). Hy wil nie hê die volk moet weet dat hy deur God verwerp is nie. Na hierdie gebeure het God Saul as koning verwerp omdat hy God verwerp het (1 Sam 15:23). Die Gees van God het ook van Saul gewyk en 'n bose gees het hom van tyd tot tyd verskrik (1 Sam 16:14).

Saul het na die gebeure die slagoffer van sy eie onstabiele geaardheid geword. Sy oordeel sou hom herhaaldelik in die steek laat en hy sou oor en oor dieselfde foute maak. Hy het nie meer innerlike vrede ervaar nie en hy het probeer om homself te handhaaf deur 'n ongelooflike jaloesie (Bezuidenhout, 1999:321; Pawson, 2007:273; Josephs, 2008:173). Hy was jaloers op Dawid en het menige pogings aangewend om hom dood te maak. Volgens Reinecke (2003:23) kan die gedrag beskou word as 'n boosaardige gees wat van Saul in besit geneem het, omdat jaloesie 'n mens tot uiterstes kan dryf. Hy het ook 85 onskuldige priesters van Nob en hulle gesinne laat dood maak (1 Sam 22:6-23). Dit is geen wonder dat hy ontsettende wroeginge gehad het nie. Hy was nie meer die koningskap waardig nie. Sy emosionele en geestelike onwelheid het aanleiding gegee tot moord. Reinecke (2003:23) is van mening dat sy gedrag aandui dat hy moontlik waansinnig geword het. Daar word ook geen melding gemaak van 'n poging van sy kant om homself te verootmoedig nie (Vos, 1997:33). Hoffman (2002:136) wys daarop dat sonde op die ou end alle verhoudings van die mens aanraak.

Teen die einde van sy lewe was Saul so ver van God verwyder dat hy van verbode praktyke moes gebruik maak vir morele steun. Dit gebeur as mens teen God se aanbeveling 'n welheidslewe verontagsaam. Aan die einde van sy lewe besoek hy 'n dodebesweerder en vra haar om Samuel op te roep. Dit was duiwelskunste en uitdruklik teen God se gebod. Hy het met die daad die finale band met God afgesny en sy ondergang bewerk. Die volgende dag het Saul se drie seuns in die oorlog gesneuwel. Saul self was ernstig gewond en hy het selfmoord gepleeg. Die Filistyne het Saul en sy seuns se lyke gevind en dit onthoof. Die koppe is in die land rond gestuur en die liggame is teen die stadsmuur van Bet-San vasgespyker. Dit was 'n nagmerrie-einde van 'n man wat uitverkore was as droomheld van sy volk. Douglas en Hillyer (in Reinecke, 2003:23) beskou Saul as "een van die mees patetiese van al God se diensknegte".

Saul is 'n uitstekende voorbeeld van 'n man wat God se volle ondersteuning gehad het, maar dit verbeur en verwerp het as gevolg van persoonlike sonde, 'n verharde hart en dat hy hom nie laat lei het deur die Gees van God nie. Die gevolg daarvan is duidelik in sy lewe te sien. Hy het verskriklike lyding ervaar tot en met die einde van sy lewe. Dit word ook nêrens in die Bybel genoem dat Saul berou getoon het nie en daarom kan aangeneem word dat hy sy lewe in duisternis beëindig het. 'n Lewe sonder God kan soos in die geval van Saul verander in 'n ongebalanseerde onwel lewe, waar elke dimensie inwerk op die ander dimensies wat weer tot gevolg kan hê dat die mens se lewe 'n afdraende pad volg.

### 3.6.2 Daniël

Daniël se lewe staan in skerp kontras met die lewe van Saul. Waar Saul se keuses hom in onwelheid gedompel het, het Daniël se onwrikbare geloofsgetrouheid aan God aanleiding gegee tot keuses wat lewenslange welheid in al die dimensies van menswees tot gevolg het. Daniël het 'n lang en geseënde lewe geleef in diens van die paleis (604 v.C. tot 539 v.C. – 65 jaar) ten spyte van verskeie uitdagings wat hy moes hanteer ten opsigte van sy geloof en gehoorsaamheid aan God (Spangenberg, 1999:967; Dake, 2007:777-778). Net soos Saul was dit duidelik dat hy uitverkies was om God se werk te doen en net soos Josef om hierdie werk in 'n vreemde land te verrig.

Daniël en sy drie vriende is as jong tienerseuns weggeneem van hul ouers, weggevoer uit hul vaderland en moes in 'n berugte stad, 'n vreemde heidense kultuur aanleer aan die Babiloniese koninklik hof. Hulle opleiding het drie jaar lank geduur (Henry, 2007:1429; Burden, 2007:1223). Hier het hulle met losse sedes en lae morele standaarde te doen gekry. Hul identiteit is weggeneem deur die verandering van hul name, druk is toegepas om hul kultuur en godsdiens prys te gee, maar dit kon nie hul geestelikheid wegneem nie. Hulle was van adellike

afstamming, intelligent, aantreklik en sterk (Dan1:3-4) (Fleming, 1994:327-328; Henry, 2007:1427-1428; Josephs, 2008:41-43). In Daniël 1:17 word vertel dat God aan hierdie vier jongmanne verstand, insig en wysheid gegee het in alles wat geskryf is, terwyl Daniël enige gesig of droom kon uitlê deur God se openbaring.

Bogenoemde gegewens skilder 'n welheidsprentjie van Daniël en sy drie vriende, naamlik:

- sosiale welheid: die vriendskap en goeie verhoudinge met beamptes;
- intellektuele welheid: die drie jaar lange studie en hul honger na insig en kennis;
- emosionele welheid: voer alles uit sonder opstand of om te kla;
- fisieke welheid: eet gesond; en
- geestelike welheid: kies om aan God gehoorsaam te bly.

Gesien teen hulle agtergrond in ballingskap en met die verbabiloniseringsprogram, kon hierdie jong manne baie maklik God verwyt het vir hul omstandighede en uit vrees vir hul lewens of om guns te wen, kon hulle die nuwe kultuur aangeneem het. Die teenoorgestelde het gebeur deurdat hulle besluit het om hul intellektuele, sosiale, geestelike, fisiese en emosionele welheid te handhaaf deur aan God gehoorsaam te wees.

Die verhaal van Daniël en sy drie vriende word gekenmerk deur keuses wat hulle moes maak om God te dien of om die heidense godsdiens te eerbiedig en elke keer het gehoorsaamheid aan God geseëvier. Die manne was bereid om ter wille van hul godsdienstige oortuigings sekere risiko's te loop en sodoende 'n lewe van welheid te leef. Vervolgens word daar na drie voorbeelde verwys waar hul totale welheid gedemonstreer word deur die keuses wat hulle gemaak het.

#### 3.6.2.1 Versoek om nie koninklike kos te eet nie (Dan 1:8-16)

Daniël en sy drie vriende het toestemming gevra om nie van die koninklike kos te eet nie, maar om slegs water te drink en vrugte en groente vir tien dae lank te eet. Die kos is as onrein beskou en kon aan afgode geoffer gewees het (sien Eks 34:15; Lev 3:17, 7:26; Lev 11; Deut 14:3-21). Na tien dae het hulle mooier en gesonder daar uitgesien as al die jongmanne wat van die koning se kos geëet het (Dan 1:15) (Fleming, 1994:328; Pawson, 2007:645-646). Hierdeur is aangetoon dat gehoorsaamheid aan God se dieetvoorskrifte fisieke welheid vir hulle meegebring het.

#### 3.6.2.2 Daniël se drie vriende in die vuuroond (Dan 3:18 en verder)

Nebukadnesar het opdrag gegee dat die hele volk sy goue beeld moet aanbid. Die drie vriende het geweier om ongehoorsaam te wees aan God se opdragte, ten spyte van die wete dat hulle

in die vuuroond gegooi kan word. Hulle is toe wel in die oond gegooi, maar het niks oorgekom nie. Daar was 'n vierde persoon sigbaar by hulle in die oond wat soos 'n hemelse wese gelyk het. Die koning het hulle laat uithaal, want hy het besef dat hy met 'n God te doen het wat geen gelyke het nie. Sodoende het hulle God verheerlik voor die hele heidense nasie. Die keuse wat hulle gemaak het, is beslis 'n teken van hulle geestelike en emosionele welheid.

**3.6.2.3 Daniël se gebedslewe en die leeukuil (Dan 6:5 en verder)**

Daniël het drie keer 'n dag gebid en hierdie toewyding aan sy God sou hom uiteindelik in die leeukuil laat beland. Amptenare aan die hof was afgunstig en jaloers op Daniël omdat hy sy werk met integriteit uitgevoer het en dit onberispelik was. Hulle het die koning oortuig om 'n dekreet uit te vaardig wat mense verbied het om vir die volgende dertig dae enige ander mens of god te aanbid, behalwe die koning. Daniël was nie van plan om aan die einde van sy lewe 'n geestelike onwel keuse uit te oefen nie. Koning Darius was dus verplig om Daniël in die leeukuil te gooi. God het hom bewaar en hy is die volgende oggend sonder enige letsel vrygelaat. Hy het 'n lewe van totale geestelike welheid gevoer en aan die einde van sy lewe is hy nog steeds in die hoogste rang deur die koning aangestel. Hy het uitgetroon bo ander ministers en goewerneurs-generaal (Spangenberg, 1999:976). Om so 'n toegewyde en voorbeeldige lewe te lei, vereis beslis 'n gebalanseerde lewe ten opsigte van al die dimensies van welheid.

**3.6.3 Job**

Job was 'n regverdige man, buitengewoon vroom, wat kwaad vermy het en God gedien het. Hy was lief vir sy familie en het gereeld brandoffers vir sy kinders gebring vir ingeval hulle sonde gepleeg het by partytjies. As vername en skatryk man is hy nie deur sy geld besit nie. Hy was 'n nederig mens wat wys, oordeelkundig en in afhanklikheid van God geleef het. Job was 'n man na God se hart en daarom was dit 'n groot uitdaging vir Satan om Job tot 'n val te bring (Job 1:1-8) (Fleming, 1994:173-174; Henry, 2007:654-655; Josephs, 2008:88-89). Uit hierdie paar inleidende woorde oor Job is dit duidelik dat hy 'n gebalanseerde lewe gelei het en ook welheid in die verskillende dimensies ervaar het.

Satan kon nie vir Job beskuldig van enige sonde nie en daarom suggereer hy dat Job slegs God liefhet vir dit wat God vir hom kan gee. Hy insinueer dat geloof in God slegs 'n illusie is en dat niemand God enduit sal dien as hy tot die uiterste beproef word nie. Om die rede, volgens Janson (1999:17), gaan dit primêr in die boek Job nie oor die lydingsvraag nie, maar die liefdesvraag, wat emosionele welheid verteenwoordig.

God word deur die Satan "uitgedaag tot 'n weddenskap". Die vraag is of Job nog steeds vir

God sal dien en liefhê as hy al sy besittings verloor. God het Satan die reg gegee om alles aan te raak behalwe Job self. Kort hierna het Job alles verloor, maar in plaas daarvan dat hy God verwerp en vloek het hy Hom geloof en gesê: "Naak het ek uit my moeder se skoot uit gekom, en naak sal ek daarheen terugkeer. Die Here het gegee, en die Here het geneem: die naam van die Here sy geloofd!" (Job 1:21) (Henry, 2007:654-655).

Job bly getrou aan God wat sy geestelike welheid betref. Satan kon nie daarin slaag om Job sover te kry om God te vervloek nie. Hy besluit dus om sy fisiese, sosiale en emosionele welheid te beproef om sodoende geestelike onwelheid te veroorsaak. Hy kry toestemming by God om Job liggaamlik te laat ly. Hy mag net nie sy lewe neem nie. God stel die grense vas. Job is kort hierna met bose swere getref. Gedurende hierdie tydperk was hy fisiek onwel, wat ook 'n effek gehad het op sy emosionele welheid. Janson (1999:25) gee 'n beskrywing van die siekte:

> Dit is 'n siekte met pynlike swere van kop tot tone (2:7) – wat maak dat die siekte geen simpatie van sy medemens kry nie, omdat dit by almal wrewel opwek en dit ondraaglik maak om by die pasiënt te wees (7:3-5). Oënskynlik was dit 'n soort olifantsiekte, gemeng met melaatsheid. 'n Ontsettende beproewing, 'n verskriklike gesig. Oral is Job onwelkom. Hy kan slegs daar gaan sit waar hy niemand afstoot nie – op die ashoop! En in hierdie grieselrige siekekamer het hy as enigste vriend en medisyne 'n stuk potskerf om sy onsalige gejeuk soms effens te verlig (2:8).

Tot sy vrou het haar ondersteuning teruggetrek en Job aangeraai om God te vervloek en te sterf. Hierop antwoord Job dat as ons die goeie van God aanvaar moet ons ook die slegte aanvaar. Vir 'n tweede keer word Satan verslaan, want Job het met geen woord gesondig nie (Job 2:10). Hierna besoek Job se vriende hom. Hulle sit in stilte by hom. Na sewe dae en nagte se stilte het Job totaal ingegee. Hy het sy geboortedag vervloek en sover gegaan om te vra: "Waarom tog het U my uit die moederskoot laat uitgaan? Ek moes gesterf het sonder dat 'n oog my gesien het" (Job 10:18). Met Job se vriende, familie en vrou wat hom nie meer ondersteun nie, en die feit dat hy as uitgeworpene in afsondering op die ashoop sit, tree sosiale onwelheid nou in.

Job se opstandigheid bereik 'n hoogtepunt wanneer hy sê: "God het my in Sy toorn verskeur en vervolg, in sy woede het Hy my bedrieg, Hy, my Teëstander, deurboor my met sy oë" (Job 16:9). Janson (1999:52) wys daarop dat die oorspronklike woord vir teëstander gewoonlik in die Ou Testament na Satan verwys. In dié lig gesien sê Job vir God dat Hy vir hom soos Satan lyk! Hierdie Godslastering was onaanvaarbaar vir sy vriende, maar nie vir God nie. In die Bybel

is daar plek vir twyfel en opstandigheid teenoor God. Hy was nie geskok nie, maar in teenstelling met Job se vriende het God Job se soeke raakgesien. Die vriende het nooit getwyfel of vrae gevra nie, maar moontlik het hulle ook nie God geken soos wat Job God geken het nie. God verkies hierdie twyfel en opstandigheid, want as die mens daardeur gewerk het, kan dit moontlik 'n verdieping van sy geloof meebring. Om die rede is dit aanvaarbaar vir God as Job die "godslasterlike" woorde uitspreek (Janson, 1999:52-55). Dake (1986:547) se siening oor die saak is soos volg:

> God knew that whatever Job had said was under great pain, suffering and satanic pressure – things in heated debates which he would not have uttered under normal circumstances. He also knew that the three friends had spoken through satanic pressure and fallacy, not understanding at all about the cause of Job's troubles.

Job se vriende het hom probeer oortuig dat daar sonde in sy lewe is en dat dit die rede is waarom hy onwel is. Job het nie die tradisionele teologie van sy tyd aanvaar nie. Hy toon 'n vyandige reaksie op hulle aanklag, want hy het gevoel dat hulle hom veroordeel (Pawson, 2007:426-429). Bogenoemde gebeure getuig van geestelike welheid wat in 'n mate gehandhaaf word ten spyte van fisieke, sosiale, intellektuele en emosionele onwelheid. Tog volhard Job in sy soeke na die waarheid (sien Joh 14:6).

Job se tydperk van onwelheid word deur Viviers (1999:563; sien ook Pawson, 2007:425) soos volg beskryf:

- Fisiek: Hy is materieel geruïneer en ook beroof van sy kosbaarste besittings, sy kinders. Hy het fisiek uitgeteer en liggaamlike pyn het hom uitgemergel.
- Sosiaal: Sy oorblywende familie, vriende en selfs die uitvaagsels van die samelewing het hom as 'n uitgeworpene beskou. Hy was 'n edele Oosterse vors wat verneder is tot 'n bedelaar op 'n ashoop.
- Psigies: Job het deur donker depressie en sielewroeging (alle negatiewe emosies) gegaan en dikwels na die dood gesmag.
- Geestelik: Job het gevoel God het hom verkul en verlaat. God se stilswye het hom byna ondergekry. Enige lyding maak diep seer en raak die mens se hele bestaan. Dit is nie maklik om dit te deurleef nie. Sommige mense gooi handdoek in en pleeg selfmoord (soos in die geval van Saul).

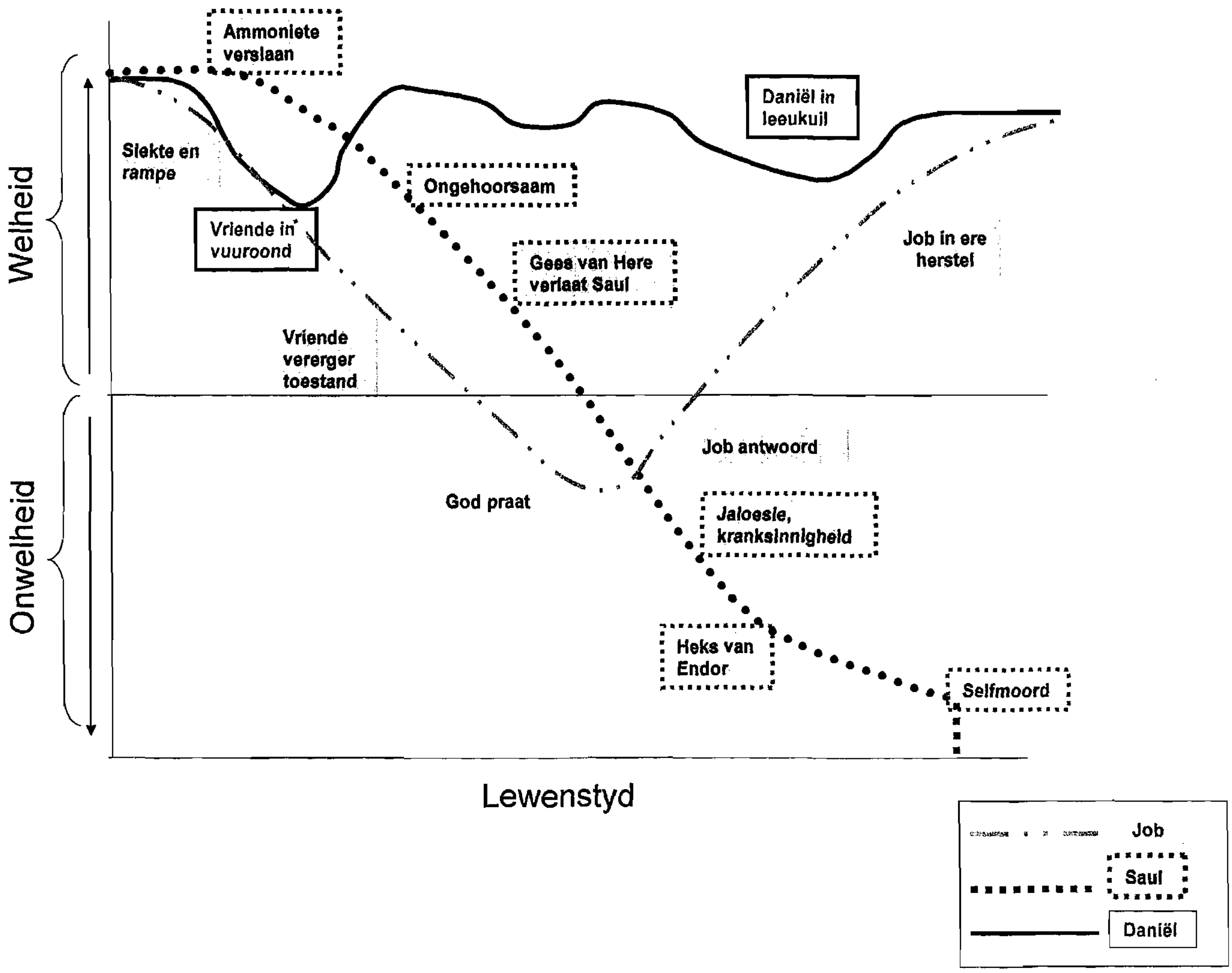
Job het nooit opgegee in sy soeke na die waarheid nie. Dit getuig van geestelike welheid. Hy wou 'n antwoord van God hê en uiteindelik het God uit 'n stormwind met hom gepraat. Hy het nie Job se vrae beantwoord nie, maar Job het die versekering gekry dat God vir hom lief is,

hom hoor en omgee. Nadat God met Job gepraat het, het Job geantwoord: "Tot nou toe het ek net gehoor wat mense van u sê, maar nou het ek U self gesien" (Job 42:5). Wie hierdie insig het, kan leef en verdra, kan weerstaan en volhard. Dit sou Job nou selfs op die ashoop kon doen, omdat hy geweet het dat God hom ook hierin vashou. Die ashoop is nie 'n straf nie en hy kan nie daarvoor verantwoordelik gehou word nie (Viviers, 1999:597-598; Pawson, 2007:431-433).

Wat Job ook moes besef het, is dat God nie hier op die inisiatief van die Satan handel nie, want God laat Hom nie voorskryf nie. Hy wou dalk vir Job leer dat al sou Hy hom op die ashoop laat sit, Hy nog steeds die volste reg het om dit te doen. Job sal nog steeds kan aanvaar dat die soewereine en genadige God ook dit vir hom ten goede laat uitwerk. Vir die gelowige is dit 'n versekering dat al sou dit emosioneel, fisiek, sosiaal en intellektueel onwel met hom gaan, kan en behoort hy nog steeds geestelike welheid te beoefen. Na hierdie tydperk van onwelheid, wat slegs maande geduur het, is Job materieel, fisiek, geestelik en sosiaal geweldig geseën en het hy nog honderd en veertig jaar gelewe (Dake, 1986:547).

### 3.6.4 'n Vergelyking tussen die welheidslewe van Saul, Daniël en Job

Bogenoemde bespreking (3.6.1-3.6.3) oor Saul, Daniël en Job se lewens ten opsigte van tydperke van welheid en onwelheid, kan met enkele hooftrekke, baie simplisties soos volg uitgebeeld word in Figuur 20.




**Figuur 20: Enkele hooftrekke ten opsigte van welheid en/of onwelheid in die lewens van Saul, Daniël en Job** (voorgestelde model deur navorser)

Al drie figure se verhaal begin met 'n verhaal van geestelike welheid wat gepaard gaan met welheid in al die ander dimensie, soos uitgebeeld in Figuur 20. Saul is deur God uitverkies en voorberei as koning. Daniël se omstandighede in ballingskap is nie so rooskleurig soos Saul en Job s 'n nie, maar tog is geestelike welheid sigbaar in al sy keuses. Volgens God self is Job se gelyke nêrens op aarde te kry nie. Hy is 'n vroom man wat God dien. In hierdie tydvak gaan dit goed met al drie die mans. Hul lewens vorentoe sal grotendeels bepaal word deur die keuse wat hulle maak en sodoende sal hulle self verantwoordelikheid neem vir hul welheid.

Alhoewel Saul deur God self uitverkies is en Samuel as mentor gehad het, het Saul verskeie keuses in sy lewe gemaak wat teen die direkte opdrag van God was. Sy ongehoorsaamheid het onwelheid in elke dimensie veroorsaak. Die Gees van God het hom verlaat en sy lewe het 'n afdraande pad gevolg tot en met sy selfmoord.

Daniël se lewe het redelik gebalanseerd in die welheidsvlak ontplooi, soos wat hy sy lewe ingerig het volgens God se opdragte. Hy het gekies om ten alle tye gehoorsaam te wees en God te dien. In die begin van die ballingskap is Daniël se drie vriende in die vuuroond gegooi. Die gebeure moes baie traumaties gewees het en hy kon miskien bang of bedreig gevoel het en in opstand gekom het teen God. Hy kon geredeneer het dat hulle God volkome dien en nou gebeur dit met sy vriende. Dié gebeure in sy lewe, net soos die leeukuilervaring, het hom nie in totale onwelheid gedompel nie. Hy was bereid om te sterf, sonder om God te veroordeel of te bevraagteken. Dit verskil van Saul wat sy eie besluite maak en Job wat 'n antwoord van God vereis het. Net soos Job het Daniël 'n lang en geseënde lewe gelei.

Job se lewe toon 'n andersoortige patroon as dit vergelyk word met die patroon van Saul en Daniël se lewens soos uitgebeeld in Figuur 20. Die verhaal van Job, net soos in die geval van Saul en Daniël, begin ook met 'n redelike balans tussen al die dimensies van welheid. Na sekere gebeure tree 'n tydperk van onwelheid in wat, nie soos in die geval van Saul, keuses behels het wat God se opdragte verwerp het nie. Job se onwelheid is oor hom gebring sonder dat hy daarvoor verantwoordelik was. Wat in dié verhaal van Job van belang is, is die keuses wat hy gemaak het in sy omstandighede, net soos Daniël, wat hom gehelp het om weer terug te keer na 'n toestand van totale welheid. Job het soortgelyke emosionele wroeginge deurgemaak as wat Saul deurgemaak het, maar dit het hom nie laat afdwaal van God nie.

Dit is dus duidelik sigbaar in die lewens van die drie manne dat 'n mens se keuses 'n invloed uitoefen op sy welheid in alle dimensies. Indien hul keuses in lyn met God se opdragte was, het hulle die ondersteuning van God ontvang, al was dit nie wat hulle wou gehad het nie. Dit kan ook geestelik goed gaan al sou dit minder goed gaan in die ander dimensies. Dit wil tog voorkom of die teenoorgestelde nie dieselfde gewig dra nie. Alhoewel die dimensies op mekaar inwerk, wil dit voorkom asof geestelike onwelheid 'n meer direkte invloed uitoefen op die ander dimensies en 'n meer prominente plek inneem, soos gesien in die lewens van Saul, Daniël en Job.

Möller (s.a.:458) maak die volgende opmerking oor hierdie aangeleentheid: "Die geestelike dimensie waarin jy staan, maak dat jy insigte kry en ervarings beleef wat jou lewe oorvloedig en sinvol maak. Dit maak jou beter toegerus om die stryd, teleurstellings en lyding van hierdie lewe te verduur en sterker daaruit voort te kom". Larimore en Mullins (2003:159) onderstreep wat Möller sê en verklaar soos volg: "... the most important element of wellness [is] namely, seeking, knowing and pleasing our Creator. If we believe in and trust God, if we make an intimate relationship with Him a priority, if He controls and empowers our lives and we seek our

purpose in His grand design, then we will experience wholeness at the deepest level of being". Dieselfde gedagte word uitgespreek deur McMillen en Stern (2000:254). Hulle beveel aan dat fisiese en emosionele welheid opsy gesit moet word tot tyd en wyl geestelike welheid bereik is. Hulle gaan voort deur te sê: "Once you have settled the spiritual issue, then you can live the life God always intended for you. Then you can live in relationship with God. Then you can experience the blessings that He has in store for you".

## 3.7 VOORLOPIGE SAMEVATTING MET BETREKKING TOT DIE BASISTEORETIESE PERSPEKTIEWE

- Die woord welheid kom nie in die Bybel voor nie, maar tog kan daar sekere duidelike afleidings vanuit die Bybel daaroor gemaak word, soos daar in hierdie hoofstuk aangedui is.
- Die Skrif is die kenbron van die basisteorie en moet geraadpleeg word vir 'n welheidsbediening omdat dit betroubaar is, genoegsaam is en noodsaaklik is in die mens se lewe.
- Die Skrif is rigtinggewend in elke faset van menswees. In die fasilitering van 'n welheidsbediening, speel die Skrif as kenbron 'n ingrypende rol en bly die Skrif die "lamp vir my voet en 'n lig vir my pad" (Ps 119:105).
- Die Skrif moet gebruik word as instrument om dwalinge te bestry, God te ken, die weg tot saligheid aan te dui en wat aandui hoe om God meer effektief te kan dien. Dit is uiters belangrik in 'n gelowige se lewe op weg na totale welheid.
- Die mens is beide 'n materiële (liggaam) en 'n niemateriële (siel, gees, hart, verstand, wil en gewete) wese.
- Verskillende teologiese modelle van menswees kan onderskei word, naamlik die monistiese, digotomiese, trigotomiese en die veelvuldig-gefasetteerde perspektief.
- Monisme: Volgens die model bestaan die mens slegs uit een deel en is hy dus onverdeelbaar.
- Digotomie: Volgens hierdie siening bestaan die mens uit twee komponente, naamlik die materiële aspek, die liggaam en die niemateriële aspek, die siel of gees. Laasgenoemde twee aspekte word as sinoniem beskou en word volgens die denkrigting as afwisselend in die Bybel gebruik.
- Trigotomie: Volgens hierdie siening bestaan die mens uit drie komponente, naamlik die liggaam, siel en gees. Die liggaam word beskou as wêreld-bewussyn, die siel as self-bewussyn (wat uit die mens se verbeelding, geheue, emosies, en intellek bestaan) en die gees as God-bewussyn (wat uit die mens se gewete, rede en wil bestaan).

- Veelvuldig-gefasetteerde perspektief: Siel en gees is algemene terme wat die niemateriële komponente van die menslike natuur beskryf. Tog is daar vier addisionele terme wat ook die niemateriële komponent beskryf, naamlik die hart, gewete, verstand en wil. Die mens se niemateriële komponent kan dus beskryf word as veelvuldig.
- Die mens is 'n komplekse wese. Daar bestaan geen eenstemmigheid oor al die komponente waaruit die mens bestaan of nie bestaan nie.
- Vir die doel van die studie word die trigotomiese beskouing van die mens verkies.
- Die liggaam (materiële komponent) is die deel wat fisies funksioneer, die gees van die mens (nie-materiële komponent) is die deel wat weet (1 Kor 2:11) en wat God-bewus is, die siel (niemateriële) is die deel wat voel. Saam vorm dit 'n geheel en werk as 'n eenheid.
- Dit is baie moeilik om tussen die dele waaruit die mens bestaan (liggaam, siel en gees) te onderskei, want dit funksioneer nie afsonderlik van mekaar nie, is afhanklik van mekaar en het 'n invloed op mekaar. Een komponent is nie belangriker as die ander een nie.
- Die Bybelse mensbeeld is van deurslaggewende belang vir 'n welheidsbediening, want alle aspekte van menswees moet erken word wanneer oor totale welheid gepraat word.
- Duidelike en relevante riglyne word in die Bybel verskaf aangaande die dimensies van welheid:
  1. Emosionele welheid: Negatiewe emosies belemmer die welheid van die mens, terwyl 'n lewenswyse volgens Bybelse positiewe emosionele beginsels Christene in staat sal stel om op 'n emosionele vlak met mekaar en hul naaste 'n positiewe verhouding te kan hê.
  2. Fisieke welheid: Liggaamlike gesondheid is uiters belangrik vir God en daarom het die mens heelwat opdragte ontvang ten opsigte van die versorging van sy liggaam.
  3. Intellektuele welheid: In die Bybel, veral in Job, Psalms en Spreuke, word die mens aangemoedig om te leer, kennis lief te hê, God te dien, insig te verkry en verstandig op te tree.
  4. Sosiale welheid: Volgens die Skrif kom die mens eers in sy verhoudinge tot sy eie identiteit en bereik hy sy bestemming as mens. Hy is nie in homself opgeslote, selfgenoegsame, selfonderhoudende en geïsoleerde wese nie.
  5. Geestelike welheid: Vanuit 'n Bybelse perspektief het geestelike welheid te doen met die dien, verheerliking en aanbidding van die Drie-enige God. Dit behels ook die keuses wat die mens maak wat in gehoorsaamheid aan God se opdragte behoort te wees. Geestelike welheid is 'n proses waarin die mens gedurende sy aardse bestaan nooit ten volle sal arriveer nie.
- Die mens moet daarna streef om 'n balans te handhaaf tussen alle dimensies van

welheid in sy lewe.

- Dit is nie moontlik om totale welheid in alle dimensies dwarsdeur die mens se lewe te handhaaf nie en daarom sal daar tye van wanbalans en onwelheid in sy lewe bestaan, wat weer afgewissel sal word met tye van welheid. Hierdie tendens is ook duidelik sigbaar in die lewens van verskeie Bybelse figure.
- Die mens se lewe sal grotendeels bepaal word deur die keuses wat hy maak en sodoende sal hy self verantwoordelikheid moet neem vir sy welheid of onwelheid. Saul, Daniël en Job is bespreek om genoemde wisseling tussen welheid en onwelheid te illustreer. Die Bybelse figure wat gekies is se lewens demonstreer elk 'n besondere dimensie van welheid en of onwelheid.
- Daar is getoon hoe belangrik dit is om welheid, volgens Bybelse beginsels, in alle dimensies uit te leef en die nadelige gevolge indien keuses gemaak word wat welheid teenwerk.
- Alhoewel Saul deur God self uitverkies is en Samuel as mentor gehad het, het Saul verskeie keuses in sy lewe gemaak wat teen die direkte opdrag van God was. Sy ongehoorsaamheid het onwelheid in elke dimensie veroorsaak. Die Gees van God het hom verlaat en sy lewe het 'n afdraande pad gevolg tot en met sy selfmoord.
- Daniël se lewe het redelik gebalanseerd in die welheidsvlak ontplooi, soos wat hy sy lewe ingerig het volgens God se opdragte. Hy het gekies om ten alle tye gehoorsaam te wees en God te dien. Dié gebeure in sy lewe, net soos die leeukuilervaring, het hom nie in totale onwelheid gedompel nie. Hy was bereid om te sterf, sonder om God te veroordeel of te bevraagteken. Dit verskil van Saul wat sy eie besluite neem en Job wat 'n antwoord van God vereis het.
- Job se lewe toon 'n andersoortige patroon as dit vergelyk word met die patroon van Saul en Daniël. Job se onwelheid is oor hom gebring sonder dat hy daarvoor verantwoordelik was. Wat as deel van Job se lewensverhaal van belang is, is die keuses wat hy gemaak het in sy omstandighede, net soos Daniël, wat hom gehelp het om weer terug te keer na 'n toestand van totale welheid. Job het soortgelyke emosionele wroeginge deurgemaak as wat Saul deurgemaak het, maar dit het hom nie permanent van God laat afdwaal nie.
- Alhoewel die dimensies op mekaar inwerk, wil dit voorkom asof geestelike onwelheid 'n meer direkte invloed uitoefen op die ander dimensies en 'n meer prominente plek inneem, soos gesien in die lewens van Saul, Daniël en Job.

## 3.8 SLOTOPMERKING

Uit die bespreking in hierdie hoofstuk het dit aan die lig gekom dat daar duidelike riglyne in die

Bybel is aangaande 'n welheidslewenswyse. Die dimensies van welheid, soos uitgebeeld in die vorige hoofstuk, word ook in die Bybel aangespreek en verskeie riglyne word aangebied vir 'n meer gebalanseerde lewenswyse na liggaam, siel en gees. Die mens is self verantwoordelik vir die keuses wat hy maak betreffende sy persoonlike welheid. Dit blyk ook dat indien die mens Bybelse welheidsvoorskrifte verontagsaam, dit 'n nadelige effek mag hê. Dit is van belang vir die gelowige om nie net met sekulêre konsepte gekonfronteer te word nie. Die Bybel behoort ten alle tye geraadpleeg te word, sodat 'n lewenswyse gehandhaaf kan word ooreenkomstig Bybelse beginsels.

In hierdie hoofstuk is basisteoretiese perspektiewe nagevors oor 'n welheidsbediening. Die volgende hoofstuk sal poog om die hele navorsingsproses te beskryf.

**ARCHITECTS, BEFORE THE CONSTRUCTION OF A BUILDING WORK OUT A METICULOUS AND ACCURATE SET OF PLANS. THIS ENSURES SUCCESS IN THE CONSTRUCTION OF THAT BUILDING. RESEARCHERS SHOULD BE NO LESS PRECISE, DETAILED, AND ACCURATE IN THE PLANNING OF A RESEARCH PROJECT. PLANS, SPECIFICATIONS, CRITERIA, AND DESIGN: ALL OF THESE SERVE WELL THE ARCHITECT, THE BUILDER, AND THE RESEARCHER ALIKE.**

Leedy, 1993:109

# HOOFSTUK 4

# EMPIRIESE NAVORSING TEN OPSIGTE VAN 'N WELHEIDSBEDIENING DEUR AGS-PASTORE IN 'N STEDELIKE KONTEKS

## 4.1 INLEIDING

In hierdie hoofstuk word die empiriese proses verduidelik wat vir die navorsing gevolg is om op 'n kwalitatiewe wyse tot sekere gevolgtrekkings te kom. Verder word die empiriese data geïnterpreteer met die oog op 'n welheidsbediening. Die begrip "empiries" verwys na die verstaanskomponente van die kenproses en daarom is die proses van verstaan, interpretasie en singewing van belang in die empiriese benadering (Hoffman, 2002:156). Landman (s.a.:3) beklemtoon ook die belangrike rol wat die denke in hierdie hele proses behoort te speel soos volg:

> Alle navorsing is denke, maar alle denke is nie navorsing nie: daar kan nie sprake wees van 'n formele, sistematiese, intensiewe, metodiese, gekontroleerde, verfynende en interpreterende soektog na algemeen geldige (universele) uitsprake wat probleemoplossingsbetekenis het, sonder intellektuele (rasionele) aktiwiteit (kognitiewe energie) nie.

Heyns en Pieterse (1998:72-73) verwys na empiriese ondersoeke as onlosmaaklik gekoppel aan teologiese teorie, omdat laasgenoemde beïnvloed word deur die mens se konteks waarin hy teologiseer. Hierdie konteks is die empiriese werklikheid.

In die lig hiervan moet ook in ag geneem word dat die studie gedoen word aan die hand van die Zerfass-model wat uit 'n basisteorie, metateorie en praktykteorie bestaan en wat dien as die metodologiese raamwerk vir Praktiese Teologie om juis prakties te wees (Heitink, 1999:113, sien ook Reinecke, 2001:9). Die empiriese navorsing vorm deel van die metateorie en daarom is dit nodig dat daar in hierdie navorsingsprojek empiries gewerk moet word om ander bronne te benut wat addisioneel tot die literatuur aangewend kan word, soos onderhoude, gevallestudies, narratiewe analises, waarneming, groepsgesprekke, spontane gesprekke, vraelyste en soortgelyke ander metodes (Pieterse, 1993:176; Kritzinger, 2000:16-17). Volgens die Zerfass-model moet daar vervolgens 'n wisselwerking tussen die

situasieanalise en die teologiese oorleweringe plaasvind waaruit 'n nuwe praxis kan ontwikkel.

Vir Kritzinger (2000:9) lê die waarde van empiriese navorsing daarin dat dit die insigte en bevindinge van ander navorsers, wat deur 'n literatuurstudie byeengebring is, aan die praktyk toets, wat dan ook nuwe kennis tot stand kan bring. Die empiriese ondersoek kontroleer of die bevindinge in die literatuurstudie inderdaad die geval is, of soek antwoorde op vrae wat nie deur ander ondersoekers gestel of beantwoord is nie. Wanneer nuwe kennis dan gegenereer word, kom navorsing tot sy reg (sien Venter, 1996:89-90; Louw, 1999: 119-121).

Ten opsigte van die navorsingsproses is dit noodsaaklik dat navorsingsetiek, aldus Lategan (2008:116-117; sien ook Lategan, 2007c:235-237), geïntegreer moet word in alle aspekte van die navorsing, sodat navorsingsintegriteit gewaarborg kan word. Die navorsingsproses sluit dus alle aspekte in wat verband hou met die navorsing.

Die doel van die hoofstuk is om 'n gekonsentreerde beskrywing te gee van die ondersoekproses en die navorsingsresultate ten opsigte van 'n welheidsbediening deur AGS-pastore in 'n stedelike konteks. In die eerste deel van die hoofstuk word die wyse waarop die navorsingsontwerp gestruktureer is, uiteengesit. Daarna volg 'n bespreking van die navorsingsmetode, gevolg deur 'n uiteensetting van die navorsingsresultate.

## 4.2 NAVORSINGSONTWERP

Die navorsingsontwerp verskaf riglyne aan die navorser ten opsigte van die beplanning vir die organisering en insameling van inligting om die navorsingsbevindinge te bekom en om die vooropgestelde doelwitte te bereik (De Vos & Fouché, 1998:82; Babbie & Mouton, 2001:74). Volgens Mouton (1996:107) kan die essensie van die navorsingsontwerp verstaan word as: "... a set of guidelines and instructions to be followed in addressing the research problem". Hierdie beplanning van die navorsingsontwerp sal volgens Mouton en Marais (1993:33) die uiteindelike geldigheid van die navorsing verhoog.

'n Navorsingsontwerp kan kwalitatief en/of kwantitatief wees (Creswell, 1994:1: sien ook Lategan, 2006;141-142). Die verskille tussen 'n kwalitatiewe (interpretatiewe) en 'n kwantitatiewe (empiries-analities of positivistiese) navorsingsparadigma word soos volg hieronder in tabelvorm weergegee (Tabel 6) (van Zyl, 2004:138-139; sien ook Mouton & Marais, 1993:160-162; Neuman, 1997:14; McMillan & Schumacher, 2001:15,31,39; Schoeman, 2005:139). Die Oxford English Dictionary (2002:607) definieer 'n paradigma as: "... a model underlying the theories and practice of a scientific subject", terwyl Denzin en Lincoln

(2000:157) van mening is dat dit: "... a basic set of believes that guide action" is, wat oor die navorser se wêreldbeskouing of grondbeginsels handel. Janse van Rensburg (1996:152) verskaf 'n meer omvattende beskrywing van die begrip en beskou dit as: "... 'n model, vertrekpunt, 'n verwysingsraamwerk, 'n konsep of veronderstelling wat die wyse van fundering, strukturering, aanbieding en konklusie van 'n saak of leerstelling rigtinggewend bepaal". Bogenoemde beskrywing van 'n paradigma word as genoegsaam beskou vir die doel van die studie.

**Tabel 6: Verskille tussen die kwantitatiewe en kwalitatiewe navorsingsparadigma**

| Kwalitatiewe navorsing | Kwantitatiewe navorsing |
|---|---|
| Gebruik 'n induktiewe vorm van redenering: ontwikkel konsepte, insigte en begrip van patrone in die data. | Gebruik 'n deduktiewe vorm van redenering: samel data in om vooropgestelde modelle, hipoteses en teorieë te evalueer. |
| Bied 'n emiese ('n term wat betrekking het op begrippe of aspekte van gedrag wat eie is aan 'n bepaalde kultuur) perspektief op navraag: lei betekenis uit die subjek se perspektief af. | Bied 'n etiese ('n term wat betrekking het op begrippe wat gebruik kan word om dieselfde verskynsel in verskillende kulture te beskryf) perspektief op navraag: die betekenis word deur die navorser bepaal. |
| Is ideografies: stel dus ten doel om die betekenis wat mense aan hul alledaagse bestaan toeken, te verstaan. | Is nomoteïsties: stel ten doel om die sosiale wêreld objektief te evalueer, hipoteses te toets, en om menslike gedrag te voorspel en te kontroleer. |
| Beskou realiteit as subjektief. | Beskou realiteit as objektief. |
| Lê beslag op betekenis en ontdek betekenis wanneer die navorser verdiep raak in die data. | Toets hipoteses waarmee die navorser die navorsing begin het. |
| Konsepte is in die vorm van temas, motiewe en kategorieë. | Konsepte is in die vorm van afsonderlike veranderlikes. |
| Poog om die verskynsel te verstaan. | Poog om die verskynsel te kontroleer. |
| Waarnemings word bepaal deur die omvangrykheid van inligting binne situasies; verskillende soorte waarnemings word aangewend om die begrip (verstaan) van die verskynsel te versterk. | Waarneming word sistematies, op 'n gestandaardiseerde manier, onderneem. |
| Data word aangebied in die vorm van woorde, aanhalings van dokumente en afskrifte. | Data word deur middel van definitiewe syfers verkry en presiese meting word aangebied. |
| Die navorsingsontwerp is aanpasbaar en uniek. Dit ontwikkel met verloop van die navorsingsproses. Daar is geen vasgestelde stappe wat gevolg behoort te word nie en dit kan nie op presies dieselfde wyse herhaal word nie. | Die navorsingsontwerp is gestandaardiseer volgens 'n vasgestelde prosedure en kan herhaal word. |
| Data word ontleed deur temas te abstraheer. | Data-ontleding word aan die hand van gestandaardiseerde statistiese prosedures gedoen. |
| Die eenheid van ontleding is holisties van aard en fokus op die verhoudings tussen elemente, kontekste, ensovoorts. Die geheel is altyd meer as die som. | Die eenhede van ontleding is veranderlikes wat anatomisties (elemente wat deel vorm van die geheel) van aard is. |
| Die kwalitatiewe navorsingsparadigma kan ook die interpretatiewe navorsingsparadigma genoem word. | Die kwantitatiewe navorsingsparadigma kan ook die empiries-analitiese navorsingsparadigma genoem word |

Die verskil tussen bogenoemde navorsingsparadigmas word soos volg deur Mouton en Marais (1993:163) opgesom: "... the differences between qualitative and quantitative approaches could be reduced to differences in structuring, control, and scope".

Om die doel van die studie te bereik, is die mees toepaslike ontwerp vir hierdie navorsing kwalitatief met 'n verkennende, beskrywend en kontekstuele fokus (Mouton & Marais, 1993:43-44; McMillan & Schumacher, 2001:283-285; Fouché & De Vos, 2005: 106). Die studie is daarop gerig om insig te verkry oor 'n welheidsbediening deur AGS-pastore in 'n stedelike konteks, sodat 'n gepaste model vir 'n welheidsbediening geformuleer kan word. Deur middel van 'n kwalitatiewe benadering word daar dus gepoog om die navorsingsvraag te beantwoord en om sodoende aan die doelwitte van die studie te voldoen. Vervolgens word die toepaslike ontwerp vir hierdie navorsing kortliks belig.

### 4.2.1 Kwalitatiewe navorsing

Volgens Henning (2004:5) is kwalitatiewe navorsing: "... the term that denotes the type of inquiry in which the qualities, the characteristics or the properties of a phenomenon are examined for better understanding and examination". Die klem by hierdie tipe navorsing val op die poging om 'n wêreld te verstaan wat nie in terme van syfers of statistiek verstaan kan word nie (Hitchcock & Hughes, 1995:116; Gaskell, 2000:39-41; Denzin & Lincoln, 2003:13). Dit is dus 'n metode wat gemoeid is met sosiale aspekte van die wêreld, hoe dit deur bepaalde individue beleef en ervaar word, hoe hulle betekenis aan hul leefwêreld gee en sin maak van hulself en ander (Berg, 2007:8-9).

Hierdie tipe navorsing fokus dus op 'n beter of betroubare verstaan van menslike gedrag en ervaring (Garbers, 1996:291), die kompleksiteit van sosiale interaksies soos dit in die daaglikse lewe uitdrukking vind en die betekenis wat die deelnemers self aan hierdie interaksie toeskryf (Marshall & Rossman, 1999:2). Die beste manier om daarby uit te kom, is om gebruik te maak van oop vrae, soos byvoorbeeld: "Vertel my jou storie" (Silverman, 2001:13). Die navorser verdiep homself in die betrokke verskynsel en sodoende word lewenservaring van mense beskryf en betekenis daaraan gegee. Leedy en Ormrod (2001:147) beklemtoon dat in 'n kwalitatiewe ondersoek "... we collect numerous forms of data and examine them from various angles to construct a rich and meaningful picture of a complex, multifaceted situation". Kwalitatiewe navorsing is daarom 'n sambreelterm wat 'n groot hoeveelheid benaderings tot die studie van menslike gedrag beskryf.

Morse en Field (1996:8) wys daarop dat daar van die kwalitatiewe metode gebruik gemaak kan word in die volgende situasies:

- Wanneer daar min inligting bestaan oor 'n spesifieke fenomeen.
- Wanneer die navorsingsvraag aanleiding kan gee tot 'n beter verduideliking of begrip van die fenomeen.

Die volgende aannames, wat van kritiese belang is in kwalitatiewe navorsing en wat in hierdie studie toegepas sal word, word deur Merriman (sien Cresswell, 1994:145) soos volg aangedui:

- Veldwerk is deel van kwalitatiewe navorsing. Die onderwerp van die navorsing moet in die natuurlike omgewing verken word en daarom moet die navorser fisies na die plek, instansie of mense toe gaan.
- Die navorser is die primêre instrument vir die insameling en ontleding van data.
- Kwalitatiewe navorsing is primêr gefokus op die proses en nie toegespits op die uitkomste nie. Daar word nie vanaf 'n voorafopgestelde raamwerk vertrek nie.
- Die proses van kwalitatiewe navorsing is induktief, omdat die navorser tot sekere insigte, gevolgtrekkings, teorieë en hipotesesvorming kan kom deur dit uit besonderhede af te lei.
- Kwalitatiewe navorsing is beskrywend omdat die navorser fokus op die begrip, proses en betekenis waartoe gekom word deur beelde en woorde.
- Kwalitatiewe navorsing fokus op dit wat vir die mens van belang is en op die betekenis wat mense aan hul lewens, strukture en ervarings gee.

### 4.2.2 Verkennende navorsing

Volgens Mouton en Marais (1993:43) sal hierdie tipe studie lei tot: "... insight and comprehension rather than collection of accurate and replicable data" en baie keer word hier van in diepte-onderhoude gebruik gemaak. Die doel van verkennende navorsing is dus om 'n relatiewe onbekende terrein te verken, sodat nuwe insigte oor die fenomeen verkry kan word (Burns & Grove, 1997:38; Mouton, 2001:102).

'n Metode wat deur verkennende navorsing gebruik word, is onder andere om 'n opname te maak onder mense wat praktiese ervaring van die situasie of probleem het. Die navorsing is daarop ingestel om insig in 'n situasie, fenomeen, gemeenskap of individu te verkry (Bless & Higson-Smith, 1995:42).

Met hierdie tipe navorsing moet die navorser bereid wees om ontvanklik te wees vir nuwe idees en voorstelle, om dit te ondersoek, eerder as om gelei te word deur aannames. Die navorser moet te alle tye probeer om onpartydig te wees en vooropgestelde idees, wat 'n invloed mag uitoefen op die rigting wat die navorsing mag inneem, te vermy (Mouton & Marais,

1993:43; Neuman, 1997:19).

Hierdie studie poog om nuwe, beter en in diepte-insig te verkry in die kundigheid, belewenis of ondervindinge van AGS-pastore rakende 'n welheidsbediening, met die doel om 'n verstelde praktykteoretiese model te ontwikkel vir so 'n bediening. Aangesien daar feitlik geen navorsing op hierdie terrein van ondersoek gedoen is nie, word die navorsing as verkennend beskou.

### 4.2.3 Beskrywende navorsing

Hierdie studie is beskrywend, omdat in diepte-onderhoude met AGS-pastore oor 'n welheidsbediening gevoer word, waarna 'n sistematiese, feitlike en akkurate beskrywing gegee moet word van die resultate wat verkry is uit die onderhoude (Mouton & Marais,1993:44).

Beskrywende navorsing verskaf 'n prentjie van spesifieke besonderhede van 'n situasie of verhouding (Neuman, 1997:19-20). Die navorser se doel met hierdie tipe navorsing is om dit wat bestaan so volledig en akkuraat as moontlik te beskryf eerder as om dit te verduidelik (Terreblanche & Durrheim, 1999:39; Burns & Grove, 1997:67; Garbers, 1996:295). Die noukeurige insameling van data is hier van kardinale belang (Mouton & Marais,1993:43-44).

### 4.2.4 Kontekstuele navorsing

Wanneer die inligting gebonde is aan 'n spesifieke konteks van die fenomeen wat nagevors word, is die navorsingsprojek kontekstueel (Mouton, 1996:33). Hierdie tipe navorsing kan nie verteenwoordigend wees van die totale populasie nie en dus is dit ook nie van toepassing op die totale populasie nie (Mouton & Marais,1993:50). Beskrywende-verkennende studies neig dus om meer kontekstueel gebonde te wees as wat dit van universele belang is (Mouton & Marais,1993:121). Burns en Grove (1997:29-30) wys wel daarop dat indien die betekenis van die fenomeen verstaan word in 'n spesifieke konteks, dit makliker sal wees om fenomene in ander soortgelyke situasies te verstaan. Hierdie studie is konteksgebonde, omdat dit spesifiek konsentreer en gebonde is aan die unieke omgewing of betekeniswêreld van AGS-pastore in 'n stedelike konteks se bydrae tot die ontwikkeling van 'n model vir 'n welheidsbediening.

## 4.3 NAVORSINGSMETODE

Lategan (2006:141) maak die volgende stelling oor die navorsingsmetode: "Navorsing sal nie suksesvol kan wees as dit nie deur 'n sinvolle navorsingsmetodologie onderskryf word nie. Navorsingsmetodologie is die 'gereedskap' waarmee die navorsingsprojek onderneem word. Die metafoor is duidelik: Sonder die toepaslike gereedskap kan geen projek suksesvol gedoen word nie". Botha (2001:14) voer aan dat die navorsingsmetode en die kundigheid van die

navorser grotendeels bepaal of die verlangde inligting verkry sal word. Leedy en Ormrod (2001:147) verklaar dat die navorsingsmetode in terme van kwalitatiewe navorsing soos volg beskryf word:

> To answer some research questions, we cannot skim across the surface. We must dig deep to get a complete understanding of the phenomenon we are studying. In qualitative research we collect numerous forms of data and examine them from various angles to construct a rich and meaningful picture of a complex, multifaceted situation.

Die metode van navorsing wat vir die studie gevolg is, word kortliks in die afdeling beskryf. Hier sal aandag geskenk word aan die steekproef, loodsstudie, metode van data-insameling, data-analise, vertrouenswaardigheid van die navorsingsproses en etiese oorwegings.

### 4.3.1 Steekproef

Kwalitatiewe navorsing maak gebruik van steekproewe omdat die totale populasie wat kwalifiseer om deel te neem aan die navorsing, heel moontlik nie almal in die studie betrek kan word nie. 'n Kleiner groep moet uit die totale populasie geïdentifiseer word, wat dan bekend staan as 'n steekproef (Lyons, 2003: 272). Klein steekproewe is deel van die tradisie van kwalitatiewe navorsing vanweë die sterk beklemtoning van interpretasie (Landman, s.a.:12). 'n Steekproef word dus gemaak wanneer 'n deel van die navorsingspopulasie uitgekies word as verteenwoordigers van die populasie om aan die navorsingsprojek deel te neem (Morse & Field, 1996:65; Burns & Grove, 1997:294, 306). Mouton (1996:148) noem hierdie populasie die teikenpopulasie. In die studie is die teikenpopulasie AGS-pastore, maar die strekwydte van die navorsing sal te groot wees indien al die sektore binne die AGS in hierdie navorsing betrek sou word. As gevolg hiervan word die navorsing gefokus op AGS-pastore in 'n stedelike konteks, waar die pastoor 'n bydrae kan lewer ten opsigte van 'n welheidsbediening. Nieteenstaande bestaan die vermoede dat sekere beginsels en riglyne moontlik algemeen toepaslik kan wees vir die meeste sektore binne die AGS.

Die metode van steekproeftrekking is belangrik vir die studie omdat dit die kwaliteit, effektiwiteit en die stabiliteit van die resultate sal bepaal (Anastas & MacDonald,1994:258). Daar is twee tipe metodes wat gebruik kan word om 'n steekproeftrekking mee te maak, naamlik ewekansige en nie-ewekansige steekproeftrekking. Ewekansige steekproeftrekking beteken dat elke element 'n gelyke kans het om vir die steekproef getrek te word en sodoende sal die moontlikheid soveel groter wees dat die steekproef verteenwoordigend van die

geïdentifiseerde populasie sal wees. Die tipe steekproef is nie altyd moontlik nie (Mouton & Marais, 1993:120).

In hierdie studie word die nie-ewekansige steekproeftrekkingmetode gebruik waar elke element nie 'n gelyke kans het tot insluiting nie. 'n Doelgerigte steekproef is gemaak waar deelnemers geselekteer word op die basis dat hulle inligtingryke data sal kan verskaf wat relevant is tot die uitkoms van die studie (Polit & Hungler, 1997:229; Brink, 2001:134). Daar word aanvaar dat die steekproefgrootte voldoende is wanneer daar herhaling in temas begin verkry word in die beskrywing van die belewenis van die fenomeen deur die deelnemers (Morse & Field, 1996:65; Burns & Grove, 1997:309).

Die volgende kriteria is saamgestel vir die identifisering van geskikte deelnemers vir die ondersoek:

- Geordende AGS-pastore in 'n stedelike konteks wat inligtingryke data kan bydra tot die navorsing ten opsigte van 'n welheidsbediening.
- Deelnemers moet bereid wees om geskrewe toestemming te verleen vir die onderhoud om op oudioband opgeneem te word en dat die transkripsie daarvan in die navorsing gebruik kan word.
- Die deelnemers kan verteenwoordigend wees van die manlike en vroulike geslag.
- Die deelnemers moet oor die vermoë beskik om hulself verbaal met relatiewe gemak uit te druk.

### 4.3.2 Loodsstudie

'n Loodsstudie is ook onderneem. Van Teijling en Hundley (2001:1) definieer 'n loodsstudie soos volg: "The term 'pilot studies' refers to mini versions of a full-scale study (also called 'feasibility' studies), as well as the specific pre-testing of a particular research instrument such as a questionnaire or interview schedule". Hulle beskou dit as 'n onontbeerlike element van die navorsingsontwerp, wat nie noodwendig die sukses van die navorsing kan waarborg nie, maar wel die moontlikheid daarvan verhoog (Van Teijling & Hundley, 2001:1). In die opsig beveel Holloway (1997:121) aan dat die loodsstudie juis gebruik kan word wanneer die navorser nog nie heeltemal vertroud is met die tegniek van die navorsingsonderhoud nie. 'n Loodsstudie word aanbeveel sodat aandag geskenk kan word aan die volgende: sterk en swak punte van die navorsing, die onderhoudsvaardighede van die navorser, die effektiwiteit van die beoogde navorsingsvrae en om veranderings aan te bring indien nodig (Rosnow & Rosenthal, 1996:110-112,206-207; Burns & Grove, 1997:52; Breakwell, 2003:242-243).

#### 4.3.3 Data-insameling

Die proses van data-insameling word deur Creswell (1998:110) gevisualiseer as 'n reeks interafhanklike aktiwiteite met die doel om goeie inligting in te samel vir die beantwoording van navorsingsvrae. Volgens McMillan en Schumacher (2001:15) word data voorgestel as 'n vertelling met woorde. In hierdie afdeling sal daar gekonsentreer word op die wyse van hoe data ingesamel word. Vervolgens word daar kortliks aandag gegee aan aspekte soos die onderhoudvoering en veldnotas.

##### 4.3.3.1 Onderhoudvoering

Die navorsingsonderhoud word deur Henning (2004:79) soos volg gedefinieer: "Interviews are communicative events aimed at finding what participants think, know and feel. Researchers need to recall their experience and what they observed during the interview to complement the text". Die grondslag van kwalitatiewe onderhoude is dus om die ervarings van ander en die betekenis wat hulle daaraan heg, te begryp en te ondersoek (Seidman, 1998:3; Botha, 2001:15). Botha (2001:13) beklemtoon nog 'n aspek van die kwalitatiewe onderhoud as "... flexible and dynamic and has been referred to as nondirective, unstructured, non-standardised and open-ended".

Semigestruktureerde, individuele in diepte-onderhoude is met deelnemers gevoer volgens die riglyne wat deur Smith (2003:56) voorgestel is. Met hierdie metode van onderhoudvoering, wat ook deur Patton (2002:349) beskryf word as die "Interview Guide Approach", en deur Berg (2007:95) as die "Semistandardized Interview", word die deelnemers toegelaat om hulself vrylik uit te druk terwyl die gesprek tog op bepaalde inhoude afgestem is. In die onderhoud word 'n paar vooropgestelde vrae aan elke deelnemer gevra in 'n sistematiese en spesifieke volgorde, maar die deelnemer word toegelaat om verder uit te brei op die vrae as wat oorspronklik beplan is (Berg, 2007:95). Die vrae word gerig op die deelnemers se belewenis, gevoelens, veronderstellings, kennis, insig en oortuigings omtrent die onderwerp wat ter sprake is. Inligting wat op die manier bekom word, hoef nie as waar of vals hanteer te word nie, maar eerder as weergawes van *perspektiewe* oor die saak (Steyn & Lotter, 2006:108). In hierdie tipe kwalitatiewe onderhoudvoering is daar interaksie tussen die navorser en die deelnemer. Daarom is die navorser aktief betrokke by die onderhoud en by die insameling en verwerking van data (Denzin & Lincoln, 2000:633; sien ook Patton, 2002:407).

Om die navorser in staat te stel om die onderhoud so sinvol as moontlik te voer, sonder om direktief of manipulerend te wees, stel Janesick (1998:30) die volgende vrae voor wat moontlik tydens 'n onderhoud gebruik kan word:

- Verduidelikende vrae: "Wat bedoel jy hiermee wanneer jy dit sê?"

- Beskrywende vrae: "Beskryf hoe jy hieroor gevoel het".
- Vergelykende of kontrasterende vrae: "Jy verskil hieroor. Het jy enige besware? Verduidelik".
- Opvolgvrae: "Jy het na die aspek verwys. Verduidelik wat jy daarmee bedoel".
- Voorbeeldvrae: "Kan jy 'n voorbeeld verskaf, waarom jy so sê?"
- Strukturele vrae: "Wat is volgens jou mening die oorsaak of gevolg hiervan?"

Die onderhoudvoerder moet tydens die onderhoud daarteen waak om nie reaksies te toon wat 'n respons kan beïnvloed nie, moet 'n sekere voorkennis van die deelnemer se kultuur hê, 'n fyn waarnemingsvermoë besit en 'n intense belangstelling in mense hê om hul dieper belewenisse te kan begryp en die betekenis wat hul daaraan heg, te kan verstaan (Botha, 2001:15). Volgens Botha (2001:16) kan die kwalitatiewe onderhoudvoering 'n kragtige tegniek wees om kontekstueel-geloofwaardige inligting oor 'n domeinverskynsel in te samel.

Die volgende navorsingsvrae is tydens die een-tot-een semigestruktureerde onderhoude aan die deelnemer gerig:

- Wat is u persoonlike siening rondom 'n welheidsbediening na liggaam, siel en gees, in gemeenteverband?
- Hoe essensieel is so 'n bediening?
- Watter aanbevelings kan u maak vir die ontwikkeling, toepassing en organisering daarvan?
- Watter aktiwiteite behoort volgens u deel uit te maak van 'n totale welheidsbediening in elk van die volgende dimensies:
  - emosionele dimensie;
  - fisieke dimensie;
  - sosiale dimensie;
  - geestelike dimensie; en
  - intellektuele dimensie?
- Hoe dink u sal uself en ook die gemeentebestuur betrokke wil wees in so 'n welheidsbediening?
- Tot watter mate vind 'n welheidsbediening plaas in en deur die gemeente se werksaamhede? Gee asseblief voorbeelde indien van toepassing?
- Tot watter mate is u persoonlike bediening aan u lidmate 'n welheidsbediening? Gee asseblief voorbeelde indien van toepassing.
- Enige verdere wenke, idees of voorstelle oor hoe so 'n welheidsbedieningsmodel behoort te lyk of te funksioneer?

Die vrae is ook op skrif gestel en daar is vooraf bepaal dat die onderhoud ongeveer vyftig minute kan duur, maar indien meer tyd benodig was, is dit toegestaan. Die onderhoude is op oudioband opgeneem wat transkribering moontlik maak. Onderhoude is gevoer totdat 'n versadigingspunt bereik is, wat dan die aantal onderhoude bepaal het (Creswell, 1994:153). Benewens bogenoemde standaardkeuses wat tydens die navorsingsproses gemaak moet word, is daar volgens Botha (2001:15) en Kvale (1996:2) min beperkings en reëls vir kwalitatiewenavorsingsonderhoude en staan dit die navorser vry om die onderhoude op intuïsie en kundige aanvoeling te voer. Weens die onbekendheid van die vertaling van die term "wellness" en die betekenis daarvan vir hierdie navorsing, is daar besluit om inligting hieroor aan elke deelnemer te stuur vir oriëntasie. Die woord welheid is bekendgestel in 'n paragraaf as 'n direkte vertaling van *wellness* en 'n paar resente definisies van wat die dimensies van welheid behels, is verskaf. Die onderhoudsvrae is ook verskaf (Patton, 2002:407; sien ook Adlem, 2007:146,178-179). Die inligting is selektief gekies om nie die deelnemer te lei nie, maar om slegs inligting rondom die begrip welheid en die betekenis van die begrip te verduidelik. Siende dat dit 'n onbekende term is, is die stap as noodsaaklik beskou. Hierdie aspek is ook met die studieleier uitgeklaar.

#### 4.3.3.2 Veldnotas

Die doel van veldnotas is om so volledig as moontlik verslag te doen van die waarneembare. Die veldnotas bestaan uit waarnemings van die konteks, gedrag en gebeure tydens die onderhoude, asook die navorser se ervarings en besluite rakende die navorsingsproses. Veldnotas van wat die navorser beleef, sien, hoor en dink is direk na elke onderhoud aangeteken om te verhoed dat die neem van notas steurend mag inwerk op die onderhoud. Die gebruik van deeglike veldnotas wat in die studie aangewend is, verseker verdere betroubaarheid en geldigheid van die data (Wadsworth, 1997:57-61; Terreblanche & Durrheim, 1999:138-139; Wilkinson, 2003:233).

### 4.3.4 Data-analise

Volgens Creswell (1994:167) behels kwalitatiewe data-analise die volgende: "... classifying things, persons, and events and the properties which characterize them and the seeking to identify and describe patterns and themes in an attempt to understand and explain these patterns and themes". Mouton (2001:108) beskou die data-analiseproses as die opbreek van data in hanteerbare temas, patrone, tendense en verhoudinge. Die navorser poog dus om deur die proses van data-analise sin te maak uit die verkreë data in die navorsingsproses. Daar is verskeie metodes waardeur data-analise gedoen kan word (Omery, 1983:57; Kerlinger, 1986:477-479), maar in hierdie studie sal die dataverwerking volgens die agt stappe

van Tesch (sien Creswell, 1994:154-156) plaasvind. Die stappe is soos volg:

- Alle transkripsies en notas word aandagtig deurgelees. Idees word neergeskryf soos daar gelees word, sodat 'n geheelbeeld verkry kan word.
- Een van die onderhoude word deeglik deurgewerk om aan die onderliggende betekenis van die onderhoud aandag te gee. Betekenisse word onderstreep en kantaantekeninge word gemaak oor verskillende gedagtes.
- Wanneer deur 'n aantal onderhoude gelees is, word 'n lys gemaak van temas wat herhaaldelik voorkom. Dit word gekategoriseer in hooftemas, subtemas en oorblywende temas.
- Die lys van kodes word teruggeneem na die data toe. `n Kode word aan elke tema toegeken en daarna word die kodes langsaan die toepaslike dele van die teks geskryf. Daar word spesifiek gekyk of enige nuwe temas of kategorieë te voorskyn kom.
- Woorde wat die temas die beste beskryf, word in kategorieë geplaas deur groepe te maak van die temas wat verwantskappe toon.
- Daar word besluit op afkortings vir die kategorieë en die kodes word in alfabetiese volgorde geplaas.
- Data word kategoriegewys gesorteer en 'n voorlopige analise word gedoen.
- Indien nodig, kan die data herkodeer word.

'n Skoon stel data en 'n protokol van data-analise sal aan die onafhanklike kodeerder met ervaring in kwalitatiewedata-analise, gegee word. Daarna ontmoet die datakodeerder en navorser vir 'n konsensus gesprek oor die resultate. Die sentrale temas wat in die navorsing na vore kom, word met beskikbare literatuurstudie vergelyk.

### 4.3.5 Vertrouenswaardigheid van die navorsingsproses

Die kwalitatiewe navorser bestudeer die navorsingsfenomeen soos wat dit gesien en beleef word deur die deelnemers self. Hierdie navorsing word beskou as oop, buigbaar en sonder enige streng riglyne. Daarom word objektiwiteit, geldigheid en betroubaarheid dikwels in twyfel getrek (sien Lyons, 2003:269-271). Kwalitatiewe navorsers poog dus om die navorsing so betroubaar en geldig as moontlik aan te bied, want geen studie is oordraagbaar tensy dit geloofwaardigheid het nie en is ook nie geloofwaardig as dit nie vertrouenswaardig is nie (Polit & Beck, 2007:539). Die vertrouenswaardigheid van die kwalitatiewe navorsingsproses kan dus bevorder word deur gebruik te maak van Lincoln en Guba (1985:290-327) se model wat ook deur Krefting (1991:214-222) en Polit en Beck (2007:537-541) bespreek word. Hierdie model, wat tydens die navorsingsproses aangewend sal word, spesifiseer die volgende kriteria waarna kortliks verwys sal word: waarheidswaarde (bevestig deur geloofwaardigheid), toepasbaarheid (bevestig deur oordraagbaarheid), konsekwentheid (bevestig deur

vertroubaarheid) en neutraliteit (bevestig deur bevestigbaarheid) (Lincoln & Guba, 1985:327) (Sien Tabel 7). Volgens Polit en Beck (2007:540) is genoemde kriteria: "... often thought of as the golden standard for qualitative research" en word deur die meeste navorsers gebruik.

**Tabel 7: Vertrouenswaardigheid: kriteria en beheermaatreëls**

| VERTROUENSWAARDIGHEID (KRITERIA) | KWALITATIEWE NAVORSING (BEHEERMAATREËLS) |
|---|---|
| Waarheidswaarde | Geloofwaardigheid |
| Toepaslikheid | Oordraagbaarheid |
| Konsekwentheid | Vertroubaarheid |
| Neutraliteit | Bevestigbaarheid |

#### 4.3.5.1 Waarheidswaarde

Waarheidswaarde verwys na hoe vertroud die navorser is met die bevindinge binne die bepaalde konteks waarbinne die studie gedoen is. Dit kan ook beskryf word as die vertroue wat die navorser in die korrektheid van die bevindinge het en word verkry vanuit menslike belewenisse en ervarings van situasies (Krefting,1991:215; Polit & Beck, 2007:539). In hierdie navorsing sal dit dan verkry word deur die ontdekking van pastore se ervaring en belewenis van 'n welheidsbediening.

Die waarheidswaarde word deur die beheermaatreël van geloofwaardigheid bevestig. Rubin en Rubin (1995:91) maak die volgende stelling ten opsigte van die geloofwaardigheid van kwalitatiewe navorsing: "Research that is design to garner lots of evidence, that is vivid, detailed and transparent, that is careful and well documented, that is coherent and consistent is going to be convincing. These are the standards through which qualitative interviewing studies gain credibility".

Geloofwaardigheid as beheermaatreël is in hierdie studie toegepas om die waarheidswaarde van die studie te bevorder, deur die volgende tegnieke te gebruik:

- Portuurgroepevaluering: Dit behels die bespreking van die data met studieleiers en of ander kundiges wat waardevolle insette kan lewer ten opsigte van die bevindinge en betroubaarheid van die studie (Krefting, 1991:219). Die onafhanklike kodeerder het 'n doktorsgraad in Teologie en is wel bekend met die metode van data-analise. Sy betrokkenheid by die analise van die data ondersteun eerlikheid, openheid en objektiwiteit. Dit verhoed ook dat die navorser die data met 'n vooropgestelde hipotese analiseer.

- Strukturele koherensie: Dit behels dat daar konsekwentheid moet wees tussen die data en die interpretasie van die data (Krefting, 1991:220). Dit word verseker deur konsekwent te fokus op die belewenis van die pastore van 'n welheidsbediening tydens al die onderhoude. Dieselfde fokus is noodsaaklik met die kodering, analise en interpretasie van die data. Die riglyne wat gegenereer word en die model word gebaseer op die belewenis en ondervindingswêreld van die pastore.
- Refleksiwiteit: Dit behels dat die kwalitatiewe navorser deel van die navorsing is. Daarom moet daar kennis geneem word van die invloed wat die navorser se agtergrond, vooroordele, persepsies, belangstelling in die navorsingsveld en die betrokkenheid by die insameling en analisering van die data kan hê. Refleksiwiteit dwing dus die navorser om genoemde aspekte in oënskou te neem en daarom is dit 'n belangrike instrument waarmee bestaande opvattings krities geëvalueer kan word (Krefting, 1991:218). As aktiewe deelnemer aan die navorsing, het die navorser self die onderhoude hanteer en ook die veldnotas na die onderhoude gemaak om te verseker dat die inligting so akkuraat as moontlik is (Lincoln & Guba, 1985:304; sien ook Morse & Field,1996:91).
- Triangulasie: Dit is die gebruik van 'n verskeidenheid van metodes en tegnieke om dieselfde verskynsel te bestudeer (Krefting, 1991:218; Creswell, 1994:167). Deur die toepassing van triangulasie word geloofwaardigheid versterk deurdat die verskillende data mekaar aanvul (Mouton, 1996:156-157). Fielding en Fielding (aangehaal deur Berg, 2007:6-7) is van mening dat die belangrikste eienskap van triangulasie nie gesien moet word as die kombinasie van verskillende soorte data nie, maar hoe die data met mekaar in verband gebring word om die geloofwaardigheid van die studie te verhoog. Daar is verskeie wyses van triangulasie (Miles & Huberman, 1994:266-267), naamlik insamelingsmetodes van data (sluit onderhoude en observasie in), die navorser (verskeie navorsers kan gebruik word), databronne (sluit mense, plekke en tyd in) en datatipe (kwalitatiewe tekste). In die studie is onderhoude met verskeie pastore gevoer wat op oudioband opgeneem en getranskribeer is. Deeglike observasies, wat tydens die onderhoude gemaak is, is na die onderhoud in veldnotas aangeteken. Die bevindinge van die navorsing word vergelyk en gekontroleer deur 'n literatuurkontrole om leemtes, ooreenkomste, verskille en buitengewone bydraes te identifiseer. Die data is deeglik bespreek met die onafhanklike kodeerder totdat konsensus bereik is. Maksimale begrip en inligting word verkry ten opsigte van die verskynsel wanneer die databronne, soos hierbo genoem, saamgevoeg word. Triangulasie van databronne, persone en metodes is dus in hierdie studie gebruik.

#### 4.3.5.2 Toepaslikheid

Toepaslikheid behels die mate waartoe bevinding van 'n spesifieke studie in ander kontekste of op ander deelnemers toegepas kan word en die mate waartoe bevindinge veralgemeen kan word na groter populasies (Babbie & Mouton, 2001:5). Kwalitatiewe navorsing impliseer nie dat data veralgemeen kan word nie, omdat elke situasie uniek is met 'n spesifieke navorser en deelnemer in 'n spesifieke interaksie (Krefting, 1991:216; Polit & Beck, 2007:539). Daar word dus eerder na die toepaslikheid van resultate verwys.

Oordraagbaarheid as beheermaatreël is in hierdie studie toegepas om die toepaslikheid van die studie te bevorder, deur die volgende tegnieke te gebruik:

- Digte beskrywing: 'n Digte beskrywing van die navorsingsproses en die resultate daarvan is voorsien om die oordraagbaarheidsmoontlikheid van die studie te vergemaklik. Onder digte beskrywing word verstaan "... providing the widest possible range of information" (Lincoln & Guba, 1985:316). Oordraagbaarheid is hoofsaaklik die verantwoordelikheid van die volgende navorser wat dit wil toepas en nie soseer dié van die oorspronklike navorser nie (Krefting, 1991:216).
- Steekproeftrekking: Daar is gepoog om aan die vereiste van oordraagbaarheid te voldoen deurdat doelgerigte steekproeftrekking plaasgevind het en sodoende kon die deelnemers aan die kriteria van insluiting voldoen (Lincoln & Guba, 1985:201).

#### 4.3.5.3 Konsekwentheid

Konsekwentheid van die data behels dat die navorsingsresultate binne dieselfde of in 'n soortgelyke konteks met soortgelyke deelnemers konsekwent sal bly indien dit herhaal sou word (Krefting, 1991:216; Babbie & Mouton, 2001:5; Polit & Beck, 2007:539). Om hierdie rede is dit belangrik dat die data wat ingesamel is so volledig as moontlik beskryf moet word. 'n In diepte-beskrywing van die navorsingsmetode en die stapsgewyse toepassing daarvan is ook van belang. Hierdie maatreëls sal die vertroubaarheid van die navorsing verhoog.

Kwalitatiewe navorsing beklemtoon dat menslike optredes en ervarings uniek is en dat die resultate nie presies identies kan wees nie. Daar moet dus gefokus word op 'n verskeidenheid ervarings eerder as 'n herhaling van 'n spesifieke ervaring (Krefting, 1991:216). In hierdie navorsing wissel die ervarings van die pastore volgens hulle uniekheid en hulle belewenis in 'n spesifieke omgewing. Daar word egter op die ooreenkomste in die navorsing gekonsentreer vir die ontwikkeling van 'n model.

Vertroubaarheid as beheermaatreël is in hierdie studie toegepas om die konsekwentheid van die studie te bevorder deur die volgende tegnieke te gebruik:

- Triangulasie van databronne: Soos reeds bespreek onder die kriteria van waarheidswaarde, is triangulasie van databronne gebruik. In hierdie geval bevestig dit die konsekwentheid van die data.
- Portuurgroepevaluering: Besprekings is gevoer met die studieleier, ander kollegas en die onafhanklike en ervare kodeerder.
- Kodering-herkoderingsprosedures: Nadat die onderhoude getranskribeer is en gekodeer is deur die onafhanklike kodeerder, is die data bespreek en verfyn totdat konsensus bereik is oor die geïdentifiseerde temas (sien Krefting, 1991:221).
- Gedetailleerde beskrywing van die navorsingsmetodologie: Dit is noodsaaklik sodat die vertroubaarheid van die studie verhoog kan word. Hier word die navorsingsmetodologie so volledig as moontlik bespreek. Aandag word geskenk aan die metode van data-insameling, data-analise en aan die interpretasie van die data.
- Stap-vir-stap duplisering: Tydens die onderhoude word presies dieselfde stappe gevolg met elke deelnemer. Dieselfde vrae is ook aan elke deelnemer gerig (Lincoln & Guba, 1985:314). Deur bogenoemde stappe te volg word 'n vertroubaarheidsoudit opgestel. Dit kom tot stand wanneer die proses van ondersoek sowel as die produk daarvan volledig beskryf word (Lincoln & Guba, 1985:318), sodat ander navorsers presies kan weet hoe die navorsing uitgevoer is (Krefting, 1991:221). In die verband het Lincoln en Guba (1985:316) die volgende te sê: "... since there can be no validity without reliability (and thus no credibility without dependability) a demonstration of the former is sufficient to establish the latter".

#### 4.3.5.4 Neutraliteit

Die neutraliteit van die navorser tydens die navorsingsproses beteken dat die data nie beïnvloed of benadeel mag word deur die navorser se persoonlike voorveronderstellings, emosies en motiverings nie (Lincoln & Guba, 1985:300; Krefting, 1991:217; Polit & Beck, 2007:539). Neutraliteit verwys na onbeïnvloede data waar die navorsingsresultaat 'n presiese weergawe van die werklike situasie behoort te wees. Die neutraliteit van die navorser is daarom noodsaaklik tydens die navorsingsproses (Conrad & Serlin, 2006:417).

Bevestigbaarheid as beheermaatreël is in hierdie studie toegepas om die neutraliteit van die studie te bevorder, deur die volgende tegnieke te gebruik:

- Bevestigbaarheidsoudit: Die oudit is moontlik indien rekord gehou word van:
  1. oudioband van die onderhoude, veldnotas, rou data en navorsingsresultate;
  2. data-reduksie en ontledings, insluitende veldnotas en enige ander dokumentasie rakende die navorsing;
  3. rekonstruksie van die data en opsommings, insluitend die strukturering van die

temas, kategorieë, subkategorieë en bevindings; en

4. prosesnotas, insluitende aantekeninge oor enige metodologiese besluite en kriteria ten opsigte van vertrouenswaardigheid (Lincoln & Guba, 1985:319-320; Krefting, 1991:221; Conrad & Serlin, 2006:417-118; sien ook Lyons, 2003:275).

- Trianguleringsmaatreëls: Soos reeds bespreek onder die kriteria van waarheidswaarde, is triangulasie van data-bronne gebruik. In hierdie geval bevestig dit die bevestigbaarheid van die data (Lincoln & Guba, 1985:323).
- Refleksiwiteit: Soos reeds bespreek onder die kriteria van waarheidswaarde, is refleksiwiteit toegepas. In hierdie geval bevestig dit die bevestigbaarheid van die data.

Die volgende tabel is 'n opsomming van die beheermaatreëls wat gebruik is om vertrouenswaardigheid van die studie te verseker (Tabel 8).

**Tabel 8: Beheermaatreëls om vertrouenswaardigheid te verseker**

| | BEHEER-MAATREËLS | TEGNIEKE | TOEPASSING |
|---|---|---|---|
| WAARHEIDSWAARDE | **Geloofwaardigheid** | • Portuurgroep<br>• Strukturele koherensie<br>• Refleksiwiteit<br>• Triangulasie | • Data bespreek met studieleier, kodeerder en ander kundiges<br>• Konsekwentheid tussen data en die interpretasie<br>• Veldnotas, bewus wees van invloed van navorser se persepsies op data wat resultate kan bederf<br>• Onderhoude, veldnotas, Tesch-data-analisemetode |
| TOEPASLIKHEID | **Oordraagbaarheid** | • Digte beskrywing<br>• Steekproef | • Volledige beskrywing van die metodologie, insluitende direkte aanhalings uit die onderhoude<br>• Doelgerigte steekproefneming |
| KONSEKWENTHEID | **Vertroubaarheid** | • Triangulasie<br>• Portuurgroep<br>• Kodering-herkoderings-prosedure<br>• Digte beskrywing van navorsingsmetode<br>• Stap-vir-stap duplisering | • Onderhoude, veldnotas, Tesch-data-analisemetode<br>• Data bespreek met studieleier, kodeerder en ander kundiges<br>• Konsensus bespreking tussen navorser en kodeerder<br>• Navorsingsmetode volledig beskryf<br>• Tydens onderhoude word dieselfde stappe gevolg |

| | | | |
|---|---|---|---|
| NEUTRALITEIT | **Bevestigbaarheid** | • Bevestigbaarheids-oudit<br>• Triangulasie<br>• Refleksiwiteit | • Volledige rekord van die rou data word gehou<br>• Onderhoude, veldnotas, Tesch-data-analisemetode<br>• Veldnotas |

Krefting (1991:214-222).

### 4.3.6 Etiese oorwegings

Dit is noodsaaklik om te verseker dat die data wat verkry word tydens die onderhoude geldig is en dat dit op 'n verantwoorde manier ingesamel word. Vir kwalitatiewe navorsing is dit belangrik dat idees en perspektiewe van deelnemers waarheidsgetrou vasgelê word. Deur die toepassing van die etiese kodes, wat volgens Neuman (1997:443) grootliks deur die navorser bepaal word, sal 'n vertrouensverhouding tussen die deelnemer en die navorser verseker kan word en terselfdertyd sal die deelnemer ook ten alle koste beskerm kan word (Denzin & Lincoln, 2000:662). Die etiese kodes (Denzin & Lincoln, 2000:662; Babbie & Mouton, 2001:528) wat vervolgens genoem word, is nougeset nagevolg in die uitvoer van hierdie navorsing:

- Die identiteit van die deelnemer is konfidensieel.
- Inligting sal vertroulik hanteer word.
- Die deelnemer word nie finansieel vergoed vir die onderhoud nie.
- Deelname moet vrywillig wees.
- Daar moet met waardering en respek teenoor elke deelnemer opgetree word, en geen veroordelende aanmerkings mag gemaak word nie.
- Die waardigheid en privaatheid van die deelnemer word verseker. Geen private gedrag of denke mag later misbruik word, wat 'n verleentheid mag veroorsaak nie.
- Die deelnemer mag ter enige tyd van die onderhoud onttrek, sonder enige konsekwensies.
- 'n Ontspanne en oop klimaat moet geskep word sodat die deelnemer gemaklik en sonder vrees die onderhoud kan aflê.
- Daar sal met die vooraf toestemming van die deelnemers digitale opnames van die
- onderhoude gemaak word.
- Met die toestemming van die deelnemer sal die getranskribeerde onderhoude in die navorsingsproses gebruik word.
- Daar sal tydens die onderhoude daarteen gewaak word om die gesprekke in 'n sekere rigting te stuur.
- Daar sal aan die deelnemer verduidelik word dat die navorsing gerig is op die formulering van 'n model vir 'n welheidsbediening deur AGS-pastore in 'n stedelike

konteks.

- Daar sal ten alle tye gewaak word teen die pleeg van plagiaat, oneerlikheid, waninterpretasie van die data, verdoeseling van data en die skep of distorsie van data ter wille van die resultaat.
- Anonimiteit en vertroulikheid word gehandhaaf. Alle verslae en die identiteit van die deelnemers word ten alle tye gehandhaaf. Die name van persone en instansies word verwyder uit die data. Skuilname word aan die deelnemers toegeken tydens verslagdoening.

In Tabel 9 word 'n opsomming verskaf van die navorsingsmetode in hooftrekke.

**Tabel 9: Navorsingsmetode**

| | |
|---|---|
| **STEEKPROEF** | Teikenpopulasie<br>Doelgerigte steekproefneming |
| **LOODSSTUDIE** | Onderhoud gevoer as proeflopie om sterk- en swak punte te evalueer |
| **DATA-INSAMELING** | Semigestruktureerde een-tot-een onderhoude<br>Veldnotas |
| **DATA-ANALISE** | Identifiseer temas en kategorieë volgens metode van Tesch<br>Bespreking met kodeerder, bereik konsensus |
| **VERTROUENSWAARDIGHEID** | Waarheidswaarde (geloofwaardigheid)<br>Toepaslikheid (oordraagbaarheid)<br>Konsekwentheid (vertroubaarheid)<br>Neutraliteit (bevestigbaarheid) |
| **ETIESE WAARDES** | Identiteit van deelnemer is konfidensieel<br>Inligting word vertroulik hanteer<br>Geen finansiële vergoeding<br>Vrywillige deelname<br>Deelnemer mag onttrek, sonder konsekwensies.<br>Ontspanne en oop klimaat<br>Digitale opnames word gemaak<br>Getranskribeerde onderhoude met toestemming gebruik<br>Waak teen plagiaat, oneerlikheid, waninterpretasie van die data, verdoeseling van data en die skep of distorsie van data ter wille van die resultaat |

## 4.4 VOORLOPIGE SAMEVATTING

Uit die voorafgaande uiteensetting van die navorsingsmetode is dit duidelik dat hierdie metode sterk fokus op die begrip van die wêreld waarin die mens woon, maar ook op die waarneming, ervaring en interpretering daarvan vanuit die verwysingsraamwerk van die deelnemers. Die data word dus weergegee vanuit die gesigspunt van die deelnemers, terwyl die neutraliteit van die navorser gehandhaaf moet word. Kwalitatiewe navorsing vereis 'n oop en buigbare metodologie wat geensins die vertrouenswaardigheid van die data benadeel nie.

In die vorige afdelings van die hoofstuk is die kwalitatiewe navorsingsontwerp met 'n verkennende, beskrywende en kontekstuele fokus ontplooi en daarna is die navorsingsmetodes bespreek. Aandag is geskenk aan vertrouenswaardigheid van die navorsingsproses asook die etiese maatreëls wat toegepas word. Die volgende afdeling van die hoofstuk verteenwoordig 'n gedetailleerde beskrywing van die data soos wat dit verkry is uit die onderhoude met die onderskeie deelnemers.

## 4.5 NAVORSINGSRESULTATE

### 4.5.1 Inleiding

In hierdie afdeling word die resultate, soos verkry uit die analisering van die data wat tydens die semigestruktureerde een-tot-een onderhoude verkry is, voorgehou. Dit word voorgestel volgens die temas en subtemas wat geïdentifiseer is gedurende die data-analiseproses. Die veldnotas is ook in aanmerking geneem tydens hierdie proses, in ooreenstemming met die onderhoude. Om die deursigtigheid van die studie te bevorder, word die prosedure wat gevolg is, beskryf waarna die bevindinge getabuleer en bespreek word. Die teorie ten opsigte van die loodsstudie (sien 4.3.2), veldnotas (sien 4.3.3.2), steekproef (sien 4.3.1) en onderhoudvoering (sien 4.3.3.1) is alreeds bespreek. Vervolgens word slegs terugvoering onder genoemde opskrifte gegee ten opsigte van die praktiese toepassing en resultate wat verkry is tydens die onderhoudproses.

### 4.5.2 Resultate van die loodsstudie

In 'n artikel deur Van Teijling en Hundley (2001:4) word tot die slotsom gekom dat terugvoering oor die loodsstudie aangemoedig behoort te word omdat: "well-designed and well-conducted pilot studies can inform us about the best research process and occasionally about likely outcomes". 'n Loodsstudie is voor die aanvang van die onderhoude uitgevoer. Die rede hiervoor was om die volgende te bepaal: die sterk en swak punte van die navorsing, die onderhoudsvaardighede van die navorser, die effektiwiteit van die beoogde navorsingsvrae en

om veranderings aan te bring indien nodig (Rosnow & Rosenthal, 1996:110-112,206-207; Burns & Grove, 1997:52; Breakwell, 2003:242-243). Na die onderhoud is 'n gesprek met die deelnemer gevoer om te bepaal of verdere verfyning nodig is. Die onderhoud is op band geneem en woordeliks getranskribeer. 'n Onfhanklike kodeerder het die data geanaliseer en die navorser en die kodeerder het 'n in diepte-gesprek daaroor gevoer. Die uitslag van die loodsstudie is gebruik om te bepaal watter veranderinge aangebring behoort te word, indien nodig, en of voortgegaan kan word met die onderhoude. Die loodsonderhoud het aan die navorser uitgewys dat die geformuleerde vrae effens aangepas moet word om meer toepaslike, informasieryke inligting te lewer. In samespreking met die studieleier en kodeerder is hierdie verandering aangebring. Daar is bevind dat die deelnemer gemaklik was met die onderhoudproses en dat daar voldoen is aan die doelwitte vir die onderhoudvoering (sien 4.3.3.1), soos hierbo uiteengesit. Die deelnemer het ook aangedui dat dit hom gehelp en gerus gestel het, deur kennis te dra van die vrae voor die tyd deurdat hy hom op die onderhoudvoering kon voorberei het.

### 4.5.3 Bespreking van die veldnotas

Verskeie veldnotas is na die onderhoude gemaak sodat die deelnemer se aandag nie afgetrek kon word deur die maak van aantekeninge nie. Die notas is in aanmerking geneem tydens die data-analise. Waarneming ten opsigte van die deelnemers, asook die nieverbale gedrag en die omgewing is gedoen en genoteer.

### 4.5.4 Bespreking van die steekproef

Al die deelnemers het aan die seleksiekriteria voldoen wat in 4.3.1. bespreek is. Die navorser wou deelnemers by die studie insluit wat informasieryke inligting kon verskaf. Daarom is daar van die doelbewuste steekproefnemingsprosedure gebruik gemaak.

Die volgende inligting van die deelnemers gee 'n algemene weergawe van die steekproef:

- Almal is woonagtig in Gauteng.
- Alle onderhoude is in Afrikaans gevoer.
- Vyf deelnemers is manlik en twee is vroulik.
- Die ouderdomme is ongeveer tussen die laat twintiger- en laat sestigerjare. Om die volle spektrum van ervaring te bekom is deelnemers geselekteer uit elke ouderdomsgroep (een deelnemer - laat twintigerjare; een deelnemer - laat dertigerjare; twee deelnemers - veertigerjare; een deelnemer - vroeg vyftigerjare; twee deelnemers - sestigerjare).
- Die ervaring van die deelnemers in die bediening strek tussen vyf jaar tot en met veertig jaar in die bediening.

- Alle deelnemers is blanke geordende pastore.
- Vyf deelnemers staan voltyds in die bediening en twee is deeltyds.
- Een deelnemer het 'n diploma in Teologie.
- Drie deelnemers het reeds 'n honneursgraad verwerf.
- Een deelnemer het 'n meestersgraad.
- Twee deelnemers het 'n doktorsgraad.

### 4.5.5 Die onderhoudvoeringskedule

Die beplande onderhoudskedule is met die vrae as deel van die inligtingsbrief vooraf aan die deelnemers van die studie beskikbaar gestel. Die beskikbaarstelling van die vrae voor die aanvang van die onderhoud het die deelnemers in staat gestel om hulself deeglik voor te berei met betrekking tot die inligting wat hulle wou meedeel. Hierdie prosedure is ook deur die deelnemer aan die loodsonderhoud voorgestel.

### 4.5.6 Analise van onderhoude

Die analise van die semigestruktureerde onderhoude is uitgevoer in samewerking met 'n onafhanklike kodeerder wat 'n vakspesialis is. Die kodeerder het 'n doktorsgraad in Teologie en is 'n spesialis in kwalitatiewe navorsing. Al die onderhoude is op oudioband opgeneem met die nodige skriftelike toestemming van die deelnemers. Die opname verseker dat die onderhoud volledig vasgelê word en dat stiltes en emosies ook weergegee kan word. Hierdie opnames is woord-vir-woord getranskribeer en daarna gekodeer deur die onafhanklike kodeerder. Tesch (sien Creswell, 1994:154-155) se metode van 'n oop koderingstyl is vir analise gebruik. Die gekodeerde data is deur die navorser gekategoriseer in temas en subtemas, wat aangedui is in Tabel 10. Nadat die proses afgehandel is, is 'n konsensusgesprek met die kodeerder en studieleier gevoer om die temas en subtemas te bespreek. Die navorser, studieleier en die kodeerder het saamgestem oor die indeling. Weens die kompleksiteit van die kwalitatiewe navorsing is daar kennis geneem dat die data van sommige temas en subtemas kan oorvleuel.

Na sewe onderhoude is daar met die kodeerder saamgestem dat die onderhoude versadigingspunt bereik het en dat dit onwaarskynlik sal wees dat daar nuwe temas uit verdere onderhoude sal voorkom. Die navorser en kodeerder het ook saamgestem om een van die onderhoude uit te laat weens die feit dat die vrae nie direk beantwoord word nie. Die betroubaarheid van die data kan hierdeur beïnvloed word. Bevestiging van die betroubaarheid en geldigheid van die onderhoude, is onder andere ook verkry deur van 'n eksterne kodeerder gebruik te maak en 'n konsensusgesprek met hom te voer (Lincoln & Guba,1985:290-300; Kruger & Gericke, 2004:40,44).

In die meegaande tabel word 'n uiteensetting gegee van die temas en subtemas:

**Tabel 10: 'n Oorsig van die temas en subtemas**

| SENTRALE TEMA | |
|---|---|
| 'n Holistiese welheidsbediening, na liggaam siel en gees, wat aan die hand van verskeie dimensies van welheid aangebied word by die kerk, is van kardinale belang vir die begeleiding en ontwikkeling van persoonlike welheid in gehoorsaamheid aan God se opdragte in die Bybel. | |
| **TEMAS** | **SUBTEMAS** |
| **'n Welheidsbediening is holisties en bedien die totale mens na liggaam, siel en gees in al die dimensies** | • Die mens is liggaam, siel en gees<br>• Die mens bestaan uit verskeie dimensies<br>• Die fokus van die kerk ten opsigte van die bediening van die totale mens<br>• Die stand van 'n welheidsbediening soos beleef deur die deelnemers |
| **'n Welheidsbediening is belangrik en noodsaaklik** | • 'n Belangrike bediening en die moontlike nadele indien dit nie toegepas word nie<br>• Die fokus van 'n welheidsbediening en wat welheid behels<br>• Pastoor se verantwoordelikheid ten opsigte van 'n welheidsbediening |
| **Aanbevelings ten opsigte van die beplanning, toepassing en funksionering van 'n welheidsbediening** | • Aspekte wat oorweeg en in ag geneem kan word in die beplanningstadium van 'n welheidsbediening<br>• Aspekte wat oorweeg kan word in die toepassingstadium van 'n welheidsbediening<br>• Aspekte wat van belang mag wees vir die funksionering van 'n welheidsbediening |
| **Dimensies van welheid** | • Geestelike welheid<br>• Fisieke welheid<br>• Emosionele welheid<br>• Intellektuele welheid<br>• Sosiale welheid |
| **Aktiwiteite wat in elk van die dimensies toegepas kan word** | • Geestelike dimensies<br>• Fisieke dimensies<br>• Emosionele dimensies<br>• Intellektuele dimensies<br>• Sosiale dimensies |

#### 4.5.7 Beskrywing van die resultate

Die resultate soos in hierdie afdeling bespreek, is die verwerking van die data wat deur middel van semigestruktureerde in diepte-onderhoude, -observasie en -veldnotas ingesamel is. Die resultate sal in ooreenstemming met Tabel 10 in meer besonderhede bespreek en geïnterpreteer word. Dit sal ondersteun word deur verbatim aanhalings van die deelnemers uit die transkripsies ter verduideliking van die tema. Dit mag dus moontlik wees dat sekere woordkeuses en sinskonstruksies as gevolg van die verbatim aanhalings, vreemd mag wees. Die aanhalings word in kursief aangedui. Irrelevante sinne sal geëlimineer word en taal of spelfoute sal slegs gekorrigeer word waar dit moontlik die betekenis van die data kan benadeel. Deurlopende anonimiteit en konfidensialiteit is gehandhaaf deurdat die navorser in privaatheid met die data gewerk het. Vervolgens word die pastore se ervaring en siening rondom verskeie fasette van 'n welheidsbediening bespreek, met die tabel as 'n riglyn (Tabel 10).

##### 4.5.7.1 TEMA 1: 'n Welheidsbediening is holisties en bedien die totale mens na liggaam, siel en gees in al die dimensies

Uit die getranskribeerde onderhoude het dit duidelik na vore gekom dat al die deelnemers dit eens is dat die mens holisties na liggaam, siel en gees in al die dimensies bedien moet word. Een deelnemer stel dit soos volg: *"... omdat ek bewus is dat die mens gees, siel en liggaam is, en jy kan hom nie in een van die afdelings oorvoed en die ander ondervoed nie. Ek dink dis uiters belangrik dat die mens na liggaam, siel en gees bedien word, um, dis uiters belangrik".* 'n Volgende deelnemer het ook verklaar: *"... 'n holistiese benadering is absoluut belangrik".* Nog 'n deelnemer het uitgewys: *"... dis vir my ongelooflik belangrik dat daar 'n holistiese siening moet wees rondom 'n lidmaat en dat daar konferensie moet wees tussen liggaam, siel en gees".*

Uit die onderhoude sal daar nou woordelikse aanhalings gemaak word om die subtemas te onderstreep en te bevestig.

**SUBTEMA 1.1: Die mens is liggaam, siel en gees**

Ter onderskraging van die subtema het al die deelnemers die mening gehuldig dat die mens na liggaam, siel en gees bedien moet word. Die volgende uitlatings is gemaak: *"... Jesus het mense ook na gees, siel en liggaam bedien". "... ons kan nie die drie van mekaar skei nie, dit is 'n drie-eenheid ...". "... 'n mens wat siel, gees en liggaam aan betref ... dat jy gebalanseerd is ...".* Twee deelnemers wys daarop dat die mens *"nie net uit een faset"* bestaan nie, maar dat die drie dele 'n invloed op mekaar uitoefen: *"Wat in jou gees gebeur het 'n invloed op jou liggaam. Um, ek meen daar was op 'n tyd volgens navorsing, dat negentig persent van siektes wat ons het, vanuit ons gees is ... die simptoom is in die liggaam, maar die oorsaak is die gees*

*... daarom is dit vir my belangrik dat al drie hierdie, um, aangespreek word deur die kerk".* Die tweede deelnemer voel sterk oor die aspek en laat hom soos volg uit: *"... dit kan nie die kerk van Jesus Christus wees en jy sny 'n klomp gedeeltes van menswees net af en jy sê, weet jy, as jy daai krisis het, gaan na die wêreld toe, as jy daai krisis het, gaan praat met 'n sondaar, ongelowige onkundige ... kom ons sien wat die Bybel sê oor verhoudings, finansies, liggaam, al daai fasette van menswees".* Nog 'n deelnemer bevestig hoe belangrik dit is om die mens in sy totaliteit te bedien, deur te sê: *"... dis uiters, uiters belangrik dat ons mense se totaliteit moet bedien, na liggaam, siel en gees".*

**SUBTEMA 1.2: Mens bestaan uit verskeie dimensies**

Die deelnemers het almal baie gemaklik gesels oor die verskeie dimensies wat te doen het met die welheid van die mens. Dit was ook vir hulle van kardinale belang dat 'n welheidsbediening hierdie dimensies moet insluit: "... *ek dink dis, um, van kardinale belang. As ek dit so vir jou kon illustreer met Jakobus wat 'n skrifvers gee van, as jy sien jou broer is honger en jy gee nie vir hom kos nie, as jy sien hy kry koud en jy maak hom nie warm nie, um, ek dink nie jy kan die evangelie verkondig, en net oor gees praat nie, um want alle fasette van die mens word geraak in sy lewe. So, ek glo in 'n gemeenteverband, as 'n kerk net vir jou leer Bybel lees en bid, is daar soveel meer ander dimensies van die mens wat seerkry, wat skade het, wat probleme het wat oplossings soek, en jy kan nie die hele mens totaal, um, holisties aanraak en bedien as jy toe is, of blind is vir die verskillende dimensies nie".* Die uitspraak word versterk deur die volgende aanhaling: *"Dit help nie jou gees is gesond, en die ander dimensies ly skade nie".*

'n Deelnemer het ook die aandag daarop gevestig dat die dimensies almal saam funksioneer en dat 'n wanbalans in die een dimensie 'n effek mag hê op die ander dimensies: "... *nie een van hierdie goed* [dimensies van welheid] *moet apart gesien word nie want ek dink dis ook 'n probleem wat mens het. Almal 'interlink' die heel tyd, so dis goed om te sê, ja, jy't 'n emosionele probleem, ons hanteer dit, maar daar's tog die emosie, die depressie het 'n invloed op lewenslus, op energie, op sosiale omstandighede, hoe ek met ander mense kommunikeer, hoe ek myself oordra aan ander mense, het 'n effek op my geestelike lewe, so dis die heeltyd bymekaar".*

**SUBTEMA 1.3: Die fokus van die kerk ten opsigte van die bediening van die totale mens**

Drie deelnemers het daarop gewys dat die kerk vir te lank hoofsaaklik net op die geestelike dimensie gekonsentreer het. Die feit dat die kerk sy rol net sien as geestelik word hier gekritiseer: *"... want baie jare het ons die gees bedien, maar ons het dit geskei van die liggaam en die siel".* Dit word soos volg deur 'n ander deelnemer verwoord wat ook daarop wys dat die

betrokkenheid in die gemeenskap afgeskeep is: *"Ek dink ons het baie, baie verloor, omdat ons in die verlede meer aandag gegee het aan die geestelike dimensie. Ons wou mense geestelik sterk maak, ons wou geestelik, verskoon die woord "vet maak", waar hulle dan emosioneel en dan ook liggaamlik afgeskeep was. Daarom dink ek dis uiters, uiters belangrik dat ons mense se totaliteit moet bedien, na liggaam, siel en gees".* Twee deelnemer wys weer op die gevaar indien die bediening slegs op een deel van die liggaam gekonsentreer word: *"En ek dink 'n kerk is, is arm as hy dink ons bid net vir 'n probleem ...".* Die volgende deelnemer het dieselfde gedagte uitgespreek: *"En daarom is dit vir my belangrik dat al drie hierdie, um, aangespreek word deur die kerk. Want, um, dit maak laat die mense dan kom tot heelheid. As ons dit nie doen nie dan bly jou mense siek, um, um, hulle bly siek".*

Twee deelnemers voel ook sterk daaroor dat die kerk nie langer net op geestelike gebied 'n verskil moet probeer maak nie, byvoorbeeld deur net te bid of te preek nie, maar ook om in mense se behoeftes te voorsien deur die oorsaak van die probleem aan te spreek: " *En, um, ag, kom ons noem voorbeelde: bitterheid in 'n mens se lewe, onvergewensgesindheid, en sulke goeters. Um, die, um, simptoom is in die gees, maar die um ..., die simptoom is in die liggaam maar die oorsaak is die gees. En nou kan jy vir so 'n ou bid dat, dat die Here sy simptome moet aanraak, maar waar die oorsaak lê ... word nie aangespreek nie".* Die tweede deelnemer verbaliseer sy oortuiging soos volg: "... *veral in die kerkverband, fokus ouens so op 'n geestelike kant laat 'n ou, um, en ek dink daar's 'n baie belangrike kant daarin, dat 'n mens moet bid, en 'n mens moet vertrou op die Here se krag, maar daar is ook 'n gedeelte vir my wat ... God sê ons moet verantwoordelikheid vat vir ons eie liggame, en vir dit wat ons met ons lewens doen. So in plaas van om net die verantwoordelikheid oor te sit in, nou's ek in die moeilikheid, waar is die Here nou? Is dit nou eerder om saam met hom 'n pad te stap, en sê, maar ek het 'n aandeel daarin, en ek kan heers".*

Uit die aanhalings is dit duidelik dat die deelnemers voel dat daar aandag geskenk moet word aan 'n meer holistiese bediening na liggaam, siel en gees, met in agneming van al die dimensies van welheid. Daar is 'n verwagting dat die kerk vanuit die eensydige verstaan van dienslewering sal groei na 'n meer holistiese verstaan van dienslewering.

**SUBTEMA 1.4: Die stand van 'n welheidsbediening soos beleef deur die deelnemers**

Twee deelnemers, wat albei baie jare se ervaring het, het aan die begin van die onderhoud erken dat hulle nie so 'n bediening by hul kerk het nie, en dat dit 'n vreemde konsep is. Die volgende aanhalings getuig hiervan: *"Um, die woord welheidsbediening is vir my redelik 'n nuwe begrip. Dis iets waarmee ons, um, waarmee ek in my tyd nie grootgeword het in die kerk nie. Dis nie 'n studieveld waar ons geleer en gelei is nie, maar ek dink dit is iets wat uiters*

*belangrik is in gemeenteverband, omdat ek bewus is dat die mens gees, siel en liggaam is ...".* Die tweede deelnemer druk haarself soos volg uit: *"'n Welheidsbediening is vir my heeltemal ... glad nie so baie bekende, um, onderwerp nie".*

Albei hierdie deelnemers kon waardevolle bydraes lewer as gevolg van hul jarelange ervaring en het gedurende die onderhoud tot die besef gekom dat hulle wel fragmente van 'n welheidsbediening toepas. Die volgende uitlating bevestig dit: *"Omdat ek aan die begin gesê het dat welheidsbediening is vir my iets vreemds, wil ek tog, namate ons deur hierdie dinge gegaan het, iewers die ding begin raaksien, waar ons in ons onwetendheid, um, welheidsbediening toegepas het. Um, ek dink maar aan die senior burgers met wie ons werk".* Nog 'n deelnemer bevestig die fragmentariese welheidsbediening wat tans bestaan deur die volgende uitlating: *"Ek dink, um, ek kom uit twee skole uit, so die eerste een is, waar daar gestruktureerde welheidsbediening al klaar op die been is met 'n, um, met 'n klomp afdelings onder hom, en dan het ek nou onlangs by 'n nuwe plek ingeskakel, wat vir my meer 'n, um, meer tradisionele kerkopset is, so 'n mens sien, um, fragmente van welheid, maar nog nie as 'n bediening op sigself nie".*

Eersgenoemde twee deelnemers het ook die stand van 'n welheidsbediening bevestig deur 'n behoefte uit te spreek om meer van die onderwerp te wil leer: *"... maar dit sal ook belangrik wees as iemand soos jy wat hierdie studie gedoen het, na 'n gemeente soos byvoorbeeld, ons sin toe kan kom en jy met die leierskap kan praat en vir hulle kan sê, die belangrikheid daarvan, ... kan baie waardevol wees. Soos jy, as 'n mens byvoorbeeld vir jou kan kry as 'n spreker en sê hoor hier, kom, kom praat oor die hele beginsel, ontmoet die 'pastors' en 'elders' en, en die leierskap, die kerkraad, die tipe ding, om net te sê hoor hier, en wenke hoe om dit te doen, dis hoe, um, julle dit kan doen, dis hoe julle kan begin, um, dit is die slaggate. Ander gemeentes het dit dalk al gedoen, en 'n mens hoef regtigwaar nie die wiel 'n tweede keer ontwikkel nie, ne?"* Die volgende deelnemer is opgewonde oor so 'n bediening en bevestig ook die behoefte om die konsep van 'n welheidsbediening bekend te stel en maak die volgende aanbevelings: *"Ek is hier op die einde van my bediening. Ek het so 'n paar jaar om te gaan, maar weet jy wat, ek sou myself uitgeleef het in so 'n bediening. Joe, ek dink hierdie is iets wat ek, skielik kry ek koue rillings as ek praat. Um, ek dink hier is legio potensiaal in hierdie betrokke struktuur wat jy graag op die been sal wil bring ... by elke gemeente en tussen hakkies ook by 'n teologiese fakulteit, met die dosente, met die rektor te kan gesels en hierdie saam te promoveer. Um, ek is selfs bereid om met ons ring te gesels ... dat hierdie dinge in die kerk versprei word. Ek dink dis uiters belangrik, ek is vreeslik opgewonde, nie net oor die feit dat ek hier kan praat nie, maar oor die feit dat iemand iets wil doen om die mens in sy totaliteit te kan bedien. Ek dink ons gaan in die nabye toekoms die waarde sien van dit wat hieruit gaan*

*vloei".*

Een deelnemer was goed ingelig oor die onderwerp. Hy het wel 'n ernstige leemte uitgewys, deur sy mededeling, dat hy nie opleiding of kennis van 'n welheidsbediening vanuit 'n geestelike raamwerk ontvang het nie: "*Ja, persoonlik dink ek maar net, ek het self op hierdie goed afgekom. Um, my opleiding as pastoor het dit nie vir my geleer nie, um ons het gepraat oor 'counselling', 'Christian counselling' en dit was maar jou praktiese blootstelling. Hulle het jou geleer preek, en um, ja, dit was vir my totaal 'n leemte ... hoe om te leef het die kerk my nie geleer nie. Die kerk het my geleer Bybellees en bid en skuldig voel as ek nie hard genoeg sing nie en wanneer ek moet laat doop, al hierdie klas van goed en die kerk het my nie geleer hoe om my huwelik te maak werk nie. Die kerk het my nie geleer hoe om te "budget" nie. Die kerk het my nie geleer ... hulle het my uitgetrap as ek nie my tiende betaal nie, hulle het my nie gehelp om by my tiende uit te kom nie. En ek dink dit moet deel van opleiding wees. Jy kan nie 'n leier van 'n gemeente wees as jy nie eers 'n leier van jouself is nie. En daarom, vir my begin dit by persoonlike leierskap ... Um, ek het hierdie sekulêre goete geleer en, en ek het gedink, as wêreldse maatskappy base, duisende mense kan bestuur, miljoene rande kan bestuur en hulle brand nie uit nie, en hulle val nie in sondes en verwoes hulle lewens en goed nie, wat is hulle geheim? En, en ek het gaan lees hoe hulle gebalanseerde, gesonde lewens lewe om 'n wêreldse maatskappy goed te bestuur, hoeveel te meer ek, wat die koningryk van God en sy gemeente wil bestuur, hoeveel te meer moet ek 'n gesonde gebalanseerde mens wees. So, hulle het my geprikkel om hierdie leeswerk te begin doen en um, ongelukkig soos ek sê in die kerkwêreld, is ons 'n handjie vol pastore, pelle, wat saam hieroor kan praat. Oor die meerderheid van die ouens, as ek hieroor begin praat ... dan kry jy daai vaag uitdrukking in die gesig, van jou ongeestelike wêreldse mens, jy spandeer te veel tyd in sekulêre boeke, en, en dis vir my hartseer. Um, jy kan nie, jy kan nie God se kerk bestuur as jy nie eers jouself kan bestuur nie".*

Die res van die deelnemers was kundig oor die aangeleentheid, het dit sterk ondersteun, maar het nog nie 'n volskaalse welheidsbediening by hul kerke nie. Een deelnemer kommunikeer dit soos volg: "*... dis vir my goed om ... goed om te sien dat dit alreeds begin gebeur in baie gemeentes. Dalk nie, soos ons nou gesê het, so gestruktureerd dat ons aparte ontmoetingslokale het, of aparte ouens het wat daarvoor verantwoordelikheid vat nie, en ek dink tog in baie pastore se lewens, um, het hulle 'n gedagte van hierdie 'wholeness' ding, jy weet, 'n gedagte van, kan ons nie ouens eerder voordat hulle in die moeilikheid is, voordat hulle voel, nou't alles, jy weet, die vloer het onder hulle uit geval, kan ons hulle nie eerder help voor dit nie? En, um so ek dink daar is tog 'n, 'n, ja, 'n beweging soontoe, um, en dis vir my 'n baie belangrike bediening".*

'n Deelnemer het ook die volgende opmerking gemaak oor die behoefte van so 'n bediening op die platteland: *"Ek dink, um, natuurlik gaan dit vir jou geografies, dink ek, gaan dit verskil van verskillende areas af, waar die behoefte dalk baie meer in die stad is, baie meer in 'n "urban" gedeelte, gaan daar dalk 'n groter behoefte na so iets wees as wat jy na plattelandse, kleiner dorpies toe gaan".* Alhoewel dit sy persoonlike siening is, sal hierdie studie aanbeveel dat die aangeleentheid verder ondersoek moet word.

Volgens die aanhalings in hierdie subtema blyk dit dat daar 'n wye spektrum van onkundigheid tot kundigheid oor 'n welheidsbediening bestaan. Daar is ook pastore wat glad nie 'n welheidsbediening aanbied nie, maar waar fragmente van so 'n bediening sigbaar is, tot pastore wat so 'n bediening gedeeltelik of ten volle toepas. Daar is aanbeveel dat daar opleiding moet plaas vind rondom so 'n bediening en dat die inligting hoofsaaklik vanuit 'n Bybelse konteks, aan die hand van Bybelse riglyne, verskaf moet word.

**4.5.7.2 TEMA 2: 'n Welheidsbediening is belangrik en noodsaaklik**

Daar word telkens na die waarde van die navorsing verwys, wanneer die deelnemers die belangrikheid en noodsaaklikheid van 'n welheidsbediening beklemtoon. Hierdie opmerkings kom dwarsdeur die onderhoude voor, soos alreeds na sommiges verwys is in die vorige subtema. Die belangrikheid en noodsaaklikheid van 'n welheidsbediening gaan in die volgende subtemas versterk word deur die aanhalings van die deelnemers.

**SUBTEMA 2.1: 'n Belangrike bediening en die moontlike nadele indien dit nie toegepas word nie**

Die volgende aanhalings uit die getranskribeerde onderhoude bevestig dat dit 'n belangrike bediening is: "*... jy weet, ons preek vir die mense en bid. Ek dink dit moet baie wyer wees, so ek meen dis van kardinale belang dat daar 'n welheidsbediening by elke gemeente moet wees ...*". "*... kom ek sê vir jou, dit is seker 'n baie, um , een van die belangrikste bedieninge*". *"En, um, daarom dink ek daar moet in 'n gemeente so iets* [*welheidsbediening*] *gevestig word*". *"En vir my, um, 'n welheidsbediening, of 'n 'wholeness' bediening, ek dink dis 'n, dis 'n baie belangrike bediening*". "*... dat dit* [welheidsbediening] *eintlik baie belangrik is, dat as 'n mens dit in jou gemeente kon inkorporeer, al die fasette, dat dit gedoen moet word*". "*... ek dink tog elke gemeente het 'n behoefte vir so iets* [welheidsbediening]". *"Uit my ervaring die afgelope veertig jaar in my bediening, sal ek dink dis uiters belangrik".*

Die deelnemers het ook hul opinie uitgespreek oor die moontlike nadele indien 'n welheidsbediening ontbreek: "*... as ons nie mense heelheid gee of laat kry deur so 'n*

*bediening nie, is ons oneffektief. Dit maak die kerk oneffektief. Dit maak dat ons nie kan funksioneer en werklik die beeld van Christus kan ... buitekant toe uitdra nie".* 'n Volgende deelnemer waarsku dat mense ongebalanseerd en siek sal bly indien hulle nie in totaliteit behandel word nie: *"... dit help ook nie jy sit met hoeveel lidmate en helfte van hulle is siek, in aanhalingstekens, nè, dat hulle nie gebalanseerd is nie.* In aansluiting hierby het 'n deelnemer daarop gewys wat die moontlike voordele mag wees indien mense deur 'n welheidsbediening ondersteun word: *"... ek dink as 'n mens die ouens* [kundiges] *het wat in plek kan wees waar jy daai ouens* [lidmate] *na toe kan verwys, dan um, ek dink dit gaan, ja, baie, baie verandering in gemeentes bring, 'n gesonder ... jy gaan 'n gesonder gemeente hê, met meer diepte as wat jy, jy um, jou 'core' gaan net baie groter wees. Ek dink dis 'n baie belangrike bediening".*

**SUBTEMA 2.2: Die fokus van 'n welheidsbediening en wat welheid behels**

Ter onderskraging van hierdie subtema het deelnemers verskeie uitlatings gemaak oor die fokus van 'n welheidsbediening. 'n Deelnemer herinner daaraan dat Jesus mense se totale behoefte aangespreek het en daarom moet die fokus van 'n welheidsbediening ook wees om die behoefte van die mens aan te spreek. Dit is soos volg verwoord: *"Jesus het baie keer vir jou gevra, wat wil jy hê ek moet vir jou doen, en dan was die ou blind gewees, dan het hy hom eers genees, nie by hom gekom en gesê, voordat ek jou kan genees, of voer, of kos gee, of enige iets vir jou kan doen, moet jy eers die evangelie aanvaar. Hy het eers sy behoefte raakgesien".* 'n Ander deelnemer voeg by: *"En dit is vir my ongelooflik belangrik dat ons na 'n persoon kyk as 'n geheel en dat ons die beste doen wat ons kan".* 'n Deelnemer verbaliseer ook hierdie fokus deur dit prakties te maak: *"... as jy probleme het, kontak maar die kerk, as jou kind leerprobleme het, kontak maar die kerk, as jou kind eetversteurings het, bel die kerk, as jou huwelik chaos is, as jy finansiële chaos het, noem 'n area of dimensie van jou lewe, as jy daarin chaos het, kontak die kerk, want hulle gaan jou in daai dimensie kan help, so ek dink dis baie essensieel, dis kardinaal vir die kerk".* Hy gaan voort deur die aandag daarop te vestig dat daar nie gefokus kan word op 'n welheidsbediening as daar nie die nodige fasiliteite of hulp beskikbaar is nie: *"... jy kan nie die evangelisasiehart hê, uitreikhart hê, en jy kry stukkende, siek, gebroke mense op jou voorstoep, en jy het nie die fasiliteite om hulle te help nie".*

Die fokus moet ook op die behoefte van die mens wees en word deur hierdie deelnemer soos volg opgesom: *"... ek dink dis waarna toe 'wholeness'-bediening moet streef, is na die individu wat daar inkom en hom te vat na 'n plek toe waar daar 'contentment' is, um, met sy omstandighede, met wie hy is, met waar hy homself bevind, met hoe ander oor hom dink en optree".* Met hierdie uitspraak bevestig die deelnemer dat 'n welheidsbediening interdissiplinêr moet wees wat gespesialiseerde mense nodig het om hulp te kan verleen: *"... jy moet kundige mense in hierdie verskillende dimensies hê, al is hulle nie op jou, op jou personeellys, of op jou*

*"payroll" nie, moet jy met hulle genetwerk wees, dat jy kan verwys na hulle".* Die volgende deelnemer beklemtoon die dringendheid van hierdie fokus op die behoefte van die totale mens: *"... ek dink dit is nou hoog tyd dat 'n ou kyk na die totale, holistiese totale integrale deel van so 'n bediening.* Nog 'n deelnemer is van mening dat 'n welheidsbediening op drie areas fokus: *"... ek dink dit is die eerste ding as ons dink aan 'wholeness', dan dink ek, okay daar moet iets met my liggaam gebeur, die tweede gedeelte sal dan berading wees, derde gedeelte sal dalk meer na 'n sielkunde rigting toe gaan, wat met dieper goeters werk as net geestelike begeleiding".*

Verskeie deelnemers het ook 'n bydrae gelewer ten opsigte van wat hulle glo welheid behoort te behels. Dit kan soos volg saamgevat word: Welheid behoort die drie verhoudings in die mens se lewe aan te spreek, naamlik jou verhouding met God, jouself en met ander mense. Welheid is ook 'n proses en 'n daaglikse lewenstyl na liggaam, siel en gees.

**SUBTEMA 2.3: Pastoor se verantwoordelikheid ten opsigte van 'n welheidsbediening**

'n Derde subtema wat aansluit by die tema is die kwessie van die pastoor se verantwoordelikheid ten opsigte van 'n welheidsbediening. Die insette van die deelnemers kan soos volg weergegee word met aanhalings as bevestiging daarvan: Die pastoor moet die voorbeeld stel deur 'n welheidslewenswyse te demonstreer: "... *in my eie lewe, moes ek eers hierdie welheidsdimensiebediening vir myself uitgewerk het, en, en myself eers wel kry, gesond kry in al my dimensies en fasette van mens wees en, um, dis vir my nie 'n oulike bediening om te he nie, dis vir my 'n absoluutheid". 'n* Volgende deelnemer opper dieselfde gedagte: *"En, 'n prediker wat nie in sy menswees heel is nie, kan nie mense help om heel te word nie, want jou probleem is jy worstel met jou eie goed, en baie keer kom daai goed uit, jy voel onveilig by jou mense, want jy voel onveilig by jouself. Maar, waar as jy heel is, 'n heel mens op 'n pad van selfondersoek, heeltyd, kan jy met mense kommunikeer en kan jy mense help om self daar te kom".* Die pastoor moet mense ook toerus en na welheid begelei, want hy kan nie alleen so 'n bediening behartig nie: *"Ek meen my, as prediker, se funksie is om die liggaam toe te rus vir dienswerk, en deel van my toerusting moet wees om hulle gees, siel en liggaam te bedien".* Die lidmaat moet deur die prediking bewus gemaak word om 'n voorkomende lewenstyl te volg, wat finansiële voordele sal inhou: *"... deel van jou prediking moet wees dat mense voorkomend sal leef ... hy gaan dan minder by die dokter kom".*

#### 4.5.7.3 TEMA 3: Aanbevelings ten opsigte van die beplanning, toepassing en funksionering van 'n welheidsbediening

Heelwat praktiese wenke is aan die hand gedoen vir die beplanning, toepassing en funksionering van 'n welheidsbediening. Aanhalings uit die getranskribeerde onderhoude sal

hiervan getuig.

**SUBTEMA 3.1: Aspekte wat oorweeg en in ag geneem kan word in die beplanningstadium van 'n welheidsbediening**

Die uitlatings wat hier genoem gaan word sal beslag gee aan die subtema. Deelnemers het elk 'n unieke bydrae gelewer vanuit hul ervaringsveld en dit kan soos volg aangedui word: Die pastoor en gemeentebestuur moet oortuig wees dat dit 'n noodsaaklike bediening is en moet dit volkome ondersteun. "*...enige bediening werk nie, funksioneer nie, as dit nie van bo af geleef, geëet, gedrink word nie".* Die mening word deur 'n tweede deelnemer ondersteun wat sê: *"... dat dit 'n hele gesamentlike poging van jou leierskap moet wees, dat hulle moet sit om 'n tafel en sê, dis wat welheidsbediening is, um, dit is baie duidelik ons het dit nodig in ons gemeente, en kom kyk wat kan ons doen, um, in die opsig".* Daar moet ook bepaal word of die pastoor *"... ook vraelyste vir die gemeente moet gee, of met van gemeentelede moet gesels, of soos met 'n vergadering bymekaar kry en sê, dit is wat ons graag wil doen, en, en wat is julle menings daar omtrent?"*

Nog 'n voorstel wat gebruik kan word om die gemeentebestuur betrokke te kry is om hulle vir 'n naweek weg te vat om die konsep te bespreek: *"... laat jy die manne eers vir die naweek wegvat ... Dis waar jou strategie, voorbereiding moet inkom. Dan as die ouens ingekoop het, dan moet jy jou strategie gaan verbreed ... die volgende jaar wil ek ... of ses maande wil ek graag kyk of ons hierdie model kan implementeer ... as daardie ouens van die naweek af, terugkom, sal hulle sê 'right' hierdie ding gaan saam met my missiestrategie, filosofie as sentrale gedeelte van my strategie, my hoofdoelwitte van my gemeente bevat".*

'n Behoeftebepaling moet gemaak word, deeglike navorsing moet gedoen word, 'n begroting moet opgestel word nadat bepaal is wat benodig word. Die hele proses moet georganiseerd plaasvind: "... *enige iets wat, um, georganiseerd geskied is beter as wat dit sommer net lukraak gebeur. 'n Mens moet gaan identifiseer wat is dit, wat het jy nodig, en um, is jy finansieel in staat ... Om so iets te ontwikkel, moet jy bepaal, is daar, um, wat is die woord, is daar 'n behoefte?"* Daar moet bepaal word of die infrastruktuur so 'n bediening kan huisves: *"... het ons genoeg, um, lokale om dinge te doen?" "... jou fasiliteite, hoeveel spasie het jy vir beradingskantore, mediese sentrum, um, welheidskliniek ... "*, "... gaan ons dat die mense *betaal om hierdie fasiliteite te gebruik, want hierdie personeel lid moet vergoed word, moet 'n salaris kry ..."*, bepaal of dit slegs vir lidmate beskikbaar is, of "*sal die publiek daarvan kan gebruik maak ...", "... dat dit 'n uitreiking kan wees na die gemeenskap toe ...",* hoe lidmate se behoeftes ontmoet gaan word deur byvoorbeeld, "*weg te beweeg van mentors en eerder na 'n 'life coach' toe"* te beweeg, bepaal dan "... *wat doen 'n 'life coach', wat is sy taak, wat is sy doel*

*en het hy 'n plek binne 'n kerk".* en "*is die atmosfeer reg"* in so 'n sentrum, is dit byvoorbeeld aantreklik en toeganklik. 'n Deelnemer vat dit kortliks soos volg saam: "*Um, dit vat aan jou 'budget', dit vat aan jou tyd, dit vat aan jou preke, dit vat aan jou personeel, dit vat aan jou hele wese van kerkwees ".*

**SUBTEMA 3.2: Aspekte wat oorweeg kan word in die toepassingstadium van 'n welheidsbediening**

Deelnemers het waardevolle aanbevelings gemaak vir die toepassing van 'n welheidsbediening. Om mee te begin het 'n deelnemer benadruk dat: "*Vir die toepassing daarvan, hang dit maar van die leraars af hoe oop hy is vir, um, vir so 'n bediening".* 'n Volgende deelnemer het benadruk dat *"denkpatrone gaan moet skuif, voordat 'n mense sommer net kan implementeer".* 'n Praktiese voorstel is gemaak dat 'n werkkomitee saamgestel word vir die implementering van 'n welheidsbediening en "*gewoonlik geskied so iets maar onder die wakende oog van 'n kerkraad".* Vier deelnemers het aanbeveel dat daar van kundiges gebruik gemaak moet word vir behoorlike begeleiding na welheid in die gespesialiseerde areas. Die hele kwessie van opleiding van pastore en geestelike leiers met betrekking tot 'n welheidsbediening, is deur drie deelnemers geopper: "*... behoorlike navorsing, behoorlike opleiding van pastore, met gepaardgaande evaluering, so met ander woorde: jy doen die opleiding en dan evalueer jy die pastore, na aanleiding van die opleiding wat jy gee. Ek sou ook verder gaan en sê, um, die opleiding, nie net van pastore nie, maar onder jou geestelike leiers ook".*

Dit is ook van belang dat alle fasette van die bediening goed gedefinieer word. So byvoorbeeld het 'n deelnemer daarop gewys dat elke dimensie van welheid duidelik omskryf of gedefinieer moet word: "*... so ek dink daar is baie opleiding wat nog moet plaasvind of definisies wat geskryf moet word in 'n tradisionele konteks, want mense verstaan dadelik 'wholeness'* [welheid] *as 'n, um, humanistiese ding, en hulle wil nie die, um, die geestelike kant daarin verbind nie".*

Vir die toepassing is kennis oor die dimensies waaruit die mens bestaan, 'n groot leemte, aldus drie deelnemers: "*... ek dink daar's 'n ontsettende gebrek aan kennis, aan die verskillende dimensies waaruit die mens bestaan, wat elke Sondag voor jou staan, waarvoor jy preek".* Dieselfde deelnemer noem ook: *"Maar, um, jy weet, ons is heeltemal naïef as dit kom by hierdie dimensies, en um, ek het dit gesien in my eie studies, toe ek wegtrek en begin soek na, uit hoeveel dimensies bestaan 'n mens se lewe en begin vrae vra en ek begin boeke lees, ek het my antwoorde in die wêreldse boeke gekry, sekulêre boeke. So, ons kan oor die geestesdimensie, skryf ons duisende boeke, maar as dit oor die res van die dimensies kom, is*

*daar nie kennis nie".*

Twee deelnemers het daarop gewys dat dit moontlik voordelig sal wees om die gemeentebestuur en welheidsbestuur te skei. Die eerste deelnemer het voorgestel dat indien 'n welheidsbediening *"nie gekoppel was aan 'n kerk soseer nie, het hulle [*lidmate*] gemakliker gevoel om dan met hierdie ouens* [kundiges by welheidsentrum] *te gaan gesels".* Die tweede deelnemer noem ook: *"...om die twee te skei van, kom ons doen kerk en kom ons doen 'wholeness'* [welheid] *apart, um, ek dink dis 'n, dis 'n rigting waarin 'n mens moet beweeg".*

Daar is ook aanbeveel dat die proses waardeur die lidmaat moet beweeg met 'n welheidsbediening, verduidelik moet word. 'n Deelnemer het beklemtoon om: *"... die prosesse te verduidelik, dan het mense insig oor, dis nie net 'n vinnige maklike oplossing nie, ek het verantwoordelikheid ook in dit, en as dit dan 'n finansiële implikasie kos, dink ek, gaan dit ook goed wees, wat ouens verantwoordelikheid vat en rêrig erns maak daarmee, anderste is dit weer net, ek kan dit oorskuif, die ou wat my begelei het is nie goed nie, dis hoekom ek nie genees is nie. Die ou, um, my geloof was nie genoeg nie, dis hoekom ek nie gesond geword het nie, maar eerder as wat ek sê wat het ek gedoen om dit aan te help".*

Vir die toepassing het twee deelnemers daarop gewys dat die model sal afhang van gemeente tot gemeente: *"Dan die toepassing en die organisering daarvan, gaan van gemeente tot gemeente afhang ... dit hang af wie is in jou kerk, dit hang af wie is in jou span, um, jy't miskien 'n baie sterk 'gifted' ou in emosie, of 'gifted' fisies of 'gifted' in terapie, of intellektueel, ... dan gaan daai dimensie baie sterker en vinniger ontwikkel as die res. So, ek dink dit gaan afhang van, van gemeente tot gemeente, en dan jou 'budget' wat kan jy bekostig, jou netwerke, wie het jy in jou stad, wie ken jy ...".* Die tweede deelnemer het hierop uitgebrei: *"... dit gaan verskil ook van gemeente tot gemeente, alhoewel ek dink dit gaan net in party gemeentes meer wees as in ander gemeentes. Um, dit hang ook af van die sosiale vlak van die mense af. Um, jy gaan dalk in verskillende behoeftes hê in (*plek naam verwyder*) as wat jy hier sal hê in (*pleknaam verwyder*) ... dis 'n gebied waar ontsettend baie misbruik van dwelms, ag um, gebruik dwelms en misbruik van kinders, en molestering en sulke goeters is, en um, iemand wat uit so 'n situasie kom, het meer, um, geestelike en behoefte aan berading en sulke goed. Okay, nou bepaal jy wat is my behoefte en dan gaan kyk jy, jy sê hoe gaan ek dit ontwikkel?"*

**SUBTEMA 3.3: Aspekte wat van belang mag wees vir die funksionering van 'n welheidsbediening**

'n Faset wat as noodsaaklik beskou word vir die funksionering van 'n welheidsbediening is om

effektief daaroor te kommunikeer en deur noodsaaklike inligting oor die bediening te verskaf: *"Duidelike inligting, kommunikasie na buite. Kommunikasie, hetsy deur jou praat, blaadjies, hetsy deur jou plaaslike koerant, hetsy deur televisie, dit is nogal deesdae 'n medium wat mense baie van gebruik maak. Mediumkommunikasie op internet, kommunikasie by wyse van selfone, so met ander woorde, ja, opleiding, inligting, dra die kommunikasie oor en wees daar vir die gemeenskap, wat sê: ons gaan kyk in totaliteit na gees, siel en liggaam".*

Dieselfde deelnemer wys ook daarop dat 'n welheidsbediening in die kerk se visie en missie geïnkorporeer moet word en dan moet daar duidelik gekommunikeer word dat daar omgegee word vir mense: "... *jou missie, strategie, filosofie in die kerk is kardinaal. Ons, ons moet teruggaan op 'n gesonde bestuur van die kerk. In jou missie, strategie, dra jy die duidelike kommunikasie na buite, vir die mense daar buite. Ek weet van, van gemeentes wat opgespring het en 'mushroom' as gevolg van die duidelike kommunikasie van mense daar buite. Luister die, hierdie kerk, hierdie gemeente spesifiek gee vir jou om. Ons gee vir jou om, hoekom; ons gaan nie net preek: sondaars welkom nie, in die ou dae het jy 'n bordjie gekry: sondaars welkom. Die mense kyk nie meer na sulke goed nie".*

Drie deelnemers het ook na moontlike teenkanting verwys waarop ag geslaan moet word: *"... jy gaan veral dalk van jou ouer mense kry wat gaan sê; dis 'n kerk hierdie, dis nie 'n ... jy weet ons is nie 'n kliniek nie ...", "en nou moet jy my mooi verstaan, daar is die mense wat net wil bid, ek dink jy moet gebalanseerd lewe, en ek dink hulle ruk ook die teks uit verband uit, die Bybel sê: soos wat jy jou liggaam oefen, moet jy ook jou gees oefen. Dis uiters belangrik ..."* en *"... dit gaan 'n ding wees, um, wat miskien in die begin met 'resistance', nou wil ek Afrikaans en ... teenkanting, want jy kom nou met 'n absolute sekulêre begrip. Maar ek het ook nou al gesien, in my jare in bediening, as hulle eers die idee snap ...".*

Vir die funksionering van die welheidsbediening is ook genoem dat "*ek* [pastoor] *myself eers wel kry, gesond kry in al my dimensies en fasette van menswees"*, dat *"die opleiding, nie net van pastore nie, maar onder jou geestelike leiers"* in die fase belangrik is, daar moet ook in gedagte gehou word met hierdie bediening dat, *"daar moet bietjie humor in die lewe wees ... die Amerikaners het baie humor ook in die bediening".* Die topstruktuur moet konstant betrokke wees en die visie volledig ondersteun: *"... ons wil 'n gemeente wees wat mense holisties bedien, as die topstruktuur nie daai visie of droom het nie, dan help dit nie die gemeentelede het dit nie, dit help nie daar is 'n individu wat dit probeer dryf nie".* 'n Deelnemer het ook aanbeveel dat 'n welheidsbediening uit departemente kan bestaan, *"waar mense geestelik gestimuleer word, emosioneel, ook fisies".*

#### 4.5.7.4 TEMA 4: Dimensies van welheid

Die deelnemers het kortliks oor elke dimensie van welheid uitgebrei en ook twee ander dimensies voorgestel wat oorweeg kan word. Elke gemeente verskil ten opsigte van hul unieke behoeftes en daarom sal die gemeentes 'n welheidsbediening aanbied wat spesifiek omsien na die welheidsbehoeftes van sy gemeente. Die pastore se uitlatings word vervolgens onder die subtemas weergegee en gerugsteun deur aanhalings uit die getranskribeerde onderhoude.

**SUBTEMA 4.1: Geestelike welheid**

Twee deelnemers beskou dit as die belangrikste en allesomvattende dimensie van die lewe: "*... geestelike welheid is vir my die belangrikste. Dit gaan oor jou hele menswees ... want vir my is dit die begin en tog die einde ...*". Die volgende deelnemer stel dit net meer volledig: "*... jou geestelike dimensie, is vir ons die, die hele kerkwees. Um, dis jou kontak met die Here en dit begin vir ons, vandat jy ons besoek in jou lidmaatskap, hoe jy 'n lidmaat word, hoe jy geestelik groei, al die kursusse, die paadjie wat ons met jou stap, hoe ons jou deel van kleingroepe wil kry, hoe ons jou deel van bedieninge wil kry, en hoe ons jou op hierdie hele toegangsroete toerus met die evangelie, die woord, en gebed en ja, tagtig persent van die aktiwiteite by die kerk gaan oor hierdie geestelike dimensie, jou kontak met God. En um, dan sonder om te veel daaroor uit te brei, ek dink dis die een dimensie waaraan meeste kerke baie hard werk, en, um, meeste van die 'budget' gaan rondom dit en meeste van die personeel en energie gaan rondom dit*".

Geestelike welheid word deur hierdie deelnemer gesien vanuit die stand van die mens se verhoudings: "*So drie verhoudings; Ek- God, ek-myself en ek-die ander, um, so dis my, dis my geestelike welheid. Of jy op 'n plek is waar jy 'n ander deel van jou geestelikheid sien, of is dit nog net ekself, um, en hoeveel jy aangewese is op God. So ek dink dit is vir my die geestelike welheid se kant ...*".

'n Volgende deelnemer beskou geestelike welheid vanuit die geestelike gawes: "*Geestelike welheid sou ek sê, um, kan 'n mens begin na geestelike gawes kyk, na geestelike ontwikkeling kyk, um, wat's my "spiritual pathways" my toegangsroete as ek met God wil gesels en aan verskillende tipe geestelikhede begin blootstel, um, dat 'n mens nie net so, so eng is, om te sê, ek kan God beleef net op hierdie manier nie, alhoewel dit jou toegangsroete is, is daar dalk ander maniere ook wat 'n mens kan begin inbou ...*".

**SUBTEMA 4.2: Fisieke welheid**

Al die deelnemers het aangedui dat hierdie dimensie oor die gesondheid van jou liggaam handel. 'n Deelnemer som dit soos volg op: "... *ons sien die fisiese dimensie eerstens as jou liggaam, die gesondheid van jou liggaam. Um, en ek dink wat vir ons baie belangrik is as 'n ou praat oor die fisiese dimensie, um, die filosofie agter dit vir ons is, die Here het hierdie liggaam vir my gegee, hy's 'n tempel, hy's geleen en um, ek moet hom gesond hou ... So vir ons in die gemeente is ons fisiese dimensie die instrument waarmee ek God se wil kan doen ... My liggaam is nie my God nie, ek verafgod nie 'n perfekte leefwyse met ... my liggaam moet 'n goeie instrument kan wees wat God kan gebruik".*

Die volgende deelnemer het op die belangrikheid van die wetenskap verwys as dit kom by fisiese aangeleenthede en het aanbeveel: *"... jy't vir die ou gesê: kom vorentoe, die wat wil hê ons moet vir jou bid, lê hande op, wat reg is. Bybels gefundeer is dit reg. Dit het tyd geword dat ons ook aan die fisiese element erkenning gee wat die wetenskap vir ons bied. Ons moet nie met die wetenskap vyande maak nie. Daai dae moet verby wees. Die Bybel, die wetenskap het elkeen sy regmatige plek. God is tog die uitvinder van wetenskap".*

**SUBTEMA 4.3: Emosionele welheid**

Die deelnemers het die verskillende emosies wat 'n mens beleef, aangedui as deel van die emosionele dimensie. In die verband is die volgende opmerking gemaak: *"... as ons praat oor die emosionele dimensie, beteken dit vir my die hele innerlike gevoelswêreld van 'n mens, dit wat hom* [laat] *vrees, huil, bly, lag, motiveer, krag gee, dreineer, al daai klas van goed".* 'n Deelnemer het ook aangedui hoe belangrik dit vir emosionele welheid is, om emosies korrek te verwoord: "... *die emosionele dimensie, um, sien ek as die emosionele welstand van 'n mens, die vermoë om handvatsels op jou emosies te kry. Um, ek dink die groot leemte is dat, ons het hoeveel honderde gevoelens, emosies, maar ons kan dit nie verwoord nie, ons sê; ek is kwaad, dis, wow, dis ons diepste woord wat ons kan kry, maar dit moet kan dieper gaan... hoekom is ek kwaad, wat het my kwaad gemaak, hoe diep is die graad van woede hier binne my, wat gaan hierdie woede uit my uit bring, watse energie kom uit, jy moet die hele emosie kan verstaan en dan begin jy met die emosionele dimensie van 'n mens".*

Vir hierdie deelnemer is emosionele welheid gekoppel aan die mens se insig en verstaan van sy eie emosies. Hy het homself so uitgedruk: *"... vir my, emosionele welheid gaan saam met 'emotional intelligence' en dis, waar bevind ek myself, um, wat gaan ek doen met my omstandighede, en gaan ek toelaat dat my omstandighede gedikteer word deur hoe ek vandag voel, deur my emosies, um, so, bietjie beheer te neem oor my emosies en so bietjie realiteit net in dit in te bring".*

**SUBTEMA 4.4: Intellektuele welheid**

Alhoewel die deelnemers nie veel kommentaar gelewer het oor die komponent nie, is hulle oor die algemeen van mening dat intellektuele stimulasie noodsaaklik is vir intellektuele welheid. Die karige terugvoering oor intellektuele welheid blyk, dat oor die algemeen, nie bewustelik veel aandag aan hierdie aspek geskenk is nie. Daar is gevoel dat die pastoor *"kan mense se kennis verbreed"* en die lidmate *"help om self verstandelik te ontwikkel"*.

'n Deelnemer spreek homself soos volg uit: "*Dan die intellektuele dimensie, um, tans by ons in die gemeente, um, doen ons nie veel daaroor nie, alhoewel ons 'n Bybelskool het en 'n woordskool het en so voorts, um, word daar meer net uitgedaag, dat jou brein is 'n spier soos enige iets anderste in jou liggaam, hoe minder jy hom gebruik, hoe meer neurons in die selle, en verbindings gaan dood en die groot hartseer is wanneer jou liggaam nog gesond is en jou brein nie meer gesond is nie ... jy moet jou brein gebruik, jy moet jou kennis groei en ontwikkel in jou lewe*".

**SUBTEMA 4.5: Sosiale welheid**

Hierdie dimensie het oor die algemeen vir die deelnemers oor gesonde verhoudings gegaan en is soos volg geverbaliseer: *"... sosiale dimensie vir ons is, wat ons ook noem in ons gemeente, verhoudingsdimensie ... jou heel belangrikste verhouding met mense om jou, is jou verhouding in die huwelik. Die volgende verhouding wat vir ons belangrik is, is die ouer en kind verhouding ... So by ons, sosiale dimensie, werk ons net hoofsaaklik aan die huwelik en dan die ouer-kindverhoudings, en die kind-ouerverhouding ...* 'n Ander deelnemer verwys na *"drie verhoudings: Ek- God, ek- myself en ek- die ander ..."*.

Sosialisering, as welheidsaspek, het ook sterk na vore getree. Daar is gevoel dat almal binne 'n Christelike konteks sosiaal kan verkeer en dat dit voordele kan inhou. Dit "*moet in die eerste plek spontaan wees ... met ander woorde dit moet ongedwonge wees*". Die volgende aspekte is aangetoon: dat mense mekaar sosiaal kan stimuleer en opbou, "*...betrek die sekulêre wêreld ...*", mense kan gehelp word "*... om oop te maak, die mure bietjie af te breek en aan mekaar blootgestel ...*" te word oor hulle probleme en die mens 'vind 'n plek' waar hulle sosiaal kan inpas. 'n Gemeente skep ook deur fisiese oefeninge *"ruimte vir mense om sosiaal deel te word van 'n gesonde lewenstyl"*.

**4.5.7.5 TEMA 5: Aktiwiteite wat in elk van die dimensies toegepas kan word en kundiges wat gebruik kan word**

Uit die bespreking oor 'n welheidsbediening in bogenoemde afdelings, het dit aan die lig gekom

dat die mens na liggaam, siel en gees in elke dimensie bedien moet word, sodat hy begelei kan word na welheid. Hierdie begeleidingsproses kan plaasvind aan die hand van verskeie aktiwiteite wat vir hom aangebied word by die kerk of by 'n welheidsentrum wat verbonde is aan die kerk. Die deelnemers het elk 'n klompie aktiwiteite voorgestel wat moontlik in 'n welheidsbediening geïnkorporeer kan word. Hierdie aktiwiteite is met groot oortuiging voorgestel. Die deelnemers was almal van mening dat die aktiwiteite noodsaaklik is. Sommiges het daarop gewys dat die aktiwiteite mag verskil, afhangende van die behoefte van die spesifieke gemeente. Die aanbevelings van die deelnemers word vervolgens onder die subtemas gelys en deur aanhalings vanuit die getranskribeerde onderhoude geverifieer:

**SUBTEMA 5.1: Geestelike dimensie**

Onder hierdie subtema word die volgende aktiwiteite gelys:

- Betrokkenheid by geestelike aksies soos evangelisasie en Woordskool help om geestelike welheid te bevorder: "*Dit gaan heel dikwels net oor, um, kerk toe gaan, um, die prediking van die Woord, evangelisering en dan is mens partykeer dalk geneig om van die res te wil vergeet*".
- Leer mense hoe om geestelik te groei: "*... geestelike volwassenheid, en um, betrek hulle ... dis hoe jy by hulle kan uitkom, is by selle, Bybelstudiegroepe en dan die bywoon van, van kerkdienste.* "*... as jy 'n lidmaat word, hoe jy geestelik groei, al die kursusse, die paadjie wat ons met jou stap, hoe ons jou deel van klein groepe wil kry, hoe ons jou deel van bedieninge wil kry ...*".
- Help mense om hulle geestelike gawes te ontdek: "*Geestelike welheid sou ek sê, um, kan 'n mens begin na geestelike gawes kyk, na geestelike ontwikkeling kyk, um, wat's my 'spiritual pathways' my toegangsroete as ek met God wil gesels en aan verskillende tipe geestelikhede begin blootstel, um, dat 'n mens nie net so, so eng is, om te sê, ek kan God beleef net op hierdie manier nie, alhoewel dit jou toegangsroete is ...*".
- Geestelike berading moet aan mense gebied word en maak gebruik van kundiges: "*...Geestelik moet jy mense kan beraad ... maar waar dit primêr kom by die geestelike aspek, kry kundiges in ...*".
- Stuur mense vir opleiding na 'n kursus oor geestelike berading: "*... daar is goeie jaarkursusse, sê hierdie jaar gaan ons opleiding gee aan soveel mense, vir geestelike berading*" "*... wie kan dit help en watse kursus kan dit help ...*".
- Kerkbywoning help met geestelike welheid: "*Okay, geestelik, uit die aard van die saak, kry jy jou Sondagoggend-dienste en Sondagaand ...*"
- Reël programme met sprekers oor geestelike sake: "*... ons sal byvoorbeeld Saterdae gaan en dit reël, ons gaan 'n spreker kry wat oor dit gaan praat ...*".
- Preek oor geestelike welheid: "*... hoe ons jou op hierdie hele toegangsroete toerus met die*

*Evangelie, die Woord, en gebed ...".*

- Selgroepe is nie net geestelik nie, maar ook sosiaal: *"... as jy 'n selgedrewe gemeente het, skakel so 'n ou in by dit, dat hy in daai proses weer ... leer hy ook om sosiaal te verkeer".*
- Dit vind plaas in Bybelstudie groepe: *"So hoe meer van hierdie aktiwiteite wat jy kan bywoon, Bybelstudie groep byvoorbeeld, want um, geestelike groei is baie belangrik in hierdie goed".*

**SUBTEMA 5.2: Fisieke dimensie**

Onder hierdie subtema word die volgende aktiwiteite gelys:

- Stig klubs soos: Fietsry, stap, fisieke oefening, duikklub, swem, netbal en jag: *"Um, fisiese dimensie dink ek, ek het 'n paar genoem, waar mens saam kan gaan jag, saam in die bos kan wees, saam kan aktiwiteite doen, fietsry, stap, um, wat ook al jou buite toe vat, wat jou, wat jou hart aan die gang hou". "... en ons het fietsryklubs, en stapklubs en drafklubs". "... al stap 'n mens net. 'n Dokter het aanbeveel, swem is seker een van die beste, en ek dink as 'n mens ook in jou gemeentelike omstandighede sulke groepies kan vorm" "... ouens wat saam duik, ouens wat saam fiets ry, ouens wat saam hardloop, ouens wat saam netbal speel ...".*
- Sluit aan by 'n gimnasium: "... *gaan skakel by 'n gimnasium in ...".*
- Gebruik die kerksaal vir fisieke aktiwiteite: *"... jy kan in jou saal, in jou kerksaal aktiwiteite aanbied, sê een maal of twee maal 'n week of wat ook al. Dat mense bymekaar kom en kan volley ball speel en hulle kan ...".*
- Hou aktiwiteite vir senior burgers soos aerobiese klasse: "... *jy kan vir jou ouer mense byvoorbeeld, um, aktiwiteit reël, om, om.. wat noem jy hierdie klasse waar die mense so ... aërobiese klasse ...".*
- Gee opleiding in fisiese welheid: "*Praat met die mense oor hulle fisiese gesondheid. Praat daaroor, preek daaroor, raak prakties. Preek vir die mense op Sondae: as jy aanhou rook, het jy moeilikheid. As jy nie gesond eet nie, het jy moeilikheid".*
- Preek en praat daaroor: "... *fisiese dimensie, um, weer 'n keer, ons preek ...". "Ek preek van die kansel af oor 'n gesonde liggaam ...".*
- Maak gebruik van kundiges: "...*as 'n mens 'n apteker kan hê, as jy 'n mediese dokter beskikbaar kan hê ...*". "*Lukas, was self 'n mediese dokter gewees*". "... *dokters, um, terselfdetyd ook, um, rehabilitasie-areas, van 'n mens wat seergekry het, um, biokinetikus, um, fisioterapeute, ... sportorganiseerders ... hoe ek in 'n gym oefen ...".*
- Skep fisieke oefenprogramme en maak gebruik van 'n fiksheidsafrigter: "... *speel een maal 'n maand volley ball ...". "... jy het ook 'n fisiese 'coach' wat vir jou help afrig ...*".
- Gebruik verpleegkundige om senior burgers se naels te sny en bloeddruk te neem: "... *ek gaan 'n verpleegster reël of 'n verpleegkundige, wat hulle voete en hulle naels doen daai dag*

*en ons neem hulle bloeddruk, en um, al daai goeters, en um, ons laat hulle so bietjie oefeninge doen, en um, laat hulle net so bietjie die bloedsirkulasie deur kry".*

- Daar moet 'n projek wees om siek mense by te staan: "... *jy doen 'n hospitaalbesoek hier of 'n huis besoek ...".*
- Leer mense dat fisieke welheid 'n proses is, 'n daaglikse handeling, dus skep dus programme: "... *Skep programme, raak betrokke by fisiese oefening".*
- Gee vir mense die regte inligting. Mense moet besef dat die liggaam beskadig kan word deur onder andere alkohol, stres, cholesterol: "... *as jy dit nie op die preekstoele wil verkondig nie; en ek sal dit doen, praat dan met groepe mense, praat dan by selgroepe met die mense, praat by bidure met die mense, want die Ou Testament is vol daarvan hoe mens jou liggaam hanteer, en so ook die Nuwe Testament, dis vol daarvan ... Gee vir mense die regte inligting. Praat met die mense daaroor, en, en ,en raak saam betrokke ...". "... jou liggaam sal ingee as gevolg van alkoholmisbruik ... en dieselfde met stres, dieselfde met cholesterol, dieselfde met al die ander goed wat ons in ons liggame in gooi, ons is besig met stadige selfmoord".*
- Gewig moet beheer word, dïeetkundige: "... *jy's bietjie oorgewig; skenk aandag aan jou liggaam, jy eet verkeerd ... al moet jy 'n dieetkundige inkry op 'n Sondag om met die mense te kom praat. Kry die dieetkundige in met, met hulle kennis en sê: reg, mense, hierdie siektes kan gediagnoseer word aan hand van oorgewig ...".*
- Lesings oor fisieke welheid: sluit MIV/VIGS in: "... *mense te kry om te kom praat oor MIV/VIGS...".*

**SUBTEMA 5.3: Emosionele dimensie**

Onder hierdie subtema word die volgende aktiwiteite gelys:

- Hou gespreksgroepe waar jy emosioneel gestimuleer word: "... *emosionele dimensie is um, gespreksgroepe, waar jy gestimuleer word, um, jouself vind, um, vrae kan vra".*
- Prediking is die kanaal waardeur emosionele welheid bevorder kan word: "... *die ou is vyftig maar emosioneel, 'n kind. Jy kry mense wat geleerd is, jy kan 'n doktersgraad hê, maar emosioneel is hy, is hy um, 'n kind. So, emosionele volwassenheid, geestelike volwassenheid, betrek hulle by dit ... dis hoe jy by hulle kan uitkom, is by selgroepe, Bybelstudiegroepe en dan die bywoon van, van kerkdienste.*
- Beweeg weg van mentorskapmodel na "life coach"-model: "... *so jy het jou 'life coach' aan jou emosionele kant ...".*
- Bied kursusse aan oor emosionele groei en stabiliteit wat die volgende onderwerpe aanspreek:
    - Leer mense om hul emosies te identifiseer, verwoord en verstaan.

- Leer mense hoe hulle emosies hul beïnvloed.
- Bou mense se selfbeeld.
- Hanteer die vraag oor mense se doel op aarde.
- Leer mense dat emosionele volwassenheid 'n realiteit is en wat dit behels.
- Help mense om hulle omstandighede te verstaan en te beheer.
- Ontwikkel mense se emosionele intelligensie; Leer mense om hul emosies te beheer.
- Bied seminare aan wat emosionele krisisse kan voorkom.
- Bied beradingskursusse aan.
- Bied finansiële raad en kennis aan.

- Spesiale aktiwiteite vir gestremdes ten opsigte van selfwaarde: "*... een van ons lidmate het, um, die behoefte gesien om, um, gestremde mense bietjie hoop te gee in die lewe en selfrespek, 'self-worth', weer terug te gee ... begin met 'n maatskappy wat, um, printing en konsultasie doen en sulke tipe goed en dan hierdie mense ingetrek vir 'n ekstra sakgeld of 'n inkomste, maar ook net weer die 'ek beteken iets' vir iemand, en ek dink daai ding onderspan vir my, um, 'wholeness', êrens het ek 'n betekenis en dit is ... ek het 'n invloed in, tussen mense*".
- Mense voortdurend beraad en opvolg, verwys na gespesialiseerde hulp indien nodig: "*So, met ander woorde, emosionele berading of emosionele dimensie, moet jy 'n stelselprogram hê, in en uit. Jy moet kyk, die persoon wat vandag hier inkom en hy is emosioneel onstabiel; beraad hom, doen dit, volg op, is daar 'n deurlopende program. Hoe word die persoon ge-evalueer na 'n tydperk van drie, vier maande. Dis nog dieselfde persoon wat daar sit; kan jy die persoon hanteer, het die persoon nie dalk meer professionele hulp, as wat jy self vir die ou kan aanbied nie. So met ander woorde jy moet in staat kan wees om hom te evalueer en sê: goed, ek sal hierdie persoon kan help*".
- Skep 'n klimaat dat mense vrymoedig is om vir hulp te vra: "*... struktuur met 'n onderskraging, waar mense vry kan voel om te sê: jong, ek het hierdie probleem. Dis nie noodwendig 'n geestelike probleem nie, maar kan julle vir my dalk help in daai struktuur. So, met ander woorde, betrek die sekulêre wêreld waar jy ...*".
- Helpers moet 'n grondige kennis hê van die Bybel en Sielkunde: "*... die persone wat betrokke is, moet 'n grondige kennis hê, 'n goeie grondige kennis hê van die Bybel en van Sielkunde. Sielkunde is 'n moet, miskien nie op 'n ver gevorderde vlak nie ...*".

**SUBTEMA 5.4: Intellektuele dimensie**

Onder hierdie subtema word die volgende aktiwiteite gelys:

- Stimuleer intellektuele ontwikkeling deur middel van kursusse, gespreksgroepe, Bybelstudies, boekklubs, Suduko, blokkiesraaisels, stokperdjies, leer moderne tegnologie gebruik: "*Um, dan intellektuele welheid, dink ek kursusse, um, ja, weereens gespreksgroepe dink ek is baie belangrik, waar 'n fasilitering plaasvind, waar opleiding plaasvind, waar, um, Bybelstudie plaasvind wat saam met geestelikheid plaasvind, um, boekklubs, wat ook al*".
- Stimulering vir kinders deur middel van skoolgereedheid, skoolverlaters toerus, help met leerprobleme: "*... terapeuties in die gemeente is meer op kindervlak waar leerprobleme ensovoorts in staan, um, en skoolverlatingstoetse, skoolgereedheidtoetse, ensovoorts*".
- Gebruik die kansel en selgroepe om mense bewus te maak van intellektuele welheid
- Beveel goeie boeke aan vir gemeentelede om te lees: "*...jouself stimuleer, laat daai spier gebruik word en as jy nog nooit 'n dik Wilbur Smith-boek deur geleer het nie, doen dit hierdie Desembervakansie*" "*... as ek 'n goeie boek ontdek het, vir die gemeente te sê; hoor hier, ek het hierdie boek ontdek, oor hierdie onderwerp, um, kry hom vir julle*".
- Gebruik Bybelstudies en Woordskool vir intellektuele ontwikkeling: "*... die mens, um, geprikkel moet word wat sy intellek ook aan betref, um, wat die prediking aan betref, punt een, maar ook wat ander aktiwiteite aan betref, dat daar, um, woordskole, Bybelskole, um of kolleges...*".
- Besprekingsgroepe wat relevante onderwerpe bespreek, verbreed mense se kennis vir intellektuele welheid: "*... gaan ek nou begin by 'n ander gemeente ook, met die X faktor in Jesus se lewe. Dis 'n boek wat deur prof Kobus Neetling en twee ander ouens geskryf is, en um, dis relevante goed, dis wat ons elke dag mee leef, maar um, um, dit stimuleer hulle intelektueel, en um, dit help hom ook in sy allerdaagse lewe. En die kan jy in 'n selgroepverband ook doen*".
- Maak van kundiges gebruik: "*Ons het 'n maatskaplike werker, 'n sielkundige en dan 'n remediërende terapeut wat ouers en kinders help met hierdie moeilike goed op skool vlak. So dit is hoe ons terapeuties, um, met die intellekteule dimensie werk, um, waarom sien dat, jy moet jou brein gebruik, jy moet jou kennis groei en ontwikkel in jou lewe*".
- Gespreksgroepe: "*... gespreksgroepe, waar jy gestimuleer word, um, jouself vind, um, vrae kan vra*".

**SUBTEMA 5.5: Sosiale dimensie**

Onder hierdie subtema word die volgende aktiwiteite gelys:

- Selgroepe hanteer ook sosiale welheid: "*... skakel persone in, soveel as moontlik by 'n sel groep, as jy 'n selgedrewe gemeente*".
- Die kansel is die hoofplatform om mense bewus te maak van die sosiale dimensie: "*... ek preek nie net vir mense nie, ek rig my prediking baie op praktyk ... wat gaan dit vir hulle deur*

*die week, in hulle daaglikse lewe beteken. Gaan dit bydra tot geestelike groei? Ja, dit moet. Gaan dit bydra tot hulle, um, emosionele groei? Ja. Gaan dit bydra tot hulle verhoudings, menseverhoudings?"*

- Teedrink na die Sondagdienste, reël 'n piekniek: "*Sosiale is baie lekker, ons drink lekker tee op 'n Sondagoggend na kerk, doen uitstappies, um, gaan, um, ons gemeente het eenmaal 'n jaar 'n piekniek wat ons hou, so mense verkeer sosiaal baie by mekaar en dit is ook belangrik. En, en baie van die vergaderings ontaard in 'n sosiale byeenkoms, veral na die vergadering, drink lekker saam tee ...".*
- Die beste sosiale gebeurlikhede geskied rondom kos: "*...ek sê altyd 'n mense verkeer die beste sosiaal rondom kos. Dis die waarheid. Mense kuier lekker waar daar kos is ...".*
- Reël sosiale aktiwiteite vir senior burgers: "*... dan kry jy ook die mense wat heeltemal afgesonderd is, dink aan die ouer mense in die aftreeoorde en dat daar aktiwiteite vir hulle ook moet wees, um, benewens om kerk toe te kom, iets spesiaal gereël te word vir hulle, mense wat alleen is ...".*
- Help om werk te soek vir werkloses: "*... hy het sy werk verloor en dit tas sy selfbeeld aan, dit tas sy huwelik aan, dit tas sy geloof aan ... ons [het] 'n span na wie toe jy kan kom en verduidelik wat jou goeie gawes en talente is en jou CV vat en dan het ons in dieselfde span weer mense wat werk soek".*
- 'n Behoefte aan regsadvies is aangedui en dan kan lidmate wat onderleg is in die opsig, 'n waardevolle funksie vervul: "*... baie arm mense ... hulle het nie geweet wat om te doen nie. Hulle het na my toe gekom, en ek het, as gevolg van my regs agtergrond, het ek hulle op die regte pad gewys ...".*
- Vakansieprogram vir kinders: "*... vakansietye, byvoorbeeld, het ons 'n program vir kinders wat by die huis is, maar dis nou juis die probleem met (plek naam verwyder), want daar, um, meeste molesterings gebeur tydens die vakansies want die ouers, baie van die ouers werk nie, en ons weet dat die meeste molesterings wat in huise gebeur is familie, dit is bewys. So kry jou kinders vakansietye dat hulle iewers iets kan doen by die kerk".*
- Maak gebruik van NGO's en strukture: "*As een ou kom kla, en hy sê: daai sosiale probleem ... sê goed, um, ek ken die sosiale werker. Met ander woorde, maak gebruik van NGO's. Maak gebruik van die Christelike maatskaplike raad, betrek daai ouens by jou struktuur wat kardinaal is. So, as jy nie 'n sosiale struktuur kan oplos, of 'n sosiale probleem nie, weet jy waar jou struktuur geskep is. So, skep weereens strukture, maar ook weereens, soos ek gesê het, um, spontaan, ongedwonge en selfdeelname aan so 'n struktuur en dan moet jy jouself weereens as pastoor of geestelike leiers, hulle ook, self opvoed en op hoogte bring van kennis ...".*
- Aktiwiteite wat die kerk kan reël: 'n braai, teater, kultuuraktiwiteite, opera, musiekvertonings: "*Um, sosiale dimensie sou ek sê, um die kerk het 'n verantwoordelikheid ten opsigte van*

*sosiaal te verkeer tussen mense, en nie noodwendig net kerkdienste te hou nie, so dan dink ek aan braaie, teater, kultuuraktiwiteite, waar hulle mense, kultuurgroepe weer aan mekaar bloodstel, um, in 'n veilige, um, gemonitorde omgewing ...".*

- Huwelikskursusse aanbied: Voorhuwelikse kursus. huweliksverryking, ouerskapkursusse aanbied: "... *huweliksberaad, huwelikskursusse, weer 'n keer, voorkoming kursus, voorhuwelikskursus, hoe meet jy die regte maat kies, hoe kies jy die regte maat en al daai klas van goed, huweliksverrykingskursusse, um, as daar nou kinders kom, hoe daai aanpassings en al hierdie goeters, so ons ... weer voorkomend, probeer ons aan die huwelike werk".*
- Help om mense se eensaamheid te verlig: "... *Ek dink dis ook 'n samebindende faktor as 'n mens op 'n sosiale vlak bietjie lekker saam verkeer, 'n goeie opera kan gaan kyk of 'n goeie musiekstuk kan gaan kyk. Ek dink dis uiters belangrik dat jou gemeente ook hier betrokke sal raak".*
- Betrek ook nielidmate in sosialisering: "... *opleiding en inligting van potensiële lidmate ...".*
- Die kerk moet sosiale aksies reëel deur strukture daar te stel: "*Jou sosiale dimensie, weereens, die skepping van sosiale strukture binne en buite die kerk byvoorbeeld". "...byeenkomste te reël en laat mense net sosiaal verkeer, en ek sê altyd mense verkeer die beste sosiaal rondom kos ...".*
- Mense moet sosialiseringsvaardighede leer: "... *leer hy ook om sosiaal te verkeer. En um, binne 'n Christelike konteks, want nie almal ... ons kan almal sosiaal verkeer daar buitekant, maar binne 'n Christelike konteks".*
- Maak gebruik van terapeute vir ontwikkeling van die dimensie: "...*Ons het 'n maatskaplike werker, 'n sielkundige ...".*
- Kerk moet uitstappies reël vir sosialisering: "... *doen uitstappies, um, gaan, um, ons gemeente het eenmaal 'n jaar 'n piekniek wat ons hou ...".*

## 4.6 VOORLOPIGE SAMEVATTING

Die navorsingsbevindinge is bekom deur middel van die implementering van 'n kwalitatiewe navorsingsproses. Die navorser het persoonlik 'n in diepte-onderhoud met elk van die deelnemers gevoer totdat versadigingspunt bereik is. Die navorsingsdata is deur die navorser en die onafhanklike kodeerder geanaliseer. Hierna is die temas en subtemas (Tabel 10) deur die navorser geïdentifiseer. Die data is gekategoriseer in vyf temas, naamlik:

TEMA 1: 'n Welheidsbediening is holisties en bedien die totale mens na liggaam, siel en gees in al die dimensies

TEMA 2: 'n Welheidsbediening is belangrik en noodsaaklik

TEMA 3: Aanbevelings ten opsigte van die beplanning, toepassing en funksionering van 'n welheidsbediening

TEMA 4: Dimensies van welheid

TEMA 5: Aktiwiteite wat in elk van die dimensies toegepas kan word

'n Volledige aanbieding vanuit die getranskribeerde onderhoude is in die hoofstuk bespreek aan die hand van die temas en subtemas (Tabel 10). Na aanleiding van hierdie empiriese data, word die afleiding gemaak dat 'n welheidsbediening as belangrik en noodsaaklik beskou word. Die data het ook aan die lig gebring dat:

- die pastoor se ondersteuning en betrokkenheid by 'n holistiese welheidsbediening van kardinale belang is;
- die deelnemers van mening is dat die mens na liggaam, siel en gees, in al die dimensies van welheid, bedien moet word;
- elke gemeente unieke behoeftes het, 'n spesifieke infrastruktuur het, finansiële beperkinge en personeeltekorte het, wat 'n rol mag speel by die beplanning, toepassing en funksionering van 'n welheidsbediening;
- die spesifieke en aantal dimensies bepaal sal word na gelang van die behoefte in die gemeente en moontlik ook die beskikbaarheid van fondse en personeel; en
- die mens aan verskillende aktiwiteite kan deelneem wat hom moontlik mag ondersteun en begelei na welheid.

## 4.7 SLOTOPMERKING

Hierdie hoofstuk het kortliks die hele navorsingsproses beskryf, wat die navorsingsontwerp, navorsingsmetode en navorsingsresultate insluit. Aangesien 'n relatief klein steekproef in hierdie studie gebruik is, is die doel nie om die uitkomste hiervan te veralgemeen nie, maar om tot 'n diepte-insig te kom in pastore se insig van 'n welheidsbediening. Dit is daarom nie bepalend nie, maar kan rigtinggewend wees vir verdere ontwikkeling in die AGS aangesien dit verteenwoordigende is in stedelike konteks. Die steekproef het deelnemers ingesluit wat ervaring vanaf vyf jaar tot en met veertig jaar in die bediening gehad het en die ouderdomme is ongeveer tussen die laat twintiger-en laat sestigerjare. Ten spyte van die ouderdom verskille en die jare ervaring in die bediening het die deelnemers sonder uitsondering die belangrikheid en noodsaaklikheid van 'n welheidsbediening na liggaam, siel en gees bevestig. Te oordeel aan die uitlatings wat gemaak is oor die onderwerp, was daar 'n opgewondenheid te bespeur en 'n opregte belangstelling in die moontlike implementering van so 'n bediening. Dit blyk dus uit die navorsing dat daar nie net konsensus is oor die behoefte aan 'n welheidsbediening nie,

maar ook dat pastore se insette en betrokkenheid van deurslaggewende belang is. Hierdie navorsing het ook uitgewys dat die totale mens bedien moet word deur aktiwiteite aan te bied wat die dimensies van welheid kan ondersteun.

In die volgende hoofstuk sal 'n praktykteoretiese model voorgestel word aan die hand van die navorsingsdata.

**"MY VOLK GAAN TE GRONDE WEENS GEBREK AAN KENNIS..."**

Hosea 4:6 – 1953 vertaling

# HOOFSTUK 5

# FORMULERING VAN 'N PRAKTYKTEORETIESE MODEL VIR WELHEIDSBEDIENING DEUR AGS-PASTORE IN 'N STEDELIKE KONTEKS

In die vorige hoofstuk is op grond van die empiriese ondersoek die verwerking van die data in die vorm van temas en subtemas aan die hand van die beskrywing van pastore se kennis, insig en ervaring van 'n welheidsbediening gedoen. In hierdie hoofstuk sal 'n praktykteoretiese model ontwikkel word aan die hand van die navorsingsdata.

## 5.1 INLEIDING

Praktykteorie beskryf hoe 'n basisteorie in die praktyk behoort te funksioneer (Venter, 1995:199) en dit behoort ontwerp te word vir elke kommunikatiewe handeling (Pieterse, 1993:52). Ten einde praktykteoretiese riglyne te formuleer, is dit nodig om die basisteoretiese perspektiewe met die metateoretiese perspektiewe te integreer. In hierdie situasie kom die model van Zerfass (sien 1.5.1) tot volle uitvoering. Volgens die model (Zerfass, 1974:166) ontstaan 'n probleem wanneer 'n bepaalde bedieningspraktyk nie meer bevredig nie en dan volg daar 'n wetenskaplike proses om die probleem te ondersoek. In hierdie proses toon die model aan dat die basisteorie, metateorie en empiriese navorsing deur hermeneutiese wisselwerking 'n nuwe verstelde praktykteorie ontwerp. Volgens Venter (1996:95-96) is dit die weg waarlangs voortgesette prakties-teoretiese teorievorming behoort plaas te vind.

## 5.2 DOELSTELLING

### 5.2.1 Inleiding

In hierdie hoofstuk word gepoog om 'n beskrywing van 'n praktykteoretiese model daar te stel, deurdat die basisteorie en metateorie in hermeneutiese wisselwerking met mekaar ontwikkel tot 'n praktykteorie. 'n Praktykteoretiese model sal geformuleer word met die oog op 'n model wat aangebied kan word ten opsigte van 'n welheidsbediening. Teorievorming vind plaas vanuit die empiriese data, basisteoretiese en metateoretiese perspektiewe wat in die studie ontgin is en in 'n hermeneutiese wisselwerking gestel word om te kom tot 'n praktykteorie.

### 5.2.2 Die struktuur van hoofstuk 5

Om hierdie praktykteoretiese model te ontwikkel, sal daar gefokus word op die genoemde temas wat tydens die navorsing geïdentifiseer is. In 'n poging om hieraan te voldoen, sal die hoofstuk aan die hand van die volgende struktuur geformuleer word:

- **Inleiding:** 'n Beknopte samevatting word gegee van die hoofaspekte van die metateorie, basisteorie en empiriese navorsing, wat 'n rol kan speel in die ontwikkeling van 'n praktykteoretiese model.
- **Welheid as konsep:** In die lig van metateoretiese perspektiewe, basisteoretiese insigte en insigte vanuit die empiriese ondersoek wat in die verskillende hoofstukke na vore gekom het, word welheid as konsep bespreek.
- **Die noodsaaklikheid van 'n welheidslewenswyse en 'n welheidsbediening:** Vanuit die metateorie, basisteorie en die empiriese navorsing word die noodsaaklikheid van 'n welheidsbediening en 'n welheidsleefwyse bespreek, sodat 'n verstelde praktykteorie aanbeveel kan word.
- **Bediening van die totale mens na liggaam, siel en gees:** In hierdie afdeling sal na aanleiding van die navorsing gepoog word om vas te stel wat met menswees bedoel word deur 'n kritiese wisselwerking tussen die metateorie, basisteorie en die resultate van die empiriese navorsing.
- **Dimensies vir 'n welheidsbediening:** Die dimensies word kortliks bespreek vanuit die navorsingsdata. Hierna sal inligting oor die **dimensies van welheid,** soos dit in die navorsing voorkom, **getabuleer word (Tabel 11)** om die ooreenkomste en verskille aan te dui tussen die sekulêre wêreld (hoofstuk 2) se siening van welheid, welheid volgens Bybelse beginsels (hoofstuk 3) en die resultate van die kwalitatiewe onderhoudvoering (hoofstuk 4), waarna 'n verstelde praktykteorie ontwikkel sal word. Aan die hand van die data wat in die bostaande tabel bespreek gaan word (Tabel 11), sal **twee diagrammatiese hulpmiddels** ontwikkel word wat deur die pastoor gebruik kan word in 'n welheidsbediening **(Figuur 21 en Tabel 12).**
- **Beplanning, toepassing en funksionering van 'n welheidsbediening:** Die navorsingsdata wat handel oor die **beplanning, toepassing en funksionering van 'n welheidsbediening** sal kortliks bespreek word. Aan die einde van die afdeling sal die data in tabelvorm weergegee word **(Tabel 14).** 'n **Organogram** wat die organisatoriese struktuur van die bediening uit een sit **(Figuur 22)** en **voorgestelde strategiese doelwitte vir 'n welheidsbediening (Tabel 13),** sal in die afdeling aangebied word.
- **Aktiwiteite en die gebruikmaking van kundiges vir 'n welheidsbediening:** In hierdie afdeling word die **verskeie aktiwiteite en die kundige hulp**, soos verkry uit die navorsingsdata, onder elk van die dimensies gelys. Aan die einde van die afdeling word

bogenoemde inligting in **'n praktykgerigte model vir die begeleiding na welheid voorgestel (Figuur 23).**

## 5.3 PRAKTYKTEORETIESE RIGLYNE VIR 'N WELHEIDSBEDIENING

In hierdie afdeling word bogenoemde aspekte bespreek. Die onderlinge wisselwerking wat plaasvind tussen die metateorie, basisteorie en die resultate van die empiriese navorsing word hanteer, met die oog op die ontwerp van 'n praktykteorie.

### 5.3.1 Inleiding

Ter inleiding word 'n beknopte samevatting gegee van die hoofaspekte van die metateorie, basisteorie en empiriese navorsing, wat 'n rol kan speel in die ontwikkeling van 'n praktykteoretiese model.

Die metateoretiese perspektiewe (hoofstuk 2) het aan die lig gebring dat:

- die omstandighede waarmee die mens in die kontemporêre kultuur gekonfronteer word, dit genoodsaak het om die klem te verskuif van 'n siektebehandelingslewenswyse na 'n welheidsbevorderingslewenswyse (sien 2.6);
- daar al heelwat navorsing gedoen is oor 'n holistiese welheidslewenswyse (sien 2.8);
- die konsep redelik jonk is en alhoewel Dr. Halbert L. Dunn, wat beskou word as die stigtersvader van welheid, die konsep eers bekend gestel het in die laat vyftigerjare van die twintigste eeu, dit eers posgevat het in die laat sewentigerjare (sien 2.5.4);
- daar tot dusver nog geen algemeen aanvaarbare definisie van welheid beskikbaar is nie (sien 2.7.2.13);
- verskeie kundiges die term gedefinieer het na gelang van die behoeftes wat in hul vakgebied bestaan (sien 2.7.2);
- daar al verskeie welheidsmodelle ontwerp is wat elk hul eie aantal dimensies insluit (sien 2.8.3); en
- daar 'n positiewe verband bestaan tussen godsdiens, gesondheid en welheid en daarom is die vermoede dat indien 'n welheidsbediening effektief funksioneer, die algehele gesondheid van die mens sal verbeter, wat weer sal bydra tot 'n meer gebalanseerde lewenswyse in al die ander dimensies van welheid (sien 2.8.6).

Die basisteoretiese perspektiewe (hoofstuk 3) bring vier belangrike aspekte na vore, naamlik:

- die Skrif kan en moet geraadpleeg word met 'n welheidsbediening, omdat dit gesag het, betroubaar is, genoegsaam is en noodsaaklik is in die mens se lewe. God is aan die

woord in die Skrif en daarom is die riglyne wat Hy verskaf vir 'n optimale welheidslewenswyse van kardinale belang (sien 3.1.3.5);

- die trigotomiese beskouing (liggaam, siel en gees) van die mens word vir die doel van die studie verkies bo die monistiese en digotomiese sieninge en daarom word dit onderstreep dat die mens 'n eenheid is, waarin die drie dele van mekaar onderskei maar nie geskei kan word nie (sien 3.3.1.5);
- die liggaam (materiële komponent) is die deel wat fisies funksioneer, die gees van die mens (niemateriële komponent) is die deel wat weet (1 Kor 2:11) en wat God-bewus is, die siel (niemateriële) is die deel wat voel en saam vorm dit 'n geheel en werk saam as 'n eenheid. Dit is baie moeilik om tussen die dele te onderskei, want dit funksioneer nie afsonderlik nie, is afhanklik van mekaar en het 'n invloed op mekaar. Een komponent is nie belangriker as die ander een nie (sien 3.4.4); en
- daar is heelwat inligting in die Bybel wat die verskeie dimensies van welheid kan verryk en daar word ook veelvuldige perspektiewe aangebied vir 'n gebalanseerde welheidslewenswyse in elk van die dimensies (sien 3.5).

Uit die empiriese navorsing (hoofstuk 4) blyk dit dat:

- 'n welheidsbediening as belangrik en noodsaaklik beskou word (sien 4.5.7.2);
- die pastoor se ondersteuning en betrokkenheid by 'n holistiese welheidsbediening van kardinale belang is (sien 4.5.7.3 subtema 3.1);
- die deelnemers van mening is dat die mens na liggaam, siel en gees, in al die dimensies van welheid, bedien moet word (sien 4.5.7.1 subtema 1.1);
- elke gemeente unieke behoeftes het, 'n spesifieke infrastruktuur het, finansiële beperkinge en personeel tekorte het, wat 'n rol mag speel by die beplanning, toepassing en funksionering van 'n welheidsbediening (sien 4.5.7.3 subtema 3.1);
- die spesifieke en aantal dimensies bepaal sal word na gelang van die behoefte in die gemeente en moontlik ook die beskikbaarheid van fondse en personeel (sien 4.5.7.4); en
- die mens aan verskillende aktiwiteite kan deelneem wat hom moontlik mag ondersteun en begelei na welheid, sowel as om van kundiges gebruik te maak (sien 4.5.7.5).

### 5.3.2 Welheid as konsep

Die metateorie het aangetoon dat siekte, kwale en ongesteldheid nog altyd deel van die mens se geskiedenis is en daarom streef hy na 'n welheidsbestaanswyse. Hierdie strewe kan toegeskryf word aan die feit dat die mens nie 'n optimale lewe kan lei as hy onwel en ongebalanseerd lewe nie. Welheid word universeel begeer, want 'n gesonde mens kan meer

dinge bekom en doen, as waarvan 'n siek mens net van kan droom (sien 2.7.3.2). Welheid is 'n onderwerp wat oor alle grense van ras, kleur, nasionaliteit en geloof strek (sien 2.7.1). Die konsep het 'n lang historiese aanloop, maar het eers in die laat sewentigerjare van die vorige eeu begin momentum kry (sien 2.5.4). Dit wil voorkom asof die voorstanders van welheid, in die ontwikkelings geskiedenis van die konsep, in die algemeen ooreengestem het dat welheid die verantwoordelikheid van die individu is wat keuses moet maak om so gesond as moontlik te leef en om optimale gesondheid te kan geniet, is leefstylbestuur essensieel, sowel as om aandag te skenk aan wat hy doen, dink en eet (sien 2.5.6). Alhoewel daar in die algemeen ooreengestem word oor die betekenis van die begrip, het verskeie kundiges die term gedefinieer (sien 2.7.2) en is daar tot dusver nog geen algemeen aanvaarbare definisie van welheid beskikbaar nie (sien 2.7.2.13).

Al die definisies wat in die metateorie aangebied word, verskaf 'n breë raamwerk vir die konsep (sien 2.7.2). Dit vertoon 'n visie van welheid wat gegrond is op: balans, die totale mens na liggaam siel en gees, welheid as 'n bewustelike proses, om gelukkig te wees, bemagtiging, suksesvolheid, liefdevolle aanvaarding van jouself, persoonlike keuses, holistiese en optimale gesondheid, positivisme, kwaliteit van lewe, persoonlike verantwoordelikheid en bewustheid, leefstylverandering en wyse besluite wat gemaak word oor die betekenis, sin en doel van die lewe. In die welheidsbeweging word die mens ingelig en aangemoedig om 'n lewenstyl te kies waarin hierdie eienskappe ten volle kan ontplooi (sien 2.7.2.13). 'n Algemene definisie word hier aangebied, met inagneming van genoemde aspekte, om meer lig te werp op die betekenis wat die konsep vir die een-en-twintigste eeuse mens het: *Welheid is 'n aktiewe en lewenslange proses van bewuswording en 'n manier van lewe waardeur die individu verantwoordelikheid moet neem vir die keuses wat hy maak ten opsigte van 'n meer gebalanseerde, optimale en gesonde lewenstyl aan die hand van die dimensies van welheid.* Wat die mens dink, glo en voel het 'n impak op die hoogste potensiaal van welheid wat die mens kan bereik (sien 3.5.6 Tabel 5).

Die basisteorie het bevestig dat daar 'n groot ooreenkoms is met die metateoretiese siening van welheid. Die grootste verskil is die afwesigheid van die erkenning van die rol wat gehoorsaamheid aan God se welheidsvoorskrifte speel in die sekulêre wêreld. Albei rigtings erken wel dat die mens self verantwoordelikheid moet neem vir sy eie welheid deur die keuses wat hy maak. In die sekulêre wêreld wil dit dus voorkom asof dit primêr gaan oor welheid ter wille van welheid self en die voordele wat dit persoonlik vir die mens inhou. In teenstelling hiermee word die gelowige aangemoedig om welheidskeuses uit te oefen om God te kan verheerlik met sy liggaam, siel en gees, sy naaste te kan dien en diensbaar te kan wees in God se koninkryk. Hier gaan dit oor welheid ter wille van diensbaarheid en gehoorsaamheid

aan God se opdragte, sowel as die welheid van die mens self. (sien 3.5.6).

Die volgende definisie van welheid is ontwikkel uit die basisteoretiese gegewens: Welheid is 'n multidimensionele staat van bestaan waar die handhawing van 'n welheidslewe gekenmerk word deur 'n opregte verhouding met God en die naaste en 'n gebalanseerde, toegewyde lewe in gehoorsaamheid aan God se opdragte. Die mens is verantwoordelik vir die keuses wat hy maak, wat weerspieël sal word in die balans wat gehandhaaf word tussen die geestelike, emosionele, sosiale, fisieke en intellektuele dimensies, wat dan aanleiding kan gee tot 'n staat van totale welheid, soos die mens daarna streef om meer gelykvormig te word aan Jesus Christus en diensbaar te wees vir sy naaste (sien 3.5.6 Tabel 5).

Vanuit die empiriese ondersoek het verskeie deelnemers 'n bydrae gelewer ten opsigte van wat hulle glo welheid behoort te behels. Dit kan soos volg saamgevat word: Welheid behoort die drie verhoudings in die mens se lewe aan te spreek, naamlik jou verhouding met God, jouself en met ander mense. Welheid is ook 'n proses en 'n daaglikse lewenstyl na liggaam, siel en gees. Hieruit blyk dit dat die deelnemers welheid vanuit 'n verhoudingsdimensie beskou, wat 'n proses behels en deur 'n lewenstyl onderskraag moet word wat die liggaam, siel en gees insluit.

Die metateorie, basisteorie en die empiriese navorsing kan die konsep van welheid verruim. Daar is nie 'n groot verskil tussen hierdie sieninge nie, maar tog kan elk 'n unieke bydrae lewer. Die volgende beskrywing van die konsep kan dus aangebied word: welheid is 'n lewenstyl, proses en 'n multidimensionele staat van bestaan waar die handhawing van 'n welheidslewe gekenmerk word deur 'n opregte verhouding met God, jouself en die naaste, en 'n gebalanseerde, toegewyde lewe in gehoorsaamheid aan God se opdragte. Die mens is verantwoordelik vir die keuses wat hy maak, wat weerspieël sal word in die balans wat gehandhaaf word tussen die geestelike, emosionele, sosiale, fisieke en intellektuele dimensies, wat dan aanleiding kan gee tot 'n staat van totale welheid, soos die mens daarna streef om na liggaam, siel en gees meer gelykvormig te word aan die beeld van God en diensbaar te wees vir sy naaste. Aan die hand van hierdie verrykte praktykteoretiese siening van welheid, is dit moontlik om die konsep in al sy fasette meer volledig te kan verstaan en dit met meer insig te kan benader om praktiese riglyne vir 'n welheidsbediening daar te stel.

### 5.3.3 Die noodsaaklikheid van 'n welheidslewenswyse en 'n welheidsbediening

Die metateorie (hoofstuk 2) het dit baie duidelik uitgewys dat 'n welheidslewenswyse 'n noodsaaklikheid geword het. In die kontemporêre kultuur word die mens blootgestel aan 'n leefwyse wat sy gesondheid nadelig beïnvloed en 'n wanbalans in sy lewe veroorsaak.

Siektetoestande soos depressie en uitbranding is aan die orde van die dag (sien 2.6.4). Die mens leef in die informasie-era waar die tegnologiese ontwikkeling besig is om in talle opsigte te ontaard in 'n vyand eerder as in 'n hulpmiddel vir die mens. Hy het ook nie altyd genoeg tyd om na te dink oor die magdom informasie wat daagliks verwerk moet word nie. As kitswêreldburger moet die mens oorleef in hierdie kitslewe deur kitswaardeoordele en kitskeuses te maak (sien 2.6.2). Die omstandighede word vererger deur die feit dat mediese behandeling in baie gevalle onbekostigbaar geword het. Kanker, beroerte, hartkwale en ander kwale kan toegeskryf word aan leefstylfaktore, soos rook, dieet, geen oefening en alkoholmisbruik. Dit kan effektief aangespreek word deur 'n leefstylverandering (sien 2.7.3.2). Die mens word dus genoodsaak om hom te wend na alternatiewe metodes om so gesond as moontlik te kan leef en daarom het 'n welheidslewenswyse begin aanklank vind (sien 2.6.5, 2.7.1).

Die Wêreldgesondheidsorganisasie (WGO) en die Wêreld Ekonomiese Forum (WEF) het tydens hul vergaderings in 2007 en 2008 besluit om internasionale aandag aan welheid te skenk en dit 'n prioriteit wêreldwyd te maak. In Januarie 2008 het die WGO en die WEF 'n opvolgkonferensie gehou in Switserland, waar voorgestel is dat welheid in die werkplek as 'n universele prioriteit gestel moet word. Hierdie gebeure het die bevordering van welheid wêreldwyd onderstreep en prominente leiers betrek om die konsep te bevorder (sien 2.5.5, 2.6.6).

Die resultaat van hierdie vergaderings is alreeds sigbaar as daar gekyk word na akademiese instansies, besighede, groot korporasies, versekeringsmaatskappye, hospitale, mediese skemas, en gemeenskapsgroepe wat almal begin het om die welheidskonsep te ondersteun sodat die mens die kwaliteit van sy lewe kan verbeter. 'n Goeie voorbeeld hiervan is onder andere Coca-Cola, ABSA, en Hewlett-Packard wat verskeie welheidsprogramme vir hul werknemers aanbied. Dit wissel, onder andere, van fiksheidsprogramme, rookklinieke tot spanningsbestuurseminare. Dit is bevind dat hul mediese eise aansienlik verminder het, afwesighede afgeneem het en produktiwiteit toe geneem het (sien 2.7.1).

Kundiges beweer dat die welheidsindustrie 'n omvattende besigheid geword het en noem dit alreeds 'n biljoen dollar-industrie. Dit word voorspel dat die welheidsindustrie teen 2010 die een triljoen dollar-kerf sal behaal. Dit is ook al aangetoon dat welheid die vinnigste groeiende industrie in die wêreld geword het en dit wil dus voorkom dat die konsep hier is om te bly vir nog 'n hele paar jaar (sien 2.9).

In die lig van bogenoemde metateoretiese perspektiewe blyk dit dat welheid internasionale

aandag geniet en is dit duidelik dat 'n welheidslewenswyse nie net belangrik is nie, maar ook uiters noodsaaklik is. Vanuit die basisteorie word bogenoemde bevinding versterk wanneer daar na Bybelse riglyne oor 'n welheidslewenswyse en welheidsbediening gekyk word.

Die Skrif kan en moet geraadpleeg word met 'n welheidslewenswyse en welheidsbediening, omdat dit gesag het, betroubaar is, genoegsaam is en noodsaaklik is in die mens se lewe. God is aan die woord in die Skrif en sodoende gee Hy rigting aan die mens as dit kom by hoe die mens volgens Sy voorskrifte behoort te lewe vir 'n optimale bestaan. God het die mens geskep en daarom het God alles te sê oor hoe die mens behoort te lewe, wat hy behoort te vermy en wat goed is vir hom. God is besorg oor die totale mens. Elke faset van menswees is vir God belangrik en geen aspek val buite Sy liefde nie. Die Skrif is rigtinggewend rakende elke faset van menswees. In die fasilitering van 'n welheidsbediening, speel die Skrif as kenbron 'n bepalende rol (sien 3.1.3.5).

Die noodsaaklikheid van 'n welheidsbediening en 'n welheidslewenswyse word onderstreep deur die Skrif, as daar ag geslaan word op hoe belangrik die totale mens vir God is. Daar is heelwat perspektiewe uit die Skrif wat daarna heenwys dat die mens na liggaam, siel en gees, so gesond as moontlik moet leef. Elk van dié aspekte sal kortliks belig word:

- Die liggaam is belangrik vir God, want in 1 Korintiërs 6:19-20 word gesê dat die liggaam 'n tempel van die Heilige Gees is waarin die mens woon, en daarom moet die mens sy liggaam versorg. Hy behoort nie aan homself nie, is duur gekoop en moet God in sy liggaam verheerlik. Hy word ook gewaarsku om die liggaam in geen opsig te skend of te beskadig nie (1 Kor 3:16, 17). Geen deel van die liggaam mag in diens van die sonde gestel word om as 'n werktuig te gebruik om goddeloosheid te bedryf nie (Rom 6:12,13). Die liggaam moet toegewy word aan God (Rom 12:1) en dit moet aan Hom diensbaar gestel word (sien 3.4.1).
- Die siel is onder andere die setel van emosies, behoeftes, begeertes, gevoelens, wil, intellek, aptyt, liefde, verlange en vreugde. Die siel is dus die intelligente aspek wat funksioneer deur die liggaam en lewe gee aan die liggaam op 'n fisiese manier deur die liggaam aan te wend vir kommunikasie, uitdrukking, ontdekking, denke, gevoel, wil, drange en soortgelyke aktiwiteite. Hierdie aktiwiteite gee uitdrukking aan die mens se persoonlikheid en maak hom uniek (sien 3.4.2). Die liggaam is dus die fisiese deel van die mens wat tot sterwe kom, terwyl die siel voortleef na die dood. Dit is juis die onsterflike siel wat die onderskeid maak tussen mens en dier (sien 3.3.1.2). Dit is daarom noodsaaklik dat die mens so gesond as moontlik met sy emosies saamleef en dit so na as moontlik bestuur aan die hand van Bybelse riglyne. Die mens het nie altyd die insig of kennis hiervoor nie, en daarom is 'n welheidsbediening noodsaaklik.

- Wanneer die gees van die mens deur God se Gees lewend gemaak word, is die mens in die regte verhouding tot God soos Hy dit bedoel het. Galasiërs 5:22 en Efesiërs 5:9 kom ter sprake waar die mens die vrug van die Gees in sy lewe begin demonstreer en gaandeweg meer en meer aan Sy beeld gelykvormig word (Rom 8:29; 2 Kor 12:18; Gal 5:16, 25) (sien 3.4.3). 'n Welheidsbediening kan dus help om die mens te begelei om in 'n regte verhouding met God te leef en om die vrug van die Gees te demonstreer in sy lewe.

Bogenoemde word onderskryf deur die empiriese navorsing waar al die deelnemers oortuig is dat 'n welheidsleefwyse en 'n welheidsbediening uiters noodsaaklik is. Uit die aanhalings is dit duidelik dat die deelnemers voel dat daar aandag geskenk moet word aan 'n meer holistiese bediening na liggaam, siel en gees, met in agneming van al die dimensies van welheid (sien 4.5.7.1 subtema 1.3). So byvoorbeeld het 'n deelnemer gesê dat 'n welheidsbediening van "*kardinale belang*" is en daar is ook gevoel dat dit "*een van die belangrikste bedieninge*" is (sien 2.5.7.4 subtema 2.1), want "*Jesus het mense ook na gees, siel en liggaam bedien*" (sien 4.5.7.1 subtema 1.1).

Daar is gewys op die nadele indien so 'n bediening afwesig is. Sommige deelnemers het gevoel dat die kerk "*oneffektief*" sal wees en sodoende kan die "*beeld van Christus*" nie uitgedra word nie (sien 4.5.7.1 subtema 1.1). Ander het gewaarsku dat mense ongebalanseerd en "*siek, in aanhalingstekens, nè*" sal bly indien hulle nie in totaliteit behandel word nie (sien 4.5.7.1 subtema 1.1). Daar is ook kritiek uitgespreek oor die feit dat die kerk vir te lank hoofsaaklik net op die geestelike dimensie gekonsentreer het (sien 4.5.7.1 subtema 1.3) en daarom is aanbeveel dat daar opleiding moet plaasvind rondom 'n welheidsbediening en dat die inligting hoofsaaklik vanuit 'n Bybelse konteks, aan die hand van Bybelse riglyne, verskaf moet word (sien 4.5.7.1 subtema 1.4). Verder is aanbeveel dat die eensydige verstaan van bediening en dienslewering na 'n meer holistiese verstaan van betrokkenheid moet ontwikkel, omdat die mens nie net geestelike behoeftes het nie (sien 4.5.7.1 subtema 1.1, 1.3).

Uit bogenoemde bespreking vanuit die metateorie, basisteorie en die empiriese navorsing het dit duidelik aan die lig gekom dat daar eenstemmigheid is oor die belangrikheid van 'n welheidsbediening en 'n welheidsleefwyse en dat dit beslis toegepas behoort te word in die praktyk. In die versterkte praktykteorie word aanbeveel dat 'n welheidsbediening noodsaaklik is en dat dit in die praktyk behoort te realiseer. Hierdie voorstel is 'n belangrike aspek wat uit die navorsing na vore getree het. Die praktiese implikasies vir die beplanning, toepassing en funksionering van so 'n bediening sal ook in die hoofstuk aan die beurt kom.

### 5.3.4 Bediening van die totale mens na liggaam, siel en gees

Dit is noodsaaklik dat die mens aan wie 'n welheidsbediening aangebied word, korrek verstaan moet word. Die vraag na wat presies met menswees bedoel word en uit hoeveel komponente hy bestaan, is al oor baie jare gevra en verskeie pogings is aangewend om dit te beantwoord (sien 3.3). In hierdie afdeling sal na aanleiding van die navorsing gepoog word om vas te stel wat met menswees bedoel word deur 'n kritiese wisselwerking tussen die metateorie, basisteorie en die resultate van die empiriese navorsing.

Die metateorie het aangetoon dat welheid multidimensioneel is, uit verskeie dimensies bestaan en die totale mens omvat (sien 2.8.1). Die voorstanders van die welheidsbeweging beskou die totale mens as 'n eenheid. Liggaam, siel en gees is interafhanklik van mekaar en nie een van die aspekte mag uitgesluit word wanneer die mens se welheid op die spel is nie (sien 2.5.6, 2.10). Wanneer daar 'n wanbalans tussen die dele ontstaan, kan dit 'n siektetoestand veroorsaak (sien 2.7.3.3).

Die meeste teoretici en navorsers het 'n verskeidenheid van multidimensionele en holistiese welheidsmodelle oor die afgelope paar dekades opgestel. Die modelle reflekteer dat welheid 'n proses is wat streef na maksimum funksionering van die mens na liggaam, siel en gees (sien 2.8.3). Die definisies wat genoem is, vertoon 'n visie van welheid wat gegrond is op balans van die totale mens na liggaam siel en gees (sien 2.10).

Die basisteorie het aangetoon dat die mens beide 'n materiële (liggaam) en 'n niemateriële (siel, gees, hart, verstand, wil en gewete) wese is. Binne dié raamwerk word daar hoofsaaklik drie verskillende teologiese modelle van menswees onderskei, naamlik die monistiese, digotomiese en trigotomiese perspektief van menswees (sien 3.3.1). Wanneer daar na die modelle gekyk word is dit belangrik om te onthou dat God besorg is oor die totale mens. Elke faset van menswees is belangrik vir God en geen aspek val buite Sy liefde nie (sien 3.3.1.3). Watter siening die mens ook al handhaaf oor die natuur van die mens is van belang, omdat dit sy houding kan beïnvloed ten opsigte van welheid. Vir die doel van die studie is die trigotomiese beskouing van belang, wat onderstreep dat die mens 'n eenheid is waarin die drie dele van mekaar onderskei maar nie geskei kan word nie. Dit is duidelik dat die onderskeibare beskrywings en onderskeibare vermoëns en funksies van die mens geensins die Bybelse beskouing van die mens as 'n eenheid in gedrang bring nie, maar dit eerder beklemtoon (sien 3.3.1.5).

Die empiriese ondersoek het bepaal dat al die deelnemers van mening is dat die mens na liggaam, siel en gees bedien moet word. Daar is aangetoon dat Jesus Christus die "*mense ook*

*na gees, siel en liggaam bedien"* het en daarom kan ons nie *"die drie van mekaar skei nie, dit is 'n drie-eenheid"* (sien 4.5.7.1 subtema 1). Daar is ook aangetoon dat *"'n holistiese benadering"* belangrik is en dat dit *"ongelooflik belangrik [is] dat daar 'n holistiese siening moet wees rondom 'n lidmaat en dat daar konferensie moet wees tussen liggaam, siel en gees* (sien 4.5.7.1).

Bogenoemde bespreking van die metateorie, basisteorie en empiriese ondersoek, het aan die lig gebring dat daar in 'n welheidsbediening aandag geskenk moet word aan die behoeftes van die totale mens na liggaam, siel en gees. Die mens is 'n holistiese eenheid waar elke faset van menswees belangrik is vir God. Dit is ook nodig om te beklemtoon dat die liggaam, siel en gees interafhanklik is en dat nie een van die aspekte mag uitgesluit word wanneer die mens se welheid op die spel is nie. Indien dit sou gebeur, mag 'n wanbalans plaasvind wat welheid kan belemmer. Hierdie siening van die mens kan 'n insiggewende rol speel in die beplanningstadium van 'n welheidsbediening, om te verseker dat daar voorsiening gemaak word vir die bediening van elke faset van menswees. Dit is ook belangrik dat die mens begelei word deur 'n welheidsbediening om elke faset van menswees op 'n gebalanseerde en verantwoordelike wyse te versorg.

### 5.3.5 Dimensies vir 'n welheidsbediening

Uit die navorsing het dit geblyk dat 'n hoë vlak van welheid bestaan uit die suksesvolle gebalanseerde bestuur van die verskillende dimensies waaruit welheid bestaan. Daar bestaan 'n verskil oor die aantal dimensies wat betrokke is by 'n welheidsleefwyse, maar tog word ooreengestem dat welheid multidimensioneel is (sien 2.8.1). Soos reeds aangetoon (sien 2.8.1) word die mees algemeen aanvaarbare dimensies, soos dit in die literatuur bespreek word, in hierdie navorsing gebruik, naamlik: fisieke, emosionele, intellektuele, sosiale en geestelike welheid. Wanneer daar gekyk word na die verskeie dimensies wat in die welheidsmodelle (sien 2.8.3) genoem word, is dit duidelik dat modelle opgestel word na gelang van unieke behoeftes of omstandighede. Indien daar 'n spesifieke behoeftes in 'n gemeente is, kan ander dimensies in die model ingesluit word wat die behoeftes aanspreek. Die doel van die model in hierdie studie is om slegs as riglyn of fondament te dien, want dié model kan onmoontlik nie voorsiening maak vir elke unieke omstandigheid nie.

In die literatuur is daar ook 'n verskil oor watter dimensie 'n meer oorkoepelende of belangrike rol speel en of al die dimensies ewe belangrik is. Vanuit die metateorie is aan die een kant aangedui dat dit die fisiese dimensie (sien 2.8.1, 2.8.1.1) is, maar aan die anderkant is gevoel dat dit geestelike dimensie is (sien 2.8.3.6). Die basisteorie (sien 3.5.5) en die empiriese navorsing (sien 4.5.7.4 subtema 4.1) het aangedui dat geestelike welheid die ander dimensies

omvat en die belangrikste dimensie is. Wat wel van belang is, is dat al hierdie dimensies in balans en geïntegreerd saam werk om totale welheid mee te bring. Wanneer een dimensie in wanbalans is, affekteer dit al die ander dimensies. Hierdie balans kom nie van self nie. Die mens moet dit bestuur deur gedurig die regte keuses te maak om na totale welheid te beweeg.

In die Bybel is daar heelwat inligting en wette oor gesondheid en welheid (sien 3.5). God het heelwat gesondheidswette aan Moses gegee en die belangrikheid van die uitvoering van sy opdragte beklemtoon wanneer Hy self vir Josua sê dat die wetboek 'n rigsnoer moet wees vir alles wat Hy sê. Die mens moet dit dag en nag oordink en sorg dat hy alles uitvoer wat daarin geskryf staan. Dan sal hy slaag in wat hy moet doen en hy sal voorspoedig wees (Jos 1:8) (sien 3.5).

Die oorkoepelende resultate van afgehandelde navorsing oor die dimensies van welheid, is getabuleer (Tabel 11) om die ooreenkomste en verskille aan te dui tussen die sekulêre wêreld (hoofstuk 2) se siening van welheid, welheid volgens Bybelse beginsels (hoofstuk 3) en die resultate van die kwalitatiewe onderhoudvoering (hoofstuk 4), waarna 'n verrykte praktykteorie ontwikkel is. Dit blyk uit die tabel dat daar heelwat ooreenkomste, maar tog ook verskille voorkom. Die grootste verskil is die afwesigheid van die erkenning van die rol wat gehoorsaamheid aan God se welheidsvoorskrifte in die sekulêre wêreld speel. Die navorsing het aangedui dat die mens self verantwoordelikheid moet neem vir sy eie welheid deur die keuses wat hy moet maak. In die sekulêre wêreld wil dit dus voorkom asof dit primêr gaan oor welheid ter wille van welheid self en die voordele wat dit persoonlik vir die mens inhou. In teenstelling hiermee word die gelowige aangemoedig om welheidskeuses uit te oefen om God te kan verheerlik met sy liggaam, siel en gees, sy naaste te kan dien en diensbaar te kan wees in God se koninkryk. Hier gaan dit oor welheid ter wille van diensbaarheid en gehoorsaamheid aan God se opdragte. Die verrykte praktykteorie van die dimensies van welheid bied 'n gebalanseerde welheidsleefwyse aan wat die metateorie, basisteorie en empiriese onderhoude in ag geneem het.

Die volgende tabel (Tabel 11) bied 'n samevattende oorsig van die oorkoepelende resultate van die dimensies van welheid en voorgestelde praktykteorie aan.

**Tabel 11: Oorkoepelende resultate van afgehandelde navorsing van die dimensies van welheid en voorgestelde praktykteorie**

| | Metateoretiese perspektiewe | Basisteoretiese perspektiewe | Empiriese navorsing | Praktykteoretiese perspektiewe |
|---|---|---|---|---|
| **Welheid** | Welheid is 'n aktiewe en lewenslange proses van bewuswording en 'n manier van lewe waardeur die individu verantwoordelikheid moet neem vir die keuses wat hy maak ten opsigte van 'n meer gebalanseerde, optimale en gesonde lewenstyl aan die hand van die dimensies van welheid. Wat die mens dink, glo en voel het 'n impak op die hoogste potensiaal van welheid wat die mens kan bereik. | Welheid is 'n multidimensionele staat van bestaan waar die handhawing van 'n welheidslewe gekenmerk word deur 'n opregte verhouding met God en die naaste en 'n gebalanseerde, toegewyde lewe in gehoorsaamheid aan God se opdragte. Die mens is verantwoordelik vir die keuses wat hy maak, wat weerspieël sal word in die balans wat gehandhaaf word tussen die geestelike, emosionele, sosiale, fisieke en intellektuele dimensies, wat dan aanleiding kan gee tot 'n staat van totale welheid, soos die mens daarna streef om meer gelykvormig te word aan die beeld van God en diensbaar te wees vir sy naaste. | Welheid behoort die drie verhoudings in die mens se lewe aan te spreek, naamlik jou verhouding met God, jouself en met ander mense. Welheid is ook 'n proses en 'n daaglikse lewenstyl na liggaam, siel en gees. Hieruit blyk dit dat die deelnemers welheid vanuit 'n verhoudingsdimensie beskou, wat 'n proses behels en deur 'n lewenstyl onderskraag moet word wat die liggaam, siel en gees insluit. | Welheid is 'n lewenstylproses en 'n multidimensionele staat van bestaan waar die handhawing van 'n welheidslewe gekenmerk word deur 'n opregte verhouding met God, jouself en die naaste en 'n gebalanseerde, toegewyde lewe in gehoorsaamheid aan God se opdragte. Die mens is verantwoordelik vir die keuses wat hy maak, wat weerspieël sal word in die balans wat gehandhaaf word tussen die geestelike, emosionele, sosiale, fisieke en intellektuele dimensies. Dit kan dan aanleiding gee tot 'n staat van totale welheid soos die mens daarna streef om na liggaam, siel en gees meer gelykvormig te word aan die beeld van God en diensbaar te wees vir sy naaste. Aan die hand van hierdie verrykte praktykteoretiese siening van welheid, is dit moontlik om die konsep in al sy fasette vollediger te kan verstaan en dit met meer insig te kan benader om praktiese riglyne vir 'n welheidsbediening daar te stel. |

| | Metateoretiese perspektiewe | Basisteoretiese perspektiewe | Empiriese navorsing | Praktykteoretiese perspektiewe |
|---|---|---|---|---|
| **Geestelike welheid** | 'n Persoon wat geestelike welheid in sy lewe demonstreer, sal 'n interne stel waardes aanneem en daarvolgens leef, sal toegewy wees aan 'n doel of saak, sal meer intens bewus wees van etiese optredes en sal die lewe as betekenisvol ervaar en sin in die menslike bestaan erken .<br>Geestelike welheid kan beskou word as die identifisering met 'n god, skepper of godsdiens, maar die geestelike dimensie is nie noodwendig sinoniem met godsdienstigheid nie. Die mens kan dus geestelik wees sonder om godsdienstig te wees of godsdienstig sonder om geestelik te wees.<br>Geestelike welheid oefen 'n groot invloed uit op die ander dimensies. | 'n Geestelike lewe is vir die gelowige om ontsag vir God te hê, te doen wat Hy verwag, Hom te dien en om in 'n verhouding met Hom te leef. In die verhouding beloof God om die mens nooit te verlaat nie. Geestelike welheid is om in afhanklikheid en gehoorsaamheid aan Hom te leef. Die gees van die mens word lewend gemaak deur God se Gees en sodoende word die vrug van die Gees meer en meer sigbaar in die mens se lewe. Hierdie vrug wat in Galasiërs 5:22-23 en Efesiërs 5:9 aangedui word, is onder andere: liefde, vreugde, vrede, geduld, vriendelikheid, goedhartigheid, getrouheid, nederigheid en selfbeheersing (sien ook Rom 8:5-6).<br>Die mens word gaandeweg meer gelykvormig aan die beeld van God, wat dan sodoende geestelike welheid demonstreer. | Dit word beskou as die belangrikste en allesomvattende dimensie van die lewe. Tagtig persent van die aktiwiteite by die kerk gaan oor hierdie geestelike dimensie, jou kontak met God. Dit is die een dimensie waaraan meeste kerke baie hard werk. Dit handel oor die totale mens.<br>Geestelike welheid behels:<br>• die ontwikkeling en groei van geestelike gawes;<br>• welheid in al drie verhoudings, naamlik, ek-God, ek-myself en ek-die ander;<br>• die mate waarop die mens aangewese is op God;<br>• jou kontak met die Here, wat begin vandat jy die kerk begin besoek;<br>• hoe jy 'n lidmaat word;<br>• hoe jy geestelik groei;<br>• al die kursusse;<br>• die paadjie wat die mens en die kerk saam stap;<br>• deel wees van kleingroepe;<br>• deel word van bedieninge en hoe die mens op hierdie hele toegangsroete toegerus word met die evangelie, die Woord en gebed. | Geestelike welheid word beskou as die belangrikste en allesomvattende dimensie van die lewe. Dit is 'n interne stel waardes, volgens Bybelse riglyne, wat die mens aanneem en uitleef. Meeste van die aktiwiteite by die kerk gaan oor die geestelike dimensie. Geestelike welheid behels: die ontwikkeling en groei van geestelike gawes; welheid in al drie verhoudings, naamlik ek-God, ek-myself en ek-die ander, en die mate waarop die mens aangewese is op God; jou kontak met die Here wat begin vandat jy die kerk begin besoek; hoe jy 'n lidmaat word; hoe jy geestelik groei; al die kursusse; die paadjie wat die mens en die kerk saam stap; deel wees van kleingroepe; deel word van bedieninge en hoe die mens op hierdie hele toegangsroete toegerus word met die evangelie, die Woord, en gebed; dat die lewe as betekenisvol ervaar word en die sin van die menslike bestaan erken word; 'n lewe wat op God gebaseer is met Jesus Christus as rolmodel; dat die gees van die mens lewend gemaak word deur God se Gees en die vrug van die Gees sigbaarder word in die mens se lewe. Geestelike welheid word gedemonstreer deur 'n lewenswyse wat al hoe meer gelykvormig word aan die beeld van God. Die dimensie oefen 'n groot invloed uit op die ander dimensies en help ook met die handhawing van 'n balans in die ander dimensies. Dit is waarom geestelike welheid die ander dimensies omvat. |

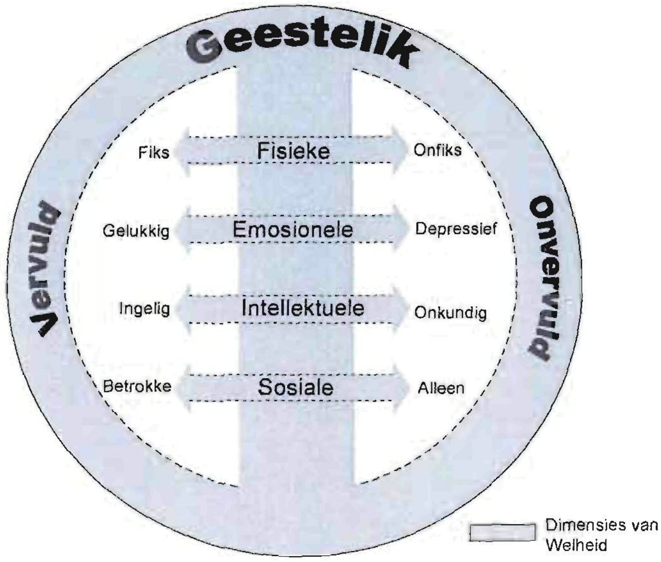
| | **Metateoretiese perspektiewe** | **Basisteoretiese perspektiewe** | **Empiriese navorsing** | **Praktykteoretiese perspektiewe** |
|---|---|---|---|---|
| **Fisieke welheid** | 'n Persoon wat 'n hoë vlak van fisieke welheid handhaaf sal gesonde besluite neem ten opsigte van optredes, soos onder andere rook en oefening, sal daaglikse aktiwiteite meer effektief kan aanpak, voel fisiek gesonder en het 'n meer gesonde fisieke selfbeeld, se liggaam en verstand is ontspanne, se energievlakke is hoog, se sintuie funksioneer maksimaal en lyk aantreklik en stralend.<br>Die fisieke komponent kan aspekte insluit soos: genoeg slaap; gesond eet; oefen; rus; genoeg water drink; persoonlike higiëne; vermyding van skadelike gewoontes; ontmoediging van die gebruik van dwelms; herkenning van simptome van kwale en gewigsbeheer; vermyding van die gebruik van tabak en alkohol; verantwoordelike gebruik van mediese of alternatiewe middels; om te weet wanneer professionele mediese hulp nodig is. | Liggaamlike gesondheid is uiters belangrik vir God en daarom het die mens heelwat opdragte ontvang ten opsigte van die versorging van sy liggaam.<br>Die Bybel gee onder andere riglyne oor dieet, rus, persoonlike higiëne, slaap, vas, oefening en ontspanning.<br>Die liggaam is in die eerste plek daar om fisiek uitvoering te gee aan dit wat God van die mens verwag, en nie om sondige en selfsugtige begeertes na te jaag nie.<br>As voorrang wel gegee word aan verkeerde begeertes wat in die mens se gedagtes opkom, gebruik hy sy liggaam verkeerd en kan dit onteer.<br>Die mens veroorsaak baie onnodige siektes en lyding vir homself deur nie aan God se wette gehoor te gee nie. | Al die deelnemers het aangedui dat hierdie dimensie oor die gesondheid van die mens se liggaam handel. Die filosofie daaragter is dat God hierdie liggaam vir die mens gegee het - dit is 'n tempel van die Heilige Gees wat slegs aan die mens geleen is en daarom is die mens se verantwoordelik om dit so gesond as moontlik te hou. Die fisieke dimensie is die instrument waarmee die mens God se wil kan uitvoer. Die liggaam mag nooit deur die mens verafgod word nie, die liggaam moet 'n bruikbare instrument in diens van God wees. | Hierdie dimensie handel oor die gesondheid van die mens se liggaam. Die filosofie daaragter is dat God hierdie liggaam vir die mens gegee het. Dit is 'n tempel van die Heilige Gees wat slegs aan die mens geleen is en waarvoor Christus duur betaal het. Daarom is dit die mens se verantwoordelik om die liggaam so gesond as moontlik te hou. Die mens moet God eer en dien met sy liggaam. Deur ongure gedagtes en begeertes kan die liggaam misbruik en onteer word. Die liggaam is geskep om God mee te dien. Die fisiese dimensie is die instrument waarmee die mens God se wil kan uitvoer. Die liggaam mag nooit deur die mens verafgod word nie en moet 'n bruikbare instrument in diens van God wees. 'n Persoon wat 'n hoë vlak van fisieke welheid handhaaf, sal daaglikse aktiwiteite meer effektief kan aanpak, voel fisiek gesonder en het 'n beter fisieke selfbeeld, se liggaam en verstand is ontspanne, se energievlakke is hoog, se sintuie funksioneer maksimaal en so persoon lyk aantreklik en stralend. Fisieke welheid sluit aspekte in soos genoeg slaap, gesonde dieet, oefen, rus, genoeg waterdrink, persoonlike higiëne, vermyding van skadelike gewoontes, ontmoediging van die gebruik van dwelms, tabak en alkohol, verantwoordelike gebruik van mediese of alternatiewe middels, om te weet wanneer professionele mediese hulp nodig is en herkenning van simptome van kwale en gewigsbeheer. |

| | Metateoretiese perspektiewe | Basisteoretiese perspektiewe | Empiriese navorsing | Praktykteoretiese perspektiewe |
|---|---|---|---|---|
| **Emosionele welheid** | Emosionele welheid bestaan hoofsaaklik uit die vermoë om:<br>• op 'n positiewe manier jou eie emosies te bestuur, te ervaar en uit te druk;<br>• bewus te wees van en aanvaarding van eie emosies sowel as ander se emosies;<br>• emosionele aanpassings te kan maak;<br>• emosies te kan beheer eerder as om deur dit beheer te word;<br>• tekortkominge te besef en te aanvaar en vra hulp as dit nodig is;<br>• gemaklik met eie emosies saam te leef; en<br>• gesonde verhoudinge met mense te handhaaf. | Negatiewe emosies kan die welheid van die mens belemmer, terwyl 'n lewenswyse volgens Bybelse positiewe emosionele beginsels, Christene in staat sal stel om op 'n emosionele vlak met mekaar en hul naaste positiewe verhoudings te kan hê. Dit sal kommunikasie kan bevorder en moontlike konflik uitskakel. Hulle sal nie net sensitief teenoor ander mense se emosies staan nie, maar sal ook hul eie emosies kan ken en bestuur. Christene sal hul emosies met logika, hul rede en die werklikheid kan harmoniseer. | Die verskillende emosies wat 'n mens beleef, is deel van die emosionele dimensie. Dit behels die hele innerlike gevoelswêreld van 'n mens, dit wat hom laat vrees, huil, bly maak, lag, motiveer, krag gee en dreineer. Die emosionele dimensie is die emosionele welstand van 'n mens, die vermoë om jou emosies te kan verstaan, korrek te kan hanteer en korrek te verwoord, byvoorbeeld: hoekom is ek kwaad, wat het my kwaad gemaak, hoe diep is die graad van woede binne my, wat gaan hierdie woede uit my uit bring, watse energie word vrygestel en hoe gaan jy dit hanteer. Emosionele welheid het te doen met emosionele intelligensie. Die mens moet insig toon in waar hy homself bevind, wat hy gaan doen met sy omstandighede, en of hy gaan toelaat dat hy deur sy omstandighede gedikteer word deur hoe hy vandag voel. Emosionele beheer is belangrik; ook om so realisties as moontlik op te tree. | Die verskillende emosies wat 'n mens beleef, is deel van die emosionele dimensie. Dit behels die hele innerlike gevoelswêreld van 'n mens. Emosionele welheid het te doen met emosionele intelligensie. Die mens moet insig toon in waar hy homself bevind, wat hy gaan doen met sy omstandighede, en of hy gaan toelaat dat hy deur sy omstandighede gedikteer word deur hoe hy vandag voel. Emosionele beheer is belangrik; ook om so realisties as moontlik op te tree. Emosionele welheid bestaan hoofsaaklik uit die vermoë om op 'n positiewe manier jou eie emosies te bestuur, te ken, te verstaan, te ervaar en korrek te verwoord; bewus te wees van eie emosies en dit te aanvaar, sowel as ander se emosies; emosies te kan beheer eerder as om deur dit beheer te word; te aanvaar dat die mens nie kan kies hoe hy voel nie, maar kan kies hoe hy gaan reageer op sy gevoelens. Ten spyte van hoe die mens voel, moet besluite gemaak word wat gebaseer is op die waarheid; negatiewe emosies moet vermy word en positiewe emosies, volgens Bybelse beginsels, moet uitgeleef word om die mens in staat te stel om op emosionele vlak positiewe verhoudings met hul naaste te kan hê. |

| | Metateoretiese perspektiewe | Basisteoretiese perspektiewe | Empiriese navorsing | Praktykteoretiese perspektiewe |
|---|---|---|---|---|
| **Intellektuele welheid** | Intellektuele welheid is die vermoë om met behulp van optimale hoeveelheid stimulasie positiewe interne energie te genereer, wat die grondslag van intellektuele welheid vorm. Dit is die persoon se vermoë om te kan leer en om die kennis toe te pas sodat lewenskwaliteit verhoog en optimale funksionering moontlik is. So 'n persoon kom gewoonlik voor as ingelig eerder as onkundig. Die intellektuele dimensie moedig kreatiewe, rasionele en stimulerende verstandsaktiwiteite aan. Dit moedig ook mense aan om hulself en ander beter te verstaan. Intellektuele welheid veronderstel dat beskikbare bronne gebruik word om kritiese denke te ontwikkel, intelligente besluite te maak, probleme op te los, kennis te vermeerder en vaardighede te verbeter sodat daarmee gedeel kan word. Die mens moet 'n lewenslange student wees wat die verworwe kennis op 'n verstandige wyse toepas. Die skakel tussen intellektuele stimulasie en 'n gesonde lewe is onbetwisbaar. | In die Bybel, veral in Job, Psalms en Spreuke, word die mens aangemoedig om te leer, kennis lief te hê, God te dien, insig te verkry en verstandig op te tree. Dit word ook gekontrasteer met die dwaas wat lering en kennis verwerp. Die mens moet gesonde denkprosesse openbaar. Hy word die opdrag gegee om hom deur God te laat verander deur sy denke te vernuwe. Dan sal hy ook kan onderskei wat die wil van God is, wat vir Hom goed en aanneemlik en volmaak is. Die mens moet mediteer oor God se opdragte aan hom, sy gedagtes daarop rig en dit dag en nag oordink. Kennis van die wet is belangrik en God onderrig die mens met die kennis wat hy vir hom gee. Die mens moet probeer om die kennis te ontleed, te verstaan en toe te pas sodat mense daarby baat kan vind. Inskerping van kennis moet op 'n gereelde basis plaasvind. Die mens word aanbeveel om tot volle kennis van God te kom, sodat hy al hoe meer vernuwe kan word na die beeld van sy Skepper. Om hierdie kennis te bekom, beteken dat die mens 'n lewenslange student in die Woord van God moet wees. As hy sy ore gereeld vir wysheid oop hou, vra na gesonde begrip en na kennis soek, sal die mens weet hoe om God te dien. Oordeelkundigheid sal oor hom wag hou en verstandigheid sal hom bewaak. | Intellektuele stimulasie is noodsaaklik vir intellektuele welheid. Dit behels verstandelike ontwikkeling. Die mens moet sy kennis verbreed en verstandelik so aktief as moontlik bly dwarsdeur sy lewe. | Die intellektuele dimensie behels die intellek, verstand of denke. Net soos die liggaam moet dit konstant gevoed word. Indien dit nie gebeur nie is dit moontlik dat die kognitiewe vlak nie maksimaal funksioneer en optimaal aangewend kan word nie. In die Bybel word die mens aangemoedig om te leer, kennis lief te hê, God te dien, insig te verkry en verstandig op te tree. Die mens moet gesonde denkprosesse openbaar. Hy word die opdrag gegee om hom deur God te laat verander deur sy denke te vernuwe. Dan sal hy kan onderskei wat die wil van God is, wat vir Hom goed en aanneemlik en volmaak is. Intellektuele welheid is dus die vermoë om met behulp van optimale hoeveelheid stimulasie positiewe interne energie te genereer, wat die grondslag van intellektuele welheid vorm. Die menslike intellek is 'n Godgegewe vermoë. As hy sy ore gereeld vir wysheid oophou, vra na gesonde begrip en na kennis soek, sal die mens weet hoe om God te dien. Oordeelkundigheid sal oor hom wag hou en verstandigheid sal hom bewaak. Intellektuele welheid is ook die persoon se vermoë om te kan leer en om die kennis toe te pas, sodat lewenskwaliteit kan verhoog en optimale funksionering moontlik is. |

| | Metateoretiese *perspektiewe* | Basisteoretiese perspektiewe | Empiriese navorsing | Praktykteoretiese *perspektiewe* |
|---|---|---|---|---|
| **Sosiale welheid** | Sosiale welheid is die veronderstelling dat ondersteuning en hulp beskikbaar is van familie en vriende wanneer dit benodig word ten tye van 'n krisis, sowel as om self as hulpverlener op te tree. Die mens kan nie totale sosiale welheid in alleenheid bereik nie. Mense is sosiale wesens wat mekaar se gesondheid beïnvloed en ondersteun in verhoudings. Harmonie tussen familielede word aangemoedig, sowel as positiewe bydraes tot die omgewing wat die algemene welvaart van die gemeenskap bevorder. Mense moet hulself teen ongesonde verhoudings beskerm en gesonde verhoudings bou wat op respek, vertroue en kommunikasie gebaseer is. Gevoelens van isolasie en alleenheid gaan gewoonlik hand aan hand met swak gesondheid, terwyl verbondenheid aan 'n groep, saak, persoon of selfs 'n troeteldier goed is vir welheid. | Gesien teen die agtergrond van die skepping van die mens waar God aandui dat dit nie goed is dat die mens alleen is nie, kan gesien word dat God nie die mens geskep het om in isolasie van ander te funksioneer nie. Volgens die Skrif kom die mens eers in sy verhoudinge tot sy eie identiteit en bereik hy sy bestemming as mens. Hy mag nie onverskillig verby sy medemens lewe nie. Die medemens is nie daar om misbruik te word nie. Sosiale welheid is om gelykvormig te word aan die beeld van God tot voordeel van die medemens. Die beeld van God geld ook as basis vir die regte verhouding tussen owerheid en onderdane. Mense moet mekaar liefhê soos Jesus Christus hulle liefhet en niemand het groter liefde as iemand wat sy lewe vir sy vriende aflê nie. In die liefdevolle verhouding staan die mens in 'n dienslewerende verhouding tot sy medemens. Hy word die opdrag gegee om die laste van 'n ander te dra en om iemand wat gesondig het in 'n gees van sagmoedigheid reg te help. Mense word vermaan om nie net elkeen aan sy eie belange te dink nie, maar ook aan dié van ander. | Hierdie dimensie handel oor gesonde verhoudings. Dit behels die volgende verhoudinge: ek-God, ek-myself en ek-die ander. Dit sluit ook die verhouding in die huwelik en die verhouding tussen ouer en kind in. Sosialisering as welheidsaspek behels dat mense mekaar sosiaal kan stimuleer en opbou. Sosialisering kan gebruik word om mure tussen mense af te breek en die sekulêre wêreld te betrek. Mense kan gehelp word om oor hulle probleme te praat en daar is heelwat geleenthede vir mense om sosiaal by die kerk te verkeer. Mense wat sosiaal wel is kan hul geestelike dimensie makliker versterk omdat hulle iewers behoort. | Hierdie dimensie handel oor gesonde verhoudings en sosialisering. Sosiale welheid is die veronderstelling dat: ondersteuning en hulp beskikbaar is van familie en vriende wanneer dit benodig word ten tye van 'n krisis, sowel as om self as hulpverlener op te tree. Die mens kan nie sosiale welheid in alleenheid bereik nie. Mense is sosiale wesens wat mekaar se gesondheid beïnvloed en ondersteun in verhoudings: ek-God, ek-myself en ek-die ander, wat die verhouding in die huwelik en die verhouding tussen ouer en kind insluit. Die mens moenie onverskillig verby sy medemens lewe nie. Die medemens nie daar is om misbruik te word nie. Mense moet hulself teen ongesonde verhoudings beskerm en gesonde verhoudings bou wat op respek, vertroue en kommunikasie gebaseer is. God het nie die mens geskep om in isolasie te funksioneer nie. Volgens die Skrif kom die mens eers in sy verhoudinge tot sy eie identiteit en bereik hy sy bestemming as mens. Sosialisering as welheidsaspek behels die volgende aspekte: dat mense mekaar sosiaal kan stimuleer en opbou; dat sosialisering gebruik kan word om mure tussen mense af te breek, dat dit die sekulêre wêreld betrek en dat mense gehelp kan word om oor hulle probleme te praat. |

**Aan die hand van die data wat in die bostaande tabel bespreek is (Tabel 11), is twee diagrammatiese hulpmiddels ontwikkel wat deur die pastoor gebruik kan word om 'n kultuur van welheid te skep. Die modelle word hieronder geïllustreer in Figuur 21 en Tabel 12.**




Die doel van die model is om die belangrikheid van die geestelike dimensie uit te beeld en om aan te toon dat die dimensies in balans moet ontwikkel, sodat die persoon na optimale welheid kan beweeg. Die model is gebaseer op drie beginsels, naamlik: die belangrike rol wat die geestelik dimensie inneem, multidimensionaliteit en balans tussen die dimensies.

Die model identifiseer vyf dimensies van welheid, naamlik die geestelike, fisieke, sosiale, emosionele en intellektuele dimensie. Dit word in die vorm van 'n sirkel voorgestel. Die geestelike dimensie omvat die ander dimensies en word beskou as die belangrikste dimensie in die mens se lewe. Indien hierdie dimensie versterk word, sal dit die ander dimensies beter kan ondersteun, sodat die mens 'n meer vervulde lewe kan lei. In die middel van die sirkel word die dimensies op 'n kontinuum voorgestel. Die regterkant van die model stel 'n onwel en ongebalanseerde lewenswyse voor, terwyl 'n beweging na links voorstel dat 'n persoon 'n welheidslewenswyse demonstreer. Die stippellyne stel voor dat die dimensies mekaar wedersyds beïnvloed.

Aanbevelings:

- Die aantal dimensies wat 'n rol gaan speel by 'n welheidsbediening sal bepaal word deur die spesifieke behoefte wat in elke gemeente geïdentifiseer word.
- Die mens moet gedurig herinner word dat daar verskeie dimensies in sy lewe is wat aandag vereis. 'n Balans tussen die ontwikkeling en beoefening van die dimensies moet ter alle tye beklemtoon word.
- Die mens sal nooit dwarsdeur sy lewe volkome gebalanseerd kan leef nie. Die persoon sal altyd tussen dié twee pole van welheid en onwelheid beweeg. Daar sal tye wees waar 'n dimensie of twee afgeskeep word. Dit is tog belangrik dat die mens daarvan kennis neem en die situasie so gou as moontlik herstel.

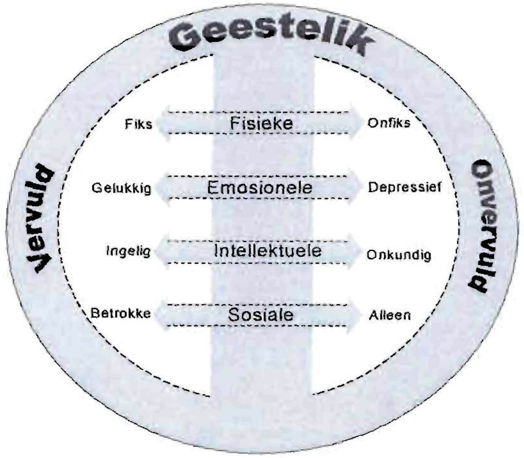
**Figuur 21: Voorgestelde model deur navorser: dimensies van 'n welheidsbediening**

**Tabel 12: Voorgestelde model deur navorser: 'n beknopte weergawe van die dimensies vir 'n welheidsbediening**

## Geestelike welheid:

Geestelke welheid is 'n interne stel waardes, volgens Bybelse riglyne, wat die mens aanneem en uitleef. Die lewe word as betekenisvol ervaar en die sin van die menslike bestaan word erken. Dit is ook 'n lewe wat op God gebaseer is met Jesus Christus as rolmodel. Die gees van die mens word lewend gemaak deur God se gees en die vrug van die Gees word sigbaarder in die mens se lewe. Geestelike welheid word gedemonstreer deur 'n lewenswyse wat al hoe meer gelykvormig word aan God. Die dimensie oefen 'n groot invloed uit op die ander dimensies en help ook met die handhawing van 'n balans in die ander dimensies. Dit is waarom geestelike welheid die ander dimensies omvat.

**Skep 'n kultuur van welheid**




## Fisieke welheid:

Fisieke welheid sluit aspekte in soos genoeg slaap, gesonde dieet, oefen, rus, genoeg water drink, persoonlike higiëne, vermyding van skadelike gewoontes, ontmoediging van die gebruik van dwelms, tabak en alkohol, verantwoordelike gebruik van mediese of alternatiewe middels, om te weet wanneer professionele mediese hulp nodig is, herkenning van simptome van kwale en gewigsbeheer. Die liggaam is 'n tempel van die Heilige Gees wat in die mens is en die liggaam behoort aan God, waarvoor Christus duur betaal het. Die mens moet God eer en dien met sy liggaam. Deur ongure gedagtes en begeertes kan die liggaam misbruik en onteer word. 'n Persoon wat 'n hoë vlak van fisieke welheid handhaaf, sal daaglikse aktiwiteite meer effektief kan aanpak, voel fisiek gesonder en het 'n gesonder fisieke selfbeeld, liggaam en verstand is ontspanne, energievlakke is hoog, sintuie funksioneer maksimaal en lyk aantreklik en stralend.

## Emosionele welheid:

Emosionele welheid bestaan hoofsaaklik uit die vermoë om: op 'n positiewe manier jou eie emosies te bestuur, ken, verstaan, ervaar en korrek te verwoord; bewus te wees van eie emosies en dit te aanvaar, sowel as ander se emosies; emosies te kan beheer eerder as om deur dit beheer te word; te aanvaar dat die mens nie kan kies hoe hy voel nie, maar kan kies hoe hy gaan reageer op sy gevoelens; ten spyte van hoe die mens voel, besluite te neem gebaseer op die waarheid; negatiewe emosies te vermy en positiewe emosies, volgens Bybelse beginsels, uit te leef wat die mens in staat sal stel om op emosionele vlak 'n positiewe verhouding met mekaar en hul naaste te kan hê.

## Intellektuele welheid:

Intellektuele welheid is die vermoë om met behulp van optimale hoeveelheid stimulasie positiewe interne energie te genereer, wat die grondslag van intellektuele welheid vorm. Dit is die persoon se vermoë om te kan leer en om die kennis toe te pas sodat lewenskwaliteit kan verhoog en optimale funksionering moontlik is. Die menslike intellek is 'n Godgegewe vermoë. In die Bybel, veral in Job, Psalms en Spreuke, word die mens aangemoedig om te leer, kennis lief te hê en insig te verkry. Die mens moet gesonde denkprosesse openbaar en sy denke vernuwe, dan sal hy ook kan onderskei wat die wil van God is, wat vir Hom goed en aanneemlik en volmaak is.

## Sosiale welheid:

Sosiale welheid is die veronderstelling dat ondersteuning en hulp beskikbaar is van familie en vriende wanneer dit benodig word ten tye van 'n krisis, sowel as om self as hulpverlener op te tree. Die mens kan nie totale sosiale welheid in alleenheid bereik nie. Mense is sosiale wesens wat mekaar se gesondheid beïnvloed en mekaar in verhoudings ondersteun. Gesien teen die agtergrond van die skepping van die mens, waar God aandui dat dit nie goed is dat die mens alleen is nie, kan gesien word dat God nie die mens geskep het om in isolasie te funksioneer nie. Volgens die Skrif kom die mens eers in sy verhoudinge tot sy eie identiteit en bereik hy sy bestemming as mens. Hy mag nie onverskillig verby die medemens lewe nie. Die medemens is nie daar om misbruik te word nie.

### 5.3.6 Beplanning, toepassing en funksionering van 'n welheidsbediening

In die navorsing is daar praktiese wenke aan die hand gedoen vir die beplanning, toepassing en funksionering van 'n welheidsbediening (sien 4.5.7.3). In dié afdeling word daar na hierdie aanbevelings verwys. Die aspekte wat hier genoem word, kan oorweeg en in ag geneem word in al die stadia. Elke gemeenskap is uniek en daarom kan daar nie aanbevelings gemaak word wat universeel toegepas kan word nie. Elke gemeente sal na gelang van sy spesifieke behoefte slegs aktiwiteite aanbied wat 'n welheidsverandering in die gemeente teweeg sal bring. Tog moet die aanbevelings as riglyn gebruik word.

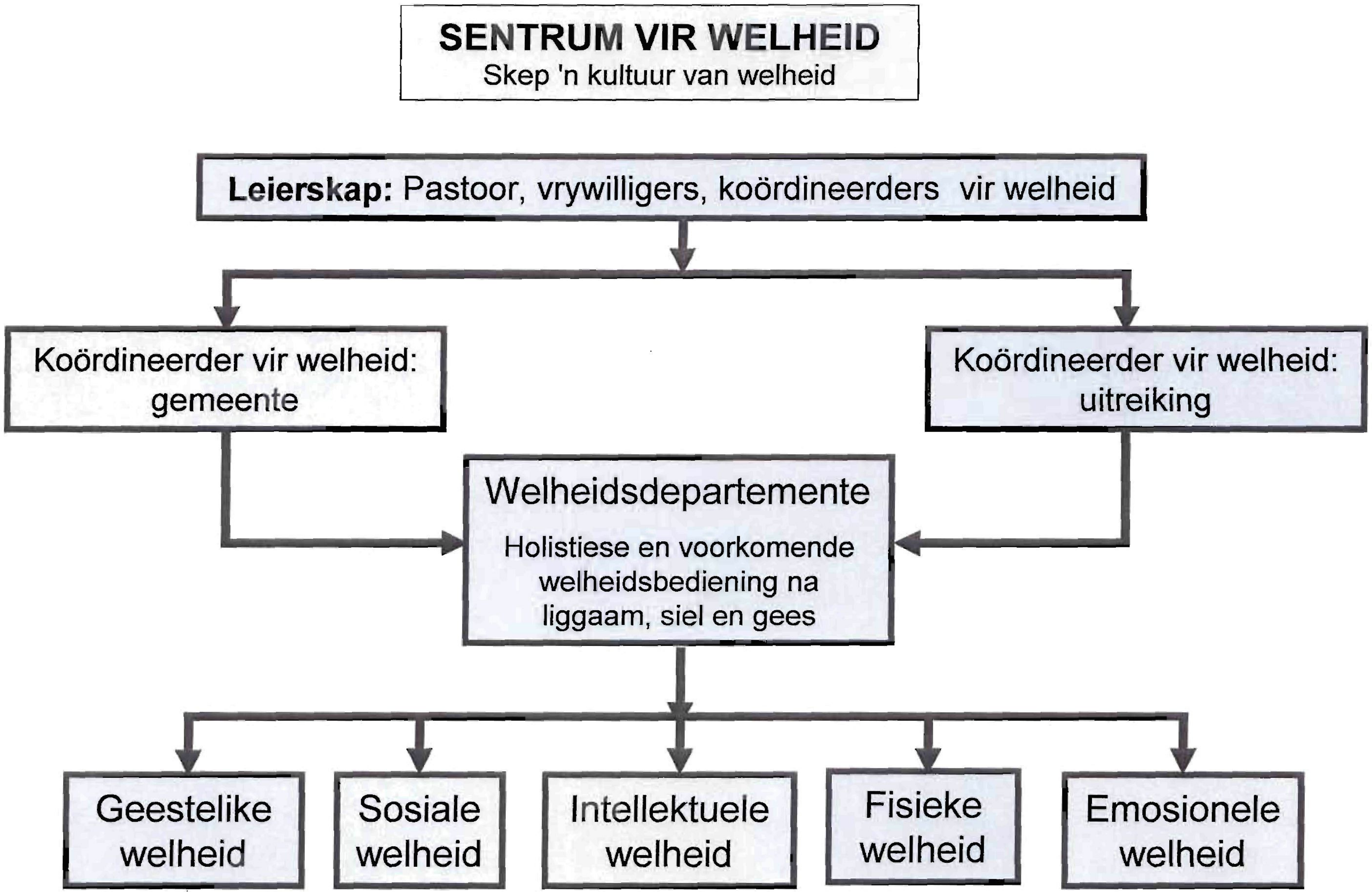
#### 5.3.6.1 Die beplanningstadium

In die beplanningstadium is dit van kardinale belang dat die pastoor en gemeentebestuur daarvan oortuig moet wees dat dit 'n noodsaaklike bediening is en dat hulle dit volkome moet ondersteun. Die pastoor sal moontlik in hierdie stadium 'n leidende rol moet speel, deurdat hy dit waarskynlik geïnisieer het. Die leierskap moet geheel en al ingelig word oor die noodsaaklikheid van 'n welheidsbediening. Dit kan gedoen word deur die leierskap vir 'n naweek weg te neem om hierdie aangeleentheid te bespreek. Die leierskap moet eers inkoop voordat daar met die gemeente gesels word. Die gemeente behoort ook volkome ingelig te word. Daar kan 'n vergadering gereël word om die konsep en die spesifieke behoeftes te bespreek, waarna 'n behoeftebepaling gemaak kan word. Hierdie stap moet 'n gesamentlike poging van die pastoor en die leierskap behels. Die opinie van die gemeente en hul insette is belangrik. Die gemeente kan dan deur middel van vraelyste genader word of nog 'n vergadering kan belê word om terugvoering te ontvang oor hoe die gemeente voel oor die ontwikkeling van 'n welheidsbediening. Elke gemeente het unieke behoeftes en ook uitdagings wat die ontwikkeling kan strem, soos byvoorbeeld finansies, infrastruktuur, personeel of mense wat gekant mag wees teen so 'n bediening. Daar moet van al die aspekte kennis geneem word gedurende die beplanningstadium. Daar mag moontlik besluit word om klein te begin en dan uit te brei soos die behoefte groei en ontwikkel. Die belangrikste is net om te begin. Die gemeente moet dwarsdeur die hele beplanningsproses op hoogte gehou word en ook uitgenooi word om insette te lewer of om die vergaderings by te woon (4.5.7.3 subtema 3.1).

Wanneer die besluit gemaak is om voort te gaan met die instelling van 'n welheidsbediening, moet 'n begroting opgestel word nadat daar geïdentifiseer is wat benodig sal word vir die praktiese implementering van so 'n bediening. Daar sal ook besluit moet word of die fasiliteite net vir lidmate beskikbaar is en of mense sal moet betaal vir sekere dienste. Vrywilligers kan diens doen in die welheidsentrum deur hul tyd gratis aan te bied of indien professionele mense gebruik word, moet hulle 'n salaris ontvang. 'n Missie en visie vir die bediening kan ook opgestel word. Daar sal ook besluit moet word aan watter standaarde die welheidsentrum

moet voldoen, soos byvoorbeeld die atmosfeer wat geskep wil word deur die binnenshuise versiering van die sentrum (4.5.7.3 subtema 3.1). Deel van hierdie beplanning is ook om 'n organogram op te stel wat die organisatoriese struktuur van die bediening uit een sit (sien Figuur 22). Voorstelle kan gemaak word aangaande doelwitte en uitkomste (sien Tabel 13) wat bereik wil word.

Vervolgens word 'n voorgestelde struktuur vir 'n welheidsbediening (Figuur 22) weergegee, gevolg deur voorgestelde strategiese doelwitte vir 'n welheidsbediening wat deur die pastoor in die beplanningstadium voorgelê kan word vir bespreking (Tabel 13). Uit hierdie bespreking kan daar moontlik idees voorkom wat die voorlegging kan verryk of 'n nuwe voorlegging kan opgestel word wat van toepassing is op die spesifieke gemeente. Figuur 22 en Tabel 13 word hieronder aangebied.




**Figuur 22: Voorgestelde organisatoriese struktuur vir 'n welheidsbediening deur die navorser**

**Tabel 13: Voorgestelde strategiese doelwitte vir 'n welheidsbediening deur die navorser**

| BEHOEFTE | STRATEGIE | EFFEK | VERWAGTE UITKOMS |
|---|---|---|---|
| • 'n Welheidsbediening en 'n welheidslewenswyse na liggaam, siel en gees, aan die hand van Bybelse riglyne. | • Opleiding en opvoeding deur middel van kursusse en prediking oor al die dimensies van welheid.<br>• Aanbieding van aktiwiteite wat welheid kan bevorder.<br>• Beskikbaarheid van kundiges wat geraadpleeg kan word by die welheidsentrum of professionele mense waarheen lidmate verwys kan word. | • 'n Leefstylverandering ooreenkomstig Bybelse welheidsbeginsels.<br>• 'n Gesonder gebalanseerde lewenswyse ten opsigte van al die dimensies van welheid.<br>• 'n Algehele groei, ontwikkeling en verbetering in alle dimensies van menswees. | • 'n Persoon wat effektief kan funksioneer na liggaam, siel en gees en wat sodoende weer 'n besondere diens kan lewer in die koninkryk van God. |

#### 5.3.6.2 Die toepassingstadium

Die toepassingstadium van 'n welheidsbediening vereis duidelike riglyne ten opsigte van take wat uitgevoer moet word en deur wie dit gedoen moet word. Daar moet dus 'n duidelike werksbeskrywing beskikbaar wees. Die pastoor sal gedurende hierdie stadium ook 'n belangrike rol speel met die koördinering van die verskeie projekte. 'n Werkskomitee kan saamgestel word wat uit die pastoor, die leierskap en vrywilligers kan bestaan. In die stadium kan die pastoor verskeie take aan die komitee delegeer. Die doelwit van die stadium is om dit wat in die vorige stadium beplan is te implementeer, sodat die welheidsentrum glad kan funksioneer (sien 4.5.7.3 subtema 3.2).

Voordat so 'n inisiatief geïmplementeer kan word, moet die bereidwilligheid tot verandering daar wees. Vir die implementering van 'n welheidsbediening is dit noodsaaklik dat denkpatrone verander en mense moet bereid wees om met nuwe inisiatief die taak aan te pak. Die hele kwessie van navorsing en opleiding van pastore en geestelike leiers met betrekking tot 'n welheidsbediening behoort ook in die beginstadium aandag te geniet. Elke projek moet geëvalueer word om toe te sien dat dit aan die verwagte vereistes voldoen. Dit is ook van belang dat alle fasette van die bediening goed gedefinieer moet word. So byvoorbeeld behoort elke dimensie van welheid duidelik omskryf te word (sien 4.5.7.3 subtema 3.2).

Dit mag moontlik voordelig wees indien die gemeentebestuur en welheidsbestuur geskei is, maar dit sal afhang van die behoefte van elke gemeente. Indien 'n welheidsbediening nie direk aan die kerk gekoppel is nie, kan lidmate moontlik gemakliker voel om met kundiges by die welheidsentrum te gaan gesels. Die proses waardeur die lidmaat moet beweeg met 'n welheidsbediening, moet ook verduidelik word. Mense moet insig verkry en besef dat welheid nie net 'n vinnige, maklike oplossing is nie. Dit is 'n lewenslange proses wat verantwoordelikheid vereis ten opsigte van die keuses wat die mens maak en hoe gebalanseerd sy lewe is. Daar sal van kundiges gebruik gemaak moet word vir behoorlike begeleiding na welheid in die gespesialiseerde areas. Die persone moet aangestel word of beskikbaar wees vir verwysing. Die model sal verskil van gemeente tot gemeente. Sodra hierdie stadium afgehandel is, kan daar met die funksioneringstadium begin word (sien 4.5.7.3 subtema 3.2).

#### 5.3.6.3 Funksionering van 'n welheidsbediening

Nadat die beplanningstadium suksesvol afgehandel is en die toepassingstadium voltooi is, is die funksionering van die welheidsbediening die volgende prioriteit. Die sukses van so 'n sentrum sal afhang van verskeie faktore, byvoorbeeld:

- effektiewe bestuur;

- beskikbaarheid van hulp wanneer dit benodig word;
- gereelde kommunikasie met die gemeente en die buitewêreld oor die fasiliteite wat beskikbaar is;
- kommunikasie van die boodskap dat die gemeente vir alle mense omgee;
- kommunikasie van noodsaaklike inligting deur gebruik te maak van pamflette, die plaaslike koerant, televisie, internet en selfone;
- 'n welheidsbediening wat in die kerk se visie en missie geïnkorporeer is;
- die betrokkenheid van topstruktuur wat die visie volledig ondersteun;
- die pastoor moet die voorbeeld stel en daarom behoort hy en sy bestuur die welheidsbeginsels uit te leef - die pastoor kan nie 'n gemeente of 'n welheidsentrum bestuur as hy nie homself kan bestuur nie;
- gemeenteleiers wat betrokke is by die inisiatief moet gedurig opleiding ontvang om op hoogte te bly van die nuutste tendense;
- 'n persoon wat in beheer is van 'n dimensie moet 'n spesialis word in daardie veld;
- daar kan moontlike teenkanting verwag word van mense wat dit as sekulêr kan beskou - wees derhalwe voorbereid om dit in liefde te kan verduidelik; en
- kundiges waarmee genetwerk en met wie kontak gehou word, kan onder andere die volgende persone insluit: 'n dokter, verpleegkundige, sielkundige, geestelike begeleier, biokinetikus, "life coach", apteker en maatskaplike werker (sien 4.5.7.3 subtema 3.3).

Dit het baie duidelik uit die navorsing na vore gekom dat:

- deeglike beplanning noodsaaklik is;
- die gemeente betrek moet word by die aktiwiteite;
- die pastoor en gemeentebestuur betrokke moet wees en die projek volkome ondersteun;
- 'n werkskomitee moet toesien dat wat in die vooruitsig gestel is in die beplanningstadium, prakties uitgevoer moet word;
- die hele projek baie georganiseerd bedryf moet word; en
- duidelike riglyne beskikbaar moet wees ten opsigte van die bestuur daarvan; en
- terminologie duidelik gedefinieer moet word vir die effektiewe funksionering van so 'n bediening.

Wat ook sterk beklemtoon is in die navorsing, is dat elke gemeente uniek is en dat die beplanning, toepassing en funksionering van so 'n welheidsbediening van gemeente tot gemeente sal verskil. Hierdie navorsing kan dus slegs aanbevelings en riglyne aanbied vir hierdie proses.

Vir 'n beknopte samevatting van die aanbevelings wat in ag geneem kan word vir die beplanning, toepassing en funksionering van 'n welheidsbediening (sien 5.3.6) kan Tabel 14 geraadpleeg word.

**Tabel 14: 'n Beknopte samevatting van die aanbevelings wat in ag geneem kan word vir die beplanning, toepassing en funksionering van 'n welheidsbediening**

| BEPLANNING | TOEPASSING | FUNKSIONERING |
|---|---|---|
| • Die pastoor se betrokkenheid is uiters noodsaaklik.<br>• Betrokkenheid van die gemeentebestuur is belangrik.<br>• Pastoor en gemeentebestuur moet oortuig wees van die belangrikheid van 'n welheidsbediening.<br>• Dit moet 'n passie vir die pastoor en die gemeentebestuur wees.<br>• Neem bestuursraad vir 'n naweek weg om die bediening te bespreek.<br>• Die gemeentebestuursraad moet presies weet en verstaan waaroor dit gaan.<br>• Die bestuursraad moet inkoop in so 'n bediening.<br>• Kry toestemming van die gemeente vir so 'n bediening deur 'n vergadering te hou of 'n behoeftebepaling kan gedoen word deur vraelyste uit te stuur.<br>• Die bediening moet goed georganiseer word.<br>• Deeglike navorsing moet gedoen word, infrastruktuur, beskikbaarheid van personeel, identifiseer wat benodig word, stel 'n begroting op.<br>• Stel 'n organogram op.<br>• Doelwitte en 'n missie en visie vir die bediening kan opgestel word.<br>• Bepaal of mense finansieel vergoed gaan word vir hul dienste.<br>• Bepaal of dit net vir lidmate beskikbaar is of nie.<br>• Die skep van die regte atmosfeer is belangrik.<br>• Beplan hoe die behoeftes vervul gaan word. | • 'n Welheidsbediening vereis duidelike riglyne ten opsigte van take wat uitgevoer moet word en deur wie dit gedoen moet word.<br>• Daar moet 'n duidelike werksbeskrywing wees.<br>• Die pastoor speel 'n belangrike rol met die koördinering van die verskeie projekte.<br>• Stel 'n werkkomitee saam vir die implementering van so 'n bediening.<br>• Die pastoor kan take aan die komitee delegeer.<br>• Die regte kundiges kan betrek word en daar kan met hulle genetwerk word.<br>• Lidmate se denkpatrone sal moet verander word vir so 'n bediening.<br>• Bestuur moet inisiatief aan die dag lê.<br>• Projekte moet geëvalueer word om aan die verwagte vereistes te voldoen.<br>• Wys die gemeente daarop dat dit 'n proses is en nie 'n eenmalige gebeurtenis nie. Welheid is 'n lewenslange proses wat ook verantwoordelikheid vereis van die mens ten opsigte van die keuses wat hy maak en hoe gebalanseerd sy lewe is.<br>• Stig 'n departement vir elke welheidsdimensie.<br>• Indien 'n welheidsbediening nie direk gekoppel is aan die kerk nie, kan lidmate moontlik gemakliker voel om met kundiges by die welheidsentrum te gaan gesels.<br>• Alle fasette van die bediening moet goed gedefinieer word.<br>• Elke dimensie van welheid moet duidelik omskryf word. | • Pastoor moet sorg dat hy ook wel is rakende alle dimensies van welheid.<br>• Die pastoor kan nie 'n gemeente of 'n welheidsentrum bestuur as hy nie homself kan bestuur nie.<br>• Gemeenteleiers moet ook heel wees deur as rolmodelle te kan optree.<br>• Inkorporeer 'n welheidsbediening in die gemeente se visie en missie.<br>• Die bestaan van die bediening moet duidelik na buite gekommunikeer word.<br>• Dit moet ook binne die gemeente gekommunikeer word.<br>• Sien dit as 'n uitreikmeganisme.<br>• Gemeenteleiers wat betrokke is, moet gedurig opleiding ontvang.<br>• 'n Persoon wat in beheer is van 'n dimensie moet 'n spesialis word in daardie veld.<br>• Dokters, verpleegkundiges, sielkundiges, geestelike begeleiers, biokinetici, "life coaches", aptekers en maatskaplike werkers kan deel vorm van die span.<br>• Verwag dat daar teenkanting mag wees as synde sekulêr.<br>• Kommunikeer die boodskap dat die gemeente omgee vir alle mense.<br>• Kommunikeer deur middel van pamflette, plaaslike koerant, radio, televisie, internet en selfone. |

### 5.3.7 Aktiwiteite en die gebruikmaking van kundiges vir 'n welheidsbediening

Uit die navorsing het dit aan die lig gekom dat die mens na liggaam, siel en gees in elke dimensie bedien moet word om sodoende begelei te word na welheid (sien 4.5.7.1 subtema 1). Hierdie begeleidingsproses kan plaasvind aan die hand van verskeie aktiwiteite wat vir hom aangebied word by die kerk of by 'n welheidsentrum wat verbonde is aan die kerk. Die gebruikmaking van kundiges sal ook 'n bydrae lewer in hierdie proses. Die navorsing het verskeie aktiwiteite voorgestel wat moontlik in 'n welheidsbediening geïnkorporeer kan word. Hierdie aktiwiteite is met groot oortuiging voorgestel en daar is gemeen dat die aktiwiteite noodsaaklik is. Dit is weereens beklemtoon dat gemeentes verskillende behoeftes het en dat elke gemeente aktiwiteite sal aanbied wat deur hul unieke omstandighede vereis word.

In hierdie afdeling word die verskeie aktiwiteite en die kundige hulp waarvan gebruik gemaak kan word, onder elk van die dimensies gelys (sien 4.5.7.5).

**Geestelike welheid**

Bybelstudie, prediking, selgroepe, kursusse oor geestelike groei en gawes, kerkbywoning, geestelike berading, sprekers vir geestelike onderwerpe, evangelisasies en woordskool (sien 4.5.7.5 subtema 5.1).

**Fisieke dimensie**

Draf, fietsry, netbal, jag, staptoere, fisieke oefeninge op Christelike musiek, lesings en preke oor fisieke welheid (gesonde lewenswyse, slaap, vas, eetgewoontes, waterdrink, stresbeheer, verslawing, MIV/VIGS) apteker of 'n apteek, verpleegkundige hulp, sielkundige, dokter, biokinetikus, "life coach", fiksheidsafrigter, dieetkundige (gewigsbeheer) (sien 4.5.7.5 subtema 5.2).

**Emosionele dimensie**

Gespreksgroepe, prediking, kursusse oor emosionele aangeleenthede en gebalanseerde lewenstyl, sielkundige, geestelike berading, "life coach" (sien 4.5.7.5 subtema 5.3).

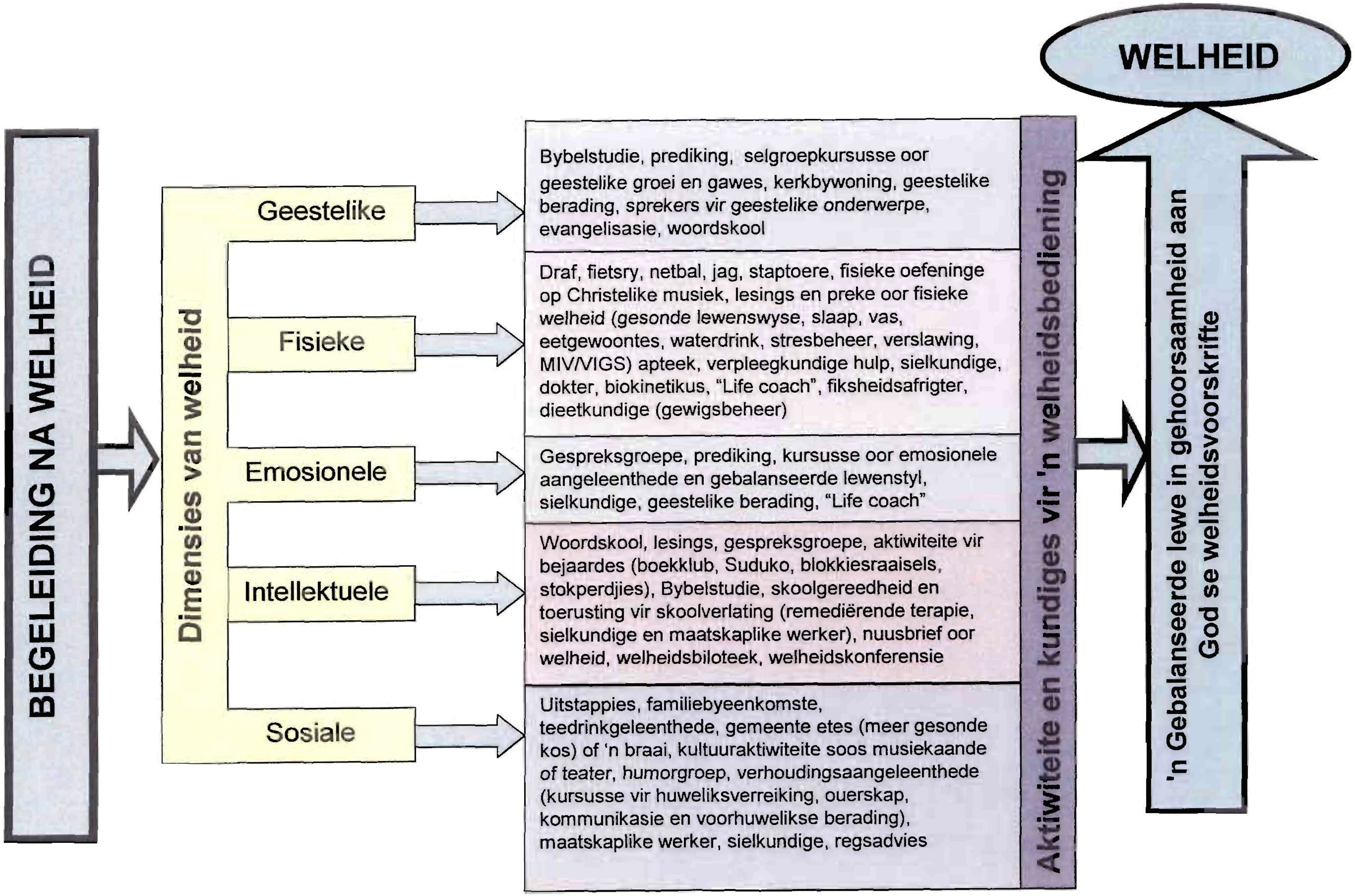
**Intellektuele dimensie**

Woordskool, lesings, gespreksgroepe, aktiwiteite vir bejaardes (boekklub, Suduko, blokkiesraaisels, stokperdjies), Bybelstudie, skoolgereedheid en toerusting vir skoolverlating (remediërende terapie, sielkundige en maatskaplike werker) nuusbrief oor welheid, welheidsbiblioteek, welheidskonferensie (sien 4.5.7.5 subtema 5.4).

**Sosiale dimensie**

Uitstappies, familiebyeenkomste, teedrinkfunksies, gemeente-etes (meer gesonde kos) of 'n braai, kultuuraktiwiteite soos musiekaande of teater, humorgroep, verhoudingsaangeleenthede (kursusse vir huweliksverreiking, ouerskap, kommunikasie en voorhuwelikse berading), maatskaplike werker, sielkundige en regsadviseur (sien 4.5.7.5 subtema 5.5).

Bogenoemde aktiwiteite en die kundiges wat geraadpleeg kan word, kan soos volg in 'n praktykgerigte model vir die begeleiding na welheid voorgestel word (sien Figuur 23 op die volgende bladsy).




**Figuur 23: Voorgestelde praktykgerigte model deur navorser: begeleiding na welheid deur die toepassing van welheidsaktiwiteite en die gebruikmaking van kundiges**

## 5.4 SLOTOPMERKING

In hierdie hoofstuk is 'n gedetailleerde beskrywing van 'n praktykteoretiese model daar gestel, deurdat die basisteorie en metateorie in hermeneutiese wisselwerking met mekaar ontwikkel het tot 'n praktykteorie. Hierdie praktykteoretiese model bied riglyne vir 'n welheidsbediening na liggaam, siel en gees in al die dimensies van welheid. Die navorsing het ook ten doel gehad om nuwe kennis te genereer wat gebruik kan word in die formulering van 'n model vir 'n welheidsbediening.

Die bevindinge in die studie het aangetoon dat 'n welheidsbediening noodsaaklik is en dat die mens ook self verantwoordelikheid moet neem vir sy eie welheid na liggaam, siel en gees. Welheid is 'n lewenslange proses wat van die mens vereis om keuses uit te oefen wat 'n welheidslewenswyse kan ondersteun. In hierdie proses kan die pastoor 'n belangrike rol speel, in die sin dat hy deur middel van 'n welheidsbediening 'n welheidsbewussyn skep om sodoende 'n kultuur van welheid te vestig. Die verantwoordelikheid van 'n welheidsbediening rus nie net by die pastoor nie. Hierdie bediening bied 'n ideale geleentheid om met die Godgegewe gawes dienswerk te kan doen in God se koninkryk. Elke kerk kan besluit watter aspekte van die welheidsmodel noodsaaklik is om geïmplementeer te word. Daar sou verwag word van die pastoor om self as rolmodel op te tree deur 'n welheidslewenswyse aan te neem. Die verskeie dimensies van welheid moet ook in balans ontwikkel word. Hierdie welheidsontwikkeling kan ondersteun word deur 'n welheidsbediening wat aktiwiteite aanbied om die mens te begelei na welheid, sowel as toegang tot kundiges waar meer gespesialiseerde hulp benodig word. Die model kan moontlik staan of val as gevolg van die betrokkenheid of afwesigheid van die pastoor. 'n Belangrike aspek van 'n welheidsbediening is ook dat God se liefde gedemonstreer en ervaar kan word deur dienslewering. Die kerk behoort ook die wêreld te wys hoe die koninkryk van God lyk. Deur 'n kultuur van welheid te skep sal holistiese, gesonde en gebalanseerde mense 'n waardevolle getuienis wees.

In die lig van die bevindinge van die navorsing mag dit moontlik noodsaaklik word vir gemeentes om aandag te skenk aan die huidige kerkbegrip, sodat 'n welheidsbediening na liggaam, siel en gees ontplooi mag word. Die volgende argumente kan moontlik aangevoer word vir die ondersteuning van die verbreding van die kerkbegrip:

- Ons leef in 'n wêreld wat drasties verander het en daarom word nuwe eise aan die kerk gestel. 'n Totale kultuurverandering is besig om plaas te vind en die bediening moet noodgedwonge by die nuwe konteks aanpas.

- Die mens leef vandag in die informasie-era waar die tegnologiese ontwikkeling besig is om in talle opsigte te ontaard in 'n vyand wat die ontwikkeling van 'n mens se welheid bedreig. Dit word nog verder bedreig, omdat mense kitswêreldburgers geword het wat moet oorleef in hierdie kitslewe deur kitswaardeoordele en kitskeuses te maak. Onder hierdie omstandighede mag die mens moontlik ook kitswelheid verwag. Dit is nie moontlik nie omdat welheid 'n lewenslange proses is wat geen kitsresepte insluit nie. Hierdie omstandighede kan aanleiding gee tot geweldige spanning wat weer kan lei tot verskeie siektetoestande, soos depressie en uitbranding.

- Akademiese instansies, besighede, groot korporasies, versekeringsmaatskappye, hospitale, mediese skemas, en gemeenskapsgroepe het almal begin om die welheidskonsep te ondersteun, sodat die mens die kwaliteit van sy lewe kan verbeter. Die Wêreldgesondheidsorganisasie (WGO) en die Wêreld Ekonomiese Forum (WEF) het tydens hul vergaderings in 2007 en 2008 besluit om internasionale aandag aan welheid te skenk en dit 'n prioriteit wêreldwyd te maak. Dit wil dus voorkom asof welheid in die een-en-twintigste 'n geweldige belangrike rol gaan speel en dat die kerk ook deel van die proses sal moet word.

- Die mens is 'n holistiese eenheid waar die liggaam, siel en gees interafhanklik van mekaar is. Jesus Christus het die mens as 'n eenheid beskou en daarom mag nie een van hierdie aspekte uitgesluit word wanneer die mens bedien word nie, omdat elke faset van menswees vir God belangrik is. 'n Welheidsbediening beklemtoon juis 'n holistiese en gebalanseerde lewe ten opsigte van al die dimensies van welheid.

- Die tradisionele klem wat die kerk hoofsaaklik op 'n geestelike bediening lê, behoort geherevalueer te word. Nie net die geestelike nie, maar alle dimensies van menswees behoort eweneens bedien te word volgens Bybelse riglyne (Deut 5:33; Hos 4:6). Die Bybel het beslis baie te sê oor gesondheid en welheid. God self het heelwat gesondheidswette aan Moses gegee en Jesus Christus het self 'n gesondheidsorgbediening gehad.

- Vanuit 'n finansiële oorweging vir die gelowige is 'n welheidsbediening noodsaaklik weens die toenemende stygende mediese koste en die onbekostigbaarheid en ontoeganklikheid van 'n mediese fonds en gesondheidsorg vir baie mense. Heelwat werkgewers het ook al besef dat die enigste langtermyn oplossing vir die stygende mediese koste, 'n welheidslewenswyse is. Die bewusmaking, ondersteuning en aktiwiteite wat deur die kerk aangebied kan word om 'n welheidslewenswyse te

ontwikkel kan van groot waarde wees vir die gelowiges om 'n meer oorvloedige lewe te kan lei en om ook meer diensbaar te kan wees in die koninkryk van God.

**IT IS NOT THE STRONGEST OF THE SPECIES THAT SURVIVE, NOR THE MOST INTELLIGENT, BUT THE ONE MOST RESPONSIVE TO CHANGE.**

Charles Darwin (Travis, 2004:1)

# HOOFSTUK 6

# SAMEVATTING, SLOT, AANBEVELINGS EN TEMAS VIR VERDERE NAVORSING

In hierdie hoofstuk word die finale samevattings gebied van die ondersoek na 'n welheidsbediening deur AGS-pastore in 'n stedelike konteks. Ten slotte volg dan ook 'n aantal aanbevelings en voorstelle betreffende verdere navorsing rondom aanverwante temas.

## 6.1 INLEIDING

Die navorsingsvraag wat met die studie beantwoord wil word is soos volg gestel: Waarom is 'n welheidsbediening deur AGS-pastore in 'n stedelike konteks noodsaaklik en wat behoort dit te behels in die begeleidingsproses van die mens na welheid? (sien 1.2.7). Die individuele vrae (sien 1.2.7) wat hieruit voortspruit is:

- Watter perspektiewe word in die literatuur van ander vakdissiplines gevind vir 'n welheidsbediening?
- Watter moontlike Skrifperspektiewe kan gevind word vir 'n welheidsbediening?
- Watter vernuwende insigte betreffende hierdie aangeleentheid kan deur 'n empiriese ondersoek na vore kom?
- Watter praktykteoretiese model sal geformuleer word wat as basis kan dien vir 'n welheidsbediening deur AGS-pastore in 'n stedelike konteks om die mens na welheid te begelei?

Na aanleiding van bogenoemde vrae is die oorkoepelende doel (sien 1.3.1) van hierdie studie om ondersoek in te stel na 'n welheidsbediening deur AGS-pastore in 'n stedelike konteks, met die oog op die daarstelling van 'n model vir sodanige bediening, sodat die mens begelei kan word na welheid. Die studie vind aansluiting by die prakties-teologiese model van Zerfass (sien 1.5.1), naamlik dat metateoretiese perspektiewe (hoofstuk 2) ondersoek is, waarna basisteoretiese perspektiewe (hoofstuk 3) nagevors is. In hoofstuk 4 is 'n empiriese ondersoek geloods deur onderhoude met pastore te voer, waarna 'n praktykteoretiese model ontwikkel is (hoofstuk 5).

Hierdie studie het soos volg ontplooi:

- In hoofstuk 1 is 'n oriëntering van die ondersoekveld gegee waarna die voorgestelde

werkswyse uiteengesit is met 'n meer uitgebreide bespreking van die Zerfass-model.

- In hoofstuk 2 is die metateoretiese perspektiewe met betrekking tot 'n welheidsbediening uiteengesit. Aandag is geskenk aan: die vertaling van die woord "wellness"; 'n historiese agtergrond van die ontstaan van die term welheid en die gebruik daarvan in die samelewing; perspektiewe van ander vakdissiplines oor welheid; verskeie basiese konsepte rakende welheid, soos die dimensies van totale welheid, verskeie welheidsmodelle, eienskappe van 'n persoon wat totale welheid bemeester, leefstyl optredes en houdings wat welheid belemmer en daar is ook kortliks verwys na navorsing oor die verband tussen welheid, gesondheid en godsdiens. Ter afsluiting is verwys na die toekoms van die welheidsbeweging en 'n voorlopige gevolgtrekking is gemaak met betrekking tot die metateoretiese perspektiewe.
- Hoofstuk 3 handel oor moontlike Skrifperspektiewe met betrekking tot 'n welheidsbediening. Hier is aandag geskenk aan die volgende: enkele opvattings met betrekking tot die menslike samestelling; komponente van die menslike natuur; dimensies van welheid vanuit 'n Bybelse perspektief; Skrifgegewens wat kan dui op dimensies van welheid en 'n voorlopige gevolgtrekking is gemaak met betrekking tot die basisteoretiese perspektiewe.
- Hoofstuk 4 bied die empiriese navorsing oor 'n welheidsbediening aan. Die hele navorsingsproses is beskryf, wat die navorsingsontwerp, navorsingsmetode en navorsingsresultate ingesluit het.
- In hoofstuk 5 is 'n praktykteoretiese model vir 'n welheidsbediening deur AGS-pastore in 'n stedelike konteks voorgestel aan die hand van die navorsingsdata.
- In hoofstuk 6 word die samevatting, slot, aanbevelings en temas vir verdere navorsing weergegee.

## 6.2 SAMEVATTING VAN HOOFSTUKKE 2 tot 5

In hierdie afdeling word 'n samevatting van hoofstukke 2 tot 5 afsonderlik gegee.

### 6.2.1 Hoofstuk 2 (Metateoretiese perspektiewe)

Navorsing het getoon dat teoretici welheid definieer vanuit verskillende perspektiewe (sien 2.7.2). Verskeie welheidsmodelle (sien 2.8.3) is voorgestel in verskeie vakgebiede met verskillende dimensies. Daar is nie eenstemmigheid oor die aantal dimensie waaruit die konstruk bestaan nie, maar daar is wel gemeenskaplike dimensies wat na vore getree het soos die geestelike, intellektuele, sosiale, emosionele en fisieke dimensies. Hierdie dimensies

is as basis vir die navorsing geneem. Uit die vele welheidsmodelle wat behandel is, is dit duidelik dat verskeie dissiplines elk hul eie model van welheid verkies, afhangende van hul behoefte en omstandighede (sien 2.3.8).

Daar bestaan nie 'n algemeen aanvaarbare definisie van welheid nie, maar na gelang van die studie kan welheid wel beskryf word as 'n gesonde, holistiese en gebalanseerde lewenswyse wat 'n lewenslange proses is, waar die mens verantwoordelikheid moet neem vir sy leefstylkeuses om so gesond as moontlik te leef, deur 'n balans te handhaaf tussen al die dimensies in sy lewe (sien 2.7.2).

Die definisies wat in hierdie navorsing genoem is, vertoon 'n visie van welheid wat gegrond is op: balans, die totale mens na liggaam siel en gees, welheid as 'n bewustelike proses, gelukkig wees, bemagtiging, suksesvolheid, liefdevolle aanvaarding van jouself, persoonlike keuses, holistiese en optimale gesondheid, positivisme, kwaliteit van lewe, persoonlike verantwoordelikheid en bewustheid, leefstylverandering en wyse besluite wat gemaak word oor die betekenis, sin en doel van die lewe (sien 2.7.2.13).

Die welheidsindustrie is proaktief en het vrywillige kliënte, omdat dié kliënte alles in hul vermoë probeer doen om te verhoed om kliënte van die siekte-industrie te word. Die siekte-industrie is waar mense kliënte word net as hulle siek word. Niemand wil 'n kliënt wees of word nie. Dit wil dus voorkom asof mense al hoe gesonder wil leef, minder siek wil wees en gouer gesond wil word deur hul immuunsisteem effektief op te bou. 'n Welheidslewenswyse is daarom 'n aanloklike konsep waardeur hierdie ideaal verwesenlik kan word (sien 2.7.3.5).

Welheid is vandag die vinnigste groeiende industrie in die wêreld en dit wil voorkom of die konsep hier is om te bly vir nog 'n hele paar jaar. Dit word ook geantisipeer dat al hoe meer en meer mense welheid sal aanneem as hul kernlewensfilosofie. Die ideaal is dat welheid wêreldwyd deur alle mense as lewensfilosofie aanvaar sal word. Welheid het in 2007 internasionale aandag begin verkry by 'n historiese vergadering van die Wêreldgesondheidorganisasie (WGO) en die Wêreld Ekonomiese Forum (WEF) toe wêreldleiers en groot maatskappye aan welheid in die werkplek, blootgestel is. In 2008 het die WGO en die WEF prominente leiers betrek om die konsep van welheid te bevorder deur die voorstel dat welheid in die werkplek as 'n universele prioriteit aangeneem moet word (sien 2.6.6).

Die welheidsbeweging is ook 'n voorstaander van die behandeling van die totale mens. Liggaam, siel en gees is interafhanklik van mekaar en nie een van die aspekte mag uitgesluit

word wanneer die mens se welheid op die spel is nie. In die proses is daar ook aangetoon dat die gees van die mens nie geïgnoreer mag word nie, omdat dit 'n belangrike rol speel in die proses van totale welheid. Dr. Halbert L. Dunn, die "argitek" van die moderne welheidsbeweging beskou die mens as 'n geïntegreerde en interafhanklike geheel wat nie fisiek wel kan wees as hy geestelik siek is nie (sien 2.5.4). Vele studies is ook deur toonaangewende outeurs gedoen, wat aantoon dat daar 'n verwantskap bestaan tussen godsdiens en of godsdienstigheid, gesondheid en welheid. Op grond van hierdie navorsing beveel hulle aan dat dit voordelig vir die mens sal wees indien daar 'n toename in sy godsdiensbeoefening kan plaas vind (sien 2.8.6).

Soms word gesondheid en welheid as gelykwaardig beskou, wat dit nie is nie, of afwisselend en oorvleuelende gebruik, wat weer verwarring kan veroorsaak. Gesondheid word oor alle eeue, vanuit 'n sekulêre en godsdienstige perspektief as baie belangrik beskou. Die rede hiervoor is dat die mens gelukkig kan wees as hy gesond is en tot baie min in staat is as hy siek is (sien 2.7.3.2). Gesondheidskenners erken en stem saam dat mense eerder positiewe gesondheid moet beoefen as om op behandeling en voorkoming te konsentreer. Welheidsprogramme is dus slegs ware welheid as dit die mens holisties bedien en nie net op die fisiese komponent konsentreer nie (sien 2.10).

Ter afsluiting kan saamgevat word deur welheid te beskryf as 'n multidimensionele konstruk wat optimaal funksioneer wanneer daar balans tussen al die dimensies is. Welheid is hier om te bly, maar wat welheid presies in die toekoms mag beteken, is 'n ope vraag (sien 2.9, 2.10).

### 6.2.2 Hoofstuk 3 (Basisteoretiese perspektiewe)

Die woord welheid kom nie in die Skrif voor nie, maar tog kom die konsep wel voor (sien 3.2). Die Skrif, as kenbron van die basisteorie, moet dus geraadpleeg word vir 'n welheidsbediening omdat dit betroubaar, genoegsaam en noodsaaklik is in die mens se lewe. Dit is ook rigtinggewend as dit kom by elke faset van menswees. Die Skrif moet gebruik word as instrument om dwalinge te bestry, God te ken, die weg tot saligheid aan te dui en as riglyn oor hoe om God meer effektief te kan dien. Dit is uiters belangrik in 'n gelowige se lewe op weg na totale welheid. In die fasilitering van 'n welheidsbediening, speel die Skrif 'n ingrypende rol en bly die Skrif die "lamp vir my voet en 'n lig vir my pad" (Ps 119:105) (sien 3.1.3.5).

Om 'n model vir 'n welheidsbediening te formuleer moet die mens ook vanuit 'n Bybelse perspektief verstaan word. Die mens is beide 'n materiële (liggaam) en 'n niemateriële (siel, gees, hart, verstand, wil en gewete) wese. Verskillende teologiese modelle van menswees kan onderskei word, naamlik die monistiese, digotomiese, trigotomiese en die veelvuldig-

gefasetteerde perspektief (sien 3.3.1).

- Monisme: Volgens die model bestaan die mens slegs uit een deel en is hy onverdeelbaar (sien 3.3.1.1).
- Digotomie: Volgens hierdie siening bestaan die mens uit twee komponente, naamlik die materiële aspek - die liggaam, en die nie-materiële aspek - die siel of gees. Laasgenoemde twee aspekte word as sinoniem beskou en word volgens die denkrigting as afwisselend in die Bybel gebruik (sien 3.3.1.2).
- Trigotomie: Volgens hierdie siening bestaan die mens uit drie komponente naamlik: die liggaam, siel en gees. Die liggaam word beskou as wêreldbewussyn, die siel as selfbewussyn (wat uit die mens se verbeelding, geheue, emosies, en intellek bestaan) en die gees as God-bewussyn (wat uit die mens se gewete, rede en wil bestaan) (sien 3.3.1.3).
- Veelvuldig-gefasetteerde perspektief: Siel en gees is algemene terme wat die niemateriële komponente van die menslike natuur beskryf. Tog is daar vier addisionele terme wat ook die niemateriële komponent beskryf, naamlik: die hart, gewete, verstand en wil. Die mens se niemateriële komponent kan dus beskryf word as veelvuldig (sien 3.3.1.4).

Die mens is 'n komplekse wese en daarom is daar nie eenstemmigheid oor al die komponente waaruit hy bestaan of nie bestaan nie. Vir die doel van die studie word dan die trigotomiese beskouing van die mens verkies. Hiervolgens is die liggaam (materiële komponent) die deel wat fisies funksioneer, die gees van die mens (niemateriële komponent) is die deel wat weet (1 Kor 2:11) en wat God-bewus is, die siel (niemateriële) is die deel wat voel. Saam vorm dit 'n geheel en werk saam as 'n eenheid. Dit is baie moeilik om tussen die dele waaruit die mens bestaan (liggaam, siel en gees) te onderskei, want dit funksioneer nie afsonderlik van mekaar nie, is afhanklik van mekaar en beïnvloed mekaar. Een komponent is ook nie meer belangrik as die ander een nie (sien 3.3.1.5).

Die Bybelse mensbeeld is van deurslaggewende belang vir 'n welheidsbediening, want alle aspekte van menswees moet van kennis gedra word wanneer oor totale welheid gepraat word. Duidelike en relevante riglyne word ook in die Bybel verskaf aangaande die dimensies van welheid wat gebalanseerd moet funksioneer vir 'n totale welheidslewenswyse:

- Emosionele welheid: Negatiewe emosies belemmer die welheid van die mens, terwyl 'n lewenswyse volgens Bybelse positiewe emosionele beginsels Christene in staat sal stel om op 'n emosionele vlak met mekaar en hul naaste 'n positiewe verhouding te kan hê (sien 3.5.1).
- Fisieke welheid: Liggaamlike gesondheid is uiters belangrik vir God en daarom het die

mens heelwat opdragte ontvang ten opsigte van die versorging van sy liggaam (sien 3.5.2).

- Intellektuele welheid: In die Bybel, veral in Job, Psalms en Spreuke, word die mens aangemoedig om te leer, kennis lief te hê, God te dien, insig te verkry en verstandig op te tree (sien 3.5.3).
- Sosiale welheid: Volgens die Skrif kom die mens eers in sy verhoudinge tot sy eie identiteit en bereik hy sy bestemming as mens. Hy is nie in homself opgeslote, selfgenoegsame, selfonderhoudende en geïsoleerde wese nie (sien 3.5.4).
- Geestelike welheid: Vanuit 'n Bybelse perspektief het geestelike welheid te doen met die dien, verheerliking en aanbidding van die Drie-enige God. Dit behels ook die keuses wat die mens maak wat in gehoorsaamheid aan God se opdragte behoort te wees. Geestelike welheid is 'n proses waarin die mens nooit ten volle sal arriveer nie (sien 3.5.5).

Die mens moet daarna streef om 'n balans te handhaaf tussen alle dimensies van welheid in sy lewe. 'n Welheidslewenswyse is 'n lewenslange proses. Tog is dit nie moontlik om totale welheid konstant in alle dimensies dwarsdeur die mens se lewe te handhaaf nie en daarom sal daar tye van wanbalans en onwelheid in sy lewe bestaan, wat weer afgewissel sal word met tye van welheid. Hierdie tendens is ook duidelik sigbaar in die lewens van verskeie Bybelse figure (sien 3.6).

Die mens se lewe sal grotendeels bepaal word deur die keuses wat hy maak en sodoende sal hy self verantwoordelikheid moet neem vir sy welheid of onwelheid. Saul, Daniël en Job is bespreek om genoemde wisseling tussen welheid en onwelheid te illustreer. Die Bybelse figure wat gekies is se lewens demonstreer elk 'n besondere dimensie van welheid en of onwelheid. Daar is aangetoon hoe belangrik dit is om welheid, volgens Bybelse beginsels, in alle dimensies uit te leef en die nadelige gevolge indien keuses gemaak word wat welheid teenwerk (sien 3.6).

- Alhoewel Saul deur God self uitverkies is en Samuel as mentor gehad het, het Saul verskeie keuses in sy lewe gemaak wat teen die direkte opdrag van God was. Sy ongehoorsaamheid het onwelheid in elke dimensie veroorsaak. Die Gees van God het hom verlaat en sy lewe het 'n afdraande pad gevolg tot en met sy selfmoord (sien 3.6.1).
- Daniël se lewe het redelik gebalanseerd in die welheidsvlak ontplooi, soos wat hy sy lewe ingerig het volgens God se opdragte. Hy het gekies om ten alle tye gehoorsaam te wees en God te dien. Dié gebeure in sy lewe, net soos die leeukuilervaring, het hom nie in totale onwelheid gedompel nie. Hy was bereid om te sterf, sonder om God te

veroordeel of te bevraagteken. Dit verskil van Saul wat sy eie besluite maak en Job wat 'n antwoord van God vereis het (sien 3.6.2).

- Job se lewe toon 'n andersoortige patroon as dit vergelyk word met die patroon van Saul en Daniël. Job se onwelheid is oor hom gebring sonder dat hy daarvoor verantwoordelik was. Wat in dié verhaal van Job van belang is, is die keuses wat hy gemaak het in sy omstandighede, net soos Daniël, wat hom gehelp het om weer terug te keer na 'n toestand van totale welheid. Job het soortgelyke emosionele wroeginge deurgemaak as wat Saul deurgemaak het, maar dit het hom nie permanent laat afdwaal nie (sien 3.6.3).

Alhoewel die dimensies op mekaar inwerk, wil dit voorkom asof geestelike onwelheid 'n meer direkte invloed uitoefen op die ander dimensies, en 'n meer prominente plek inneem, soos gesien in die lewens van Saul, Daniël en Job. Die riglyne wat in die Skrif verskaf word aangaande 'n welheidslewenswyse aan die hand van al die dimensies behoort in gehoorsaamheid aan God se opdragte nagevolg te word. Dit het ook geblyk uit die navorsing dat 'n lewenstyl volgens God se opdragte aanleiding kan gee tot 'n meer totale welheidsbestaan (sien 3.6.4).

### 6.2.3 Hoofstuk 4 (Empiriese navorsing)

Hierdie hoofstuk is begin deur die bespreking van die kwalitatiewe navorsingsontwerp wat gevolg is (sien 4.2). Om die doel van die studie te bereik, is die mees toepaslike ontwerp vir hierdie navorsing kwalitatief, met 'n verkennende, beskrywend en kontekstuele fokus (sien 4.2.1-4.2.4). Die studie is daarop gerig om insig te verkry oor 'n welheidsbediening deur AGS-pastore in 'n stedelike konteks, sodat 'n gepaste model vir 'n welheidsbediening geformuleer kan word. Deur middel van 'n kwalitatiewe benadering is daar dus gepoog om die navorsingsvraag te beantwoord en om sodoende aan die doelwitte van die studie te voldoen.

Uit die uiteensetting van die navorsingsmetode (sien 4.3) is dit duidelik dat hierdie metode sterk fokus op die begrip van die wêreld waarin die mens woon, maar ook op die waarneming, ervaring en interpretering daarvan vanuit die verwysingsraamwerk van die deelnemers. Die data word dus weergegee vanuit die gesigspunt van die deelnemers, terwyl die neutraliteit van die navorser gehandhaaf moet word. Kwalitatiewe navorsing vereis 'n oop en buigbare metodologie wat geensins die vertrouenswaardigheid van die data benadeel nie.

Die metode van navorsing wat vir die studie gevolg is, is deeglik beskryf en aandag is geskenk aan die steekproef, loodsstudie, metode van data-insameling, data-analise, vertrouenswaardigheid van die navorsingsproses en etiese oorwegings (sien 4.3.1-4.3.6).

In die afdeling wat handel oor die navorsingsresultate (sien 4.5) word die resultate, soos verkry uit die analisering van die data wat tydens die semigestruktureerde een-tot-een onderhoude verkry is, voorgehou. 'n Onafhanklike kodeerder het die data gekodeer en 'n konsensusgesprek het plaasgevind tussen die navorser en die kodeerder. Die navorser het temas en subtemas uit die gekodeerde data geïdentifiseer en die data is gekategoriseer in vyf temas en twintig subtemas. Om die deursigtigheid van die studie te bevorder, is die prosedure wat gevolg is, genoem (sien 4.5.1-4.5.7) waarna die bevindinge getabuleer (Tabel 10) en bespreek is.

Die volgende temas is bespreek: 'n welheidsbediening is holisties en bedien die totale mens na liggaam, siel en gees in al die dimensies; 'n welheidsbediening is belangrik en noodsaaklik; aanbevelings ten opsigte van die beplanning, toepassing en funksionering van 'n welheidsbediening; dimensies van welheid en aktiwiteite wat in elk van die dimensies toegepas kan word (sien 4.5.7.1-4.5.7.5). Na aanleiding van die bespreking het aan die lig gekom dat al die deelnemers gevoel het dat 'n welheidsbediening noodsaaklik is en dat die mens na liggaam, siel en gees in al die dimensies van welheid bedien moet word.

### 6.2.4 Hoofstuk 5 (Praktykteoretiese perspektiewe)

In hierdie hoofstuk is gepoog om 'n gedetailleerde beskrywing van 'n praktykteoretiese model daar te stel, deurdat die basisteorie en metateorie in hermeneutiese wisselwerking met mekaar ontwikkel tot 'n praktykteorie (sien 2.5). Om hierdie model te ontwikkel, is daar gefokus op die temas wat tydens die navorsing geïdentifiseer is en daarom het die volgende aspekte aandag geniet:

**Inleiding**

Ter inleiding is 'n kort samevatting gegee van die hoofaspekte van die metateorie, basisteorie en empiriese navorsing, wat 'n rol kan speel in die ontwikkeling van 'n praktykteoretiese model (sien 5.3.1).

**Welheid as konsep**

Welheid as konsep is bespreek vanuit die metateorie, basisteorie en die empiriese navorsing. Alhoewel daar verskeie definisies van welheid bestaan, het die navorsing getoon dat daar nog nie 'n algemeen aanvaarbare definisie van welheid is nie. Aan die hand van die navorsing is die konsep omskryf, sodat daar duidelikheid kan bestaan oor die betekenis van welheid met die ontwikkeling van die model. Daar is tot die gevolgtrekking gekom dat die konsep verruim en verryk word deur bogenoemde navorsing (sien 5.3.2).

**Die noodsaaklikheid van 'n welheidslewenswyse en 'n welheidsbediening**

Vanuit die metateorie, basisteorie en die empiriese navorsing het dit duidelik aan die lig gekom dat 'n welheidsbediening en 'n welheidsleefwyse noodsaaklik is en dat dit beslis toegepas behoort te word in die praktyk. Hierdie voorstel is 'n belangrike aspek wat uit die navorsing na vore getree het en daarom beveel die versterkte praktykteorie dit ook aan (sien 5.3.3).

**Bediening van die totale mens na liggaam, siel en gees**

Die bespreking van die totale mens na liggaam, siel en gees vanuit die metateorie, basisteorie en empiriese ondersoek, het aan die lig gebring dat daar in 'n welheidsbediening aandag geskenk moet word aan die behoeftes van die totale mens. Die mens is 'n holistiese eenheid waar elke faset van menswees belangrik is vir God. Die liggaam, siel en gees is interafhanklik van mekaar en nie een van die aspekte mag uitgesluit word wanneer die mens se welheid op die spel is nie, want dit sou 'n wanbalans kon veroorsaak wat welheid kan belemmer (sien 5.3.4).

**Dimensies vir 'n welheidsbediening**

Inligting oor die dimensies van welheid, soos dit in die navorsing voorkom, is getabuleer (sien Tabel 11) om die ooreenkomste en verskille aan te dui tussen die sekulêre wêreld (hoofstuk 2) se siening van welheid, welheid volgens Bybelse beginsels (hoofstuk 3) en die resultate van die kwalitatiewe onderhoudvoering (hoofstuk 4). Die verrykte praktykteorie van die dimensies van welheid bied 'n gebalanseerde welheidsleefwyse aan wat die metateorie, basisteorie en empiriese onderhoude in ag geneem het (sien 5.3.5).

**Beplanning, toepassing en funksionering van 'n welheidsbediening**

Dit het baie duidelik uit die navorsing na vore gekom dat al drie hierdie stadia van kardinale belang is in die daarstelling van 'n welheidsbediening. Daar is onder andere uitgewys dat: deeglike beplanning noodsaaklik is; dat die gemeente betrek moet word by die aktiwiteite; die pastoor en gemeentebestuur betrokke moet wees en die projek volkome ondersteun. In die toepassingstadium is daar klem gelê op die rol wat 'n werkskomitee moet vertolk. Dit wat in die vooruitsig gestel is in die beplanningstadium moet prakties uitgevoer word. Vir die effektiewe funksionering van so 'n bediening moet duidelike riglyne beskikbaar wees ten opsigte van die bestuur daarvan en terminologie moet duidelik gedefinieer word. Daar is ook uitgewys dat elke gemeente uniek is en daarom kan die beplanning, toepassing en funksionering van so 'n welheidsbediening van gemeente tot gemeente verskil. Deur hierdie inligting in ag te neem, kan die navorsing slegs aanbevelings en riglyne maak wat moontlik deur gemeentes aangevul of gewysig kan word (sien 5.3.6).

**Aktiwiteite en die gebruikmaking van kundiges vir 'n welheidsbediening**

Die navorsing het verskeie aktiwiteite voorgestel, sowel as kundiges wat moontlik in 'n welheidsbediening gebruik kan word. Dit is weereens beklemtoon dat gemeentes verskillende behoeftes het en dat elke gemeente aktiwiteite sal aanbied wat deur hul unieke omstandighede vereis word. Die verskeie aktiwiteite en die kundige hulp waarvan gebruik gemaak kan word is onder elk van die dimensies gelys (sien 5.3.7). Aan die einde van die afdeling is 'n visuele praktykgerigte model aangebied wat die begeleiding na welheid deur die toepassing van welheidsaktiwiteite en die gebruikmaking van kundiges uitbeeld (sien Figuur 23).

## 6.3 SLOTOPMERKING

Hierdie studie het as doel gehad om ondersoek in te stel na 'n welheidsbediening deur AGS-pastore in 'n stedelike konteks, met die oog op die daarstelling van 'n model vir sodanige bediening, sodat die mens begelei kan word na welheid. Aan die hand van 'n tersaaklike metateoretiese studie, basisteoretiese studie en empiriese ondersoek, gebaseer op die Zerfass- model, is 'n toepaslike model vir 'n welheidsbediening ontwikkel. In die lig hiervan kan tot die slotsom gekom word dat die doelstellings en doelwitte van die studie op 'n bevredigende wyse bereik is en dat die studie bygedra het tot die groeiende literatuur oor welheid.

Na aanleiding van die navorsingsvraag (sien 1.2.7) en sentrale teoretiese argument (sien 1.4) van hierdie studie, en die navorsing wat in hoofstukke 2 tot 5 gedoen is, kan ook tot die slotsom gekom word dat 'n welheidsbediening deur AGS-pastore in 'n stedelike konteks noodsaaklik is en dat dit 'n belangrike rol kan speel in die begeleidingsproses van die mens na welheid.

Die finale slotsom van hierdie studie is dus dat 'n welheidsbediening deur AGS-pastore in 'n stedelike konteks noodsaaklik is en dat dit prakties toegepas moet word, sodat die mens na welheid begelei kan word.

Die navorser spreek die hoop uit dat die model vir 'n welheidsbediening die bediening in die algemeen sal verryk en dat dit grootliks sal bydrae tot die bevordering van 'n welheidsleefwyse en die skep van 'n welheidsbewussyn by die mens. Dit is ook die behoefte van die navorser en die aanbeveling van die studie dat pastore die uitdaging aanvaar om 'n welheidsbediening 'n realiteit te maak.

## 6.4 AANBEVELINGS EN TEMAS VIR VERDERE NAVORSING

Die volgende aanbevelings word gemaak:

- Die noodsaaklikheid, beplanning, toepassing en funksionering van 'n welheidsbediening kan moontlik deel uitmaak van die opleidingskurrikulum van teologiese studente.
- Werksessies of inligtingsessies word aanbeveel vir AGS-pastore en gemeentebestuur oor 'n welheidsbediening.
- Fasiliteerders in die kerkgemeenskap kan opgelei word om behulpsaam en betrokke te wees by 'n welheidsbediening.
- Die koördineerder vir welheid moet poog om vas te stel wat die oorsake van 'n onwel lewenstyl, volgens Bybelse beginsels, in die gemeente is. Hierdie kennis mag behulpsaam wees met die implementering van 'n program vir 'n welheidsbediening. Daar kan dan spesifiek gefokus word op hierdie behoeftes in die gemeente.
- Dat die model vir 'n welheidsbediening in die praktyk geïmplementeer word deur die AGS-pastoor.
- Die model kan as riglyn deur die AGS-pastoor gebruik word om 'n welheidsbewussyn te ontwikkel by die gemeente en 'n positiewe ingesteldheid jeens welheid te kweek, sodat daar 'n opregte begeerte kan ontstaan om 'n welheidsleefstyl te omhels.
- Dit kan oorweeg word om 'n akademie vir welheid te ontwikkel, onder die kerk se leiding, wat spesifiek lesings oor welheidsonderwerpe aanbied. Hier kan gefokus word op die jeug.
- Die model wat in die navorsing voorgestel word kan dien as 'n teoretiese raamwerk vir verdere navorsing oor 'n welheidsbediening.

Verdere navorsing in verband met hierdie onderwerp behoort gedoen te word, omdat dit 'n kontemporêre onderwerp is wat mense kan begelei na welheid en wat ook die lewenskwaliteit in alle dimensies van menswees aanspreek, wanneer die mens 'n welheidslewenswyse navolg.

Daar is ruimte vir verdere navorsing in die volgende areas:

- Die opleidingskurrikula van teologiese studente ten opsigte van 'n welheidsbediening.
- Die empiriese navorsing van so 'n studie kan uitgebrei word om deelnemers van ander kulture in te sluit. Dit sal moontlik die model kan verryk.
- 'n Soortgelyke studie kan ook gedoen word met deelnemers van ander kerkgenootskappe, wat moontlik kan aandui of 'n algemene model vir alle denominasies daargestel kan word waar slegs enkele veranderinge aanbring kan word na gelang van spesifieke behoeftes.

- Navorsing kan gedoen word ten opsigte van die bruikbaarheid van die model deur die AGS-pastoor vir 'n *plattelandse gemeenskap.*
- Die modelle wat in die metateoretiese hoofstuk bespreek is toon aan dat daar ander dimensies is wat ook 'n rol mag speel in die mens se welheid (sien 2.8.3). Hierdie dimensies kan ondersoek word aan die hand van Bybelse riglyne en 'n meer uitgebreide model mag moontlik aangebied word.
- In die Bybel is daar heelwat riglyne ten opsigte van 'n welheidslewenswyse met betrekking tot elk van die dimensies. 'n Volledige studie kan gemaak word van hierdie riglyne en hoe dit in die gemeente toegepas kan word.
- Navorsing kan volg oor die ontwikkeling van 'n metingsinstrument, wat moontlik 'n aanduiding kan gee van die lidmaat se welheidstatus ten opsigte van al die dimensies.

# OPSOMMING

## WELHEIDSBEDIENING DEUR AGS-PASTORE IN 'N STEDELIKE KONTEKS: 'N PRAKTIES-TEOLOGIESE STUDIE

'n Totale kultuurverandering is besig om in die wêreld plaas te vind en die kerk behoort hiervan kennis te neem, omdat die mens se godsdiensbelewing nie los staan van sy kulturele konteks nie. In die lig van hierdie veranderde kontemporêre kultuur en nuwe uitdagings tot die bediening, het die volgende navorsingsvraag aan die orde gekom: waarom is 'n welheidsbediening deur AGS-pastore in 'n stedelike konteks noodsaaklik en wat behoort dit te behels in die begeleidingsproses van die mens na welheid?

Die doel van die studie is derhalwe om ondersoek in te stel na 'n welheidsbediening deur AGS-pastore in 'n stedelike konteks, met die oog op die daarstelling van 'n model vir sodanige bediening waarin die mens begelei kan word na welheid. Die studie is gedoen met die prakties-teologiese model van Zerfass as uitgangspunt wat die volgende behels:

- 'n metateorie waarvolgens materiaal in ander vakdissiplines bestudeer is;
- 'n basisteorie waarvolgens Skrifperspektiewe oor die onderwerp nagevors is;
- empiriese navorsing deur onderhoude te voer met pastore; en
- 'n praktykteorie waar riglyne voorgestel word vir 'n welheidsbediening deur AGS-pastore in 'n stedelike konteks.

In die metateoretiese komponent van die studie het dit aan die lig gekom dat die omstandighede waarmee die mens in die kontemporêre kultuur gekonfronteer word, dit noodsaak om die klem te verskuif van 'n siektebehandelingslewenswyse na 'n welheidsbevorderingslewenswyse. Navorsing het ook aangetoon dat daar al verskeie welheidsmodelle bestaan wat in die praktyk toegepas word. Die basisteoretiese deel van die ondersoek het aangetoon dat die Skrif veelvuldige riglyne verskaf ten opsigte van 'n welheidsbediening aan die totale mens na liggaam, siel en gees. Die navorsingsgegewens wat deur die empiriese studie na vore gebring is, het die meta- en basisteoretiese navorsing bevestig. Hierna is praktykteoretiese riglyne geformuleer op grond van die hermeneutiese interaksie tussen die verskillende navorsingskomponente in die formaat van 'n voorgestelde model.

Na aanleiding van die navorsingsvraag, sentrale teoretiese argument en die navorsing wat in

hoofstukke 2 tot 5 gedoen is, word as finale gevolgtrekking gestel dat 'n welheidsbediening deur AGS-pastore in 'n stedelike konteks noodsaaklik is en 'n belangrike rol speel in die begeleidingsproses van die mens na welheid. 'n Model waarin die strategie vir so 'n bediening uiteengesit word, word ten slotte voorgestel.

## SLEUTELTERME:

Welheid, holisme, bediening, Praktiese Teologie, Apostologiese Geloofsending, (AGS), pastoor, pastore.

# ABSTRACT

## WELLNESS MINISTRY BY AFM PASTORS IN AN URBAN CONTEXT: A PRACTICAL THEOLOGICAL STUDY

A total change of culture is happening in the world and the church should take cognizance of it because people's religious experience is not detached from their cultural context. In the light of the changing contemporary culture and new challenges for the ministry, the research question was posed: why is a wellness ministry by AFM pastors in an urban context necessary and what should it entail in the guiding of people towards wellness?

The objective of the study is therefore to research a wellness ministry by AFM pastors in an urban context with the aim of proposing a model for such a ministry where people may be guided towards wellness. The study was done by using the practical-theological model of Zerfass as point of departure which comprises the following:

- a meta theory where material from other disciplines are studied;
- a basis theory where Scriptural perspectives on the topic had been researched;
- empirical research by way of interviews with pastors; and
- a practice theory where guidelines are proposed for a wellness ministry by AFM pastors in an urban context.

In the meta theoretical part of the study it became clear that the circumstances with which people are confronted in the contemporary culture, a change of focus necessitates from a lifestyle of only combating disease to one of promoting wellness. Research has shown that quite a number of wellness models already exist which are being applied in practice. The basis theoretical part of the investigation showed that Scripture provides numerous guidelines with regard to a wellness ministry for the whole person in connection with the body, soul and spirit. The results which surfaced from the empirical study, confirmed the meta- and basis theoretical research. Consequently the practice theory has been formulated from the hermeneutical interaction of the different components of the research in the format of a proposed model.

With reference to the research question, central theorical argument and the research reflected in chapters 2 through 5, the final conclusion states that a wellness ministry by AFM pastors in an urban context is necessary and should play an important part in the guiding of people towards wellness. A model where the strategy for such a ministry has been explained, is finally

proposed.


## KEY WORDS:

Wellness, holism, ministry, Practical Theology, Apostolic Faith Mission (AFM), pastor, pastors

# BIBLIOGRAFIE


ADAMS, T.B., BEZNER, J.R. & STEINHARDT, M.A. 1997. The conceptualization and measurement of perceived wellness: Integrating balance across and within dimensions. *American Journal of Health Promotion*, 11(3): 208-218, Jan/Feb.

ADAMS, T.B., BEZNER, J.R., DRABBS, M.E., ZAMBARANO, R.J. & STEINHARDT, M.A. 2000. Conceptualization and measurement of the spiritual and psychological dimensions of wellness in college population. *Journal of American College Health*, 48(4): 165-173.

ADAMS, T.B., BEZNER, J.R., GARNER, L. & WOODRUFF, S. 1998. Construct validation of the perceived wellness survey. *American Journal of Health Studies*, 14(4): 212-220.

ADLEM, A.G. 2007. Retensie strategieë as teenvoeter vir vroeë beroepsverlating onder maatskaplike werkers. Pretoria: Universiteit van Suid-Afrika. (Verhandeling – M.A.)

ALGEMENE SINODE VAN DIE NG KERK, 2002. Gesag van die Skrif. Standpunte van die Algemene Sinode van die NG Kerk. http://www.ngkerk.org.za/vrystaat/documents/pastoraat%20homoseksuele%20persoon.doc Datum van gebruik: 8 Augustus 2009.

ALMEIDA FILHO, N. 2000. What does the word "health" mean. http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0102-311X2000000200001 Date of access: 31 May 2008.

ALMEIDA FILHO, N. 2001. For a general theory of health: Preliminary epistemological and anthropological notes. *Cad. Saúde Pública,* 17(4):753-770.

AMERICAN HERITAGE STEDMAN'S MEDICAL DICTIONARY ONLINE. 2002. http://dictionary.reference.com/browse/wellness Date of access: 8 April 2008.

AMERICAN JOURNAL OF HEALTH PROMOTION. s.a. CV. of Michael P. O'Donnell, PhD, MBA, MPH. http://www.healthpromotionjournal.com/publications/journal/editor.htm Date of access: 15 May 2008.

ANASTAS, J.W. & MACDONALD, M.L. 1994. Research design for social work and the

human services. New York, New York: Lexington Books.

ANDERSON, N.T. 2003. Discipleship counselling. Ventura, California: Regal Books.

ANDERSON, N.T., ZEUHLKE, T.E. & ZEUHLKE, J.S. 2000. Christ centred therapy: The practical integration of theology and psychology. Grand Rapids, Michigan: Zondervan.

ANON, 2004. Ligloop vir Olimpiese koors. East Londen Community newspaper: 2, 5 Augustus.

ANON, 2009. Wellness offsets rising employee health care costs. http://news.yourfindit.com/NewsStory.aspx?id=73282&cat=10 Date of access: 7 January 2009.

ANON, 2009. Kommissie: Saak van die Vrou. Rapport aan Sinode 2009. http://www.gksa.co.za/Sinodes/Sinode2009/PDF/Rapport%20Kommissie%20Vrou%20vir%20hervatte%20Sinode%202009.pdf Datum van gebruik: 8 Augustus 2009.

ANON, s.a.a. A History of the mind body connection. http://naturalhealthperspective.com/tutorials/history-mind-body-connection.html Date of access: 25 April 2008.

ANON, s.a.b. Total fitness and wellness. Bethany First Church of the Nazarene. http://www.bethanynaz.org/total-fitness-wellness Date of access: 25 June 2007.

ARDELL, D.B. 1996. The book of wellness: A secular approach to spirit, meaning and purpose. Amherst, NY: Prometheus Books.

ARDELL, D.B. 2000a. A (very) brief history of the wellness concept. http://www.seekwellness.com/wellness/reports/2000-12-29.htm Date of access: 22 April 2008.

ARDELL, D.B. 2000b. What is wellness? http://www.seekwellness.com/wellness/articles/what_is_wellness.htm Date of access: 25 April 2008.

ARDELL, D.B. 2001. Wellness models. Ardell Wellness Report, 59:1-2, Spring/Summer.

ARDELL, D.B. 2002. Wellness – Another explanation of how it is different from ordinary health. http://www.seekwellness.com/wellness/reports/2002-03-17.htm Date of access: 6 June 2008.

ARDELL, D.B. 2003. The dimensions of wellness. Ardell Wellness Report, 64:1-11, Winter.

ARDELL, D.B. 2004. What does wellness mean? A Schism in the field leads to two very different takes on the concept! http://www.seekwellness.com/wellness/reports/2004-02-10.htm Date of access: 22 April 2008.

ARDELL, D.B. 2006a. The ancient history of wellness. http://www.seekwellness.com/wellness/reports/2006-01-26.htm
Date of access: 22 April 2008.

ARDELL, D.B. 2006b. A brief history of wellness, both modern and ancient.
http://www.seekwellness.com/wellness/reports/2006-01-23.htm Date of access: 22 April 2008.

ARDELL, D.B. 2008. Wellness trend number one: Defining wellness in specific, real ways. http://www.seekwellness.com/wellness/reports/2008-05-03.htm Date of access: 5 May 2008.

ARDELL, D.B. s.a. Wellness models.
http://www.seekwellness.com/wellness/articles/wellness_models.htm Date of access: 6 June 2008.

BABBIE, E.R. & MOUTON, J. 2001. The practice of social research. Cape Town: Oxford University Press.

BALLARD, P. 1999. Practical Theology as the theology of practice. (*In* Schweitzer, F. & Van der Ven, J. A., eds. Practical Theology-International Perspectives. Frankfurt am Main: Peter Lang, p.141-143.)

BANDURA, A. 2005. The primacy of self-regulation in health promotion. *Applied Psychology: An international Review,* 54(2), 245-254.

BARAJAS, L. 2008. Overworked, overwhelmed and underpaid. Simple steps to go from stress to success! Nashville, Tennessee: Thomas Nelson.

BELIEVE. Religious information source. http://www.mb-soft.com/believe/txn/monism.htm Date of access: 8 July 2008.

BENNER, D.G. & HILL, P.C. 1999. Baker Encyclopedia of psychology and counselling. Grand Rapids, Michigan: Baker Books.

BERG, B.L. 2007. *Qualitative research methods for the social sciences.* Boston, Massachusetts: Pearson Education.

BERKOUWER, G.C.1957. Dogmatiesche studiën. Kampen: Kok.

BEZNER, J.R., ADAMS, T.B. & WHISTLER, S.W. 1999. The relationship between physical activity and indicators of perceived wellness. *American Journal of Health Studies,* 15(3):130-138.

BEZUIDENHOUT, L.C. 1999. 1 Samuel. (*In* Vosloo, W. & Janse van Rensburg, F. reds. Die Bybellennium Eenvolumekommentaar. Die Bybel uitgelê vir eietydse toepassing. Vereeniging: Christelike Uitgewersmaatskappy. p. 299-332.)

BHIMJI, A. s.a. Holistic Approach to Wellness. http://www.amirimageconsulting.com/images/ARTICLE_HOLISTIC_APPROACH_TO_WELLNESS.doc Date of access: 6 June 2008.

BHUYAN, K.K. 2004. Health promotion through self-care and community participation: Elements of a proposed programme in the developing countries. http://www.biomedcentral.com/content/pdf/1471-2458-4-11.pdf Date of access: 23 May 2008.

BISHOP, G.D. 1994. Health psychology. Integrating mind and body. Massachusetts, Boston: Allyn and Bacon.

BLESS, C. & HIGSON-SMITH, C. 1995. Fundamentals of social research methods: An African perspective. Kenwyn: Juta.

BONNELL, G.C. 1968. Holiness and Health. *Pastoral Psychology*, 19(188):35-38, November.

BOSCH, D.J. 1993. Transforming mission: paradigm shifts in theology of mission. New York, New York:. Orbis.

BOSMAN, H. 2003. 1 en 2 Samuel. (*In* van der Watt, J. red. Die Bybel A-Z. Vereeniging: Christelike Uitgewersmaatskappy. p. 281-306.)

BOTHA, P. 2001. Die kwalitatiewe onderhoud as data-insamelingstegniek: sterk en swak punte. *Journal of family ecology and consumer sciences, (29):13-19.*

BREAKWELL, G.M. 2003. Interviewing. (*In* Breakwell, G.M., Hammond, S. & Fife-Schaw, C. eds. Research methods in psychology. London: Sage Publications. p.239-250.)

BREDENKAMP, D.S.M. 2001. 'Egkr'ateia in die Pauliniese hoofbriewe. Pretoria: Universiteit van Pretoria. (Proefskrif-PhD)

BRINK, H.I.L. 2001. Fundamentals of research methodology for nursing care professionals. Cape Town: Juta.

BRUNO, T. 2000. Jesus Ph.D. Psychologist. Gainesville, Florida: Bridge-Logos Publishers.

BURDEN, J. 2007. Daniël. (*In* Vosloo, W. & Janse van Rensburg, F. reds. Die Bybel in Praktyk. Nuwe Vertaling. Vereeniging: Christelike Uitgewersmaatskappy. p. 1222-1244.)

BURGER, I. & NEL, M. 2008. The fire falls in Africa. AFM a centennial edition 1908-2008. Vereeniging: Christian Art Publishers.

BURGER, I.S. VD M. 1987. Geskiedenis van die Apostoliese Geloof Sending van Suid-Afrika: 1908-1958. Braamfontein: Evangeliese Uitgewers.

BURKE, M.T., CHAUVIN, J.C. & MIRANTI, J.G. 2005. Religious and spiritual issues in counselling: Applications across diverse populations. New York, New York: Brunner-Routledge.

BURNS, N. & GROVE, S. K. 1997. The practice of nursing research: Conduct, critique and utilisation. Philadelphia, Pennsylvania: WB Saunders.

BUZAN, T. 2003. The power of physical intelligence. London: Thorsons.

BYBEL, 1953. Die Bybel. Dit is die ganse Heilige Skrif wat al die kanonieke boeke van die ou en nuwe testament bevat. Kaapstad: Bybelgenootskap van Suid-Afrika.

BYBEL, *1983. Die Bybel: nuwe vertaling. Kaapstad: Bybelgenootskap van Suid-Afrika.*

CATON, S. ed. 2003. Wellness from within: The first step. Anaheim, California: American Holistic Health Association.

CHAFER, L.S. 1947. Systematic theology. Dallas, Texas: Dallas Seminary Press.

CHEUNG, V 2002. Renewing the mind. New York, New York: Reformation Ministries International.

CHILTON, B.D. 1997. Wholeness and health in the practice of Jesus. *The Living Pulpit,* 6(2):8-9, April-June.

CHINA DAILY, 2008. Employee wellness vital to firms. http://www.china.org.cn/english/international/241671.htm Date of access: 6 June 2008.

COETZER, W. 2006. Pastorale implikasies van die liggaam/denke verbintenis. *Verbum et Ecclesia*, 27(3):775-793.

COLBERT, D. 2003a. Deadly emotions. Understand the mind-body-spirit connection that can heal or destroy you. Nashville, Tennessee: Thomas Nelson Publishers.

COLBERT, D. 2003b. Toxic Relief. Lake Mary, Florida: Siloam.

COLBERT, D. 2005. Stress less. Lake Mary, Florida: Siloam.

COLEMAN, P.G. 2005. Spirituality and aging: The health implications of religious belief and

practice. *Age and Aging*, 34:318-319.

CONRAD, C. & SERLIN, R.C. 2006. The Sage handbook for research in education: Engaging ideas and enriching inquiry. London: Sage Publications.

COOPER, J.W. 1989. Body, soul & life everlasting. Biblical anthropology and monism-dualism debate. Grand Rapids, Michigan: Williams B Eerdmans Publishing Company.

CORBIN, C.B. (CHUCK.CORBIN@asu.edu) 18 Julie 2007. Wellness. E-pos aan: Lovell, L. (louise@kentek.co.za).

CORBIN, C.B., LINDSEY , R., WELK, G. J. 2000. Concepts of fitness and wellness: A comprehensive lifestyle approach. Boston, Massachusetts: McGraw-Hill.

CORBIN, C.B., PANGRAZI; R.P. 2001. Towards a uniform definition of wellness: A commentary. *Presidents Council on Physical Fitness and Sports Research Digest*, 3(15):1-8, December.

CRAWFORD, S.Y. 2005. Pharmacists' roles in health promotion and disease prevention. *American Journal of Pharmaceutical Education*, 69(4):534-540, December.

CRESWELL, J. W. 1994. Research design: Qualitative and quantitative approaches. Thousand Oaks, California: Sage Publications.

CRESWELL, J. W. 1998. Qualitative inquiry and research design. Choosing among five traditions. Thousand Oaks, California: Sage Publications.

DA SILVA, A.A., HUMAN, D.J., PRINSLOO, G.T.M., BOTHA, P.J., POTGIETER, J.H. & VENTER, P.M. 1999. Psalms. (*In* Vosloo, W. & Janse van Rensburg, F. reds. Die Bybellennium Eenvolumekommentaar. Die Bybel uitgelê vir eietydse toepassing. Vereeniging: Christelike Uitgewersmaatskappy. p. 600-708.)

DACHER, E.S. 1996. Intentional healing.
http://www.elliottdacher.org/html/intentional_healing.html Date of access: 18 May 2008.

DAKE, F.J. 1986. Dake's Annotated Reference Bible. Containing the Old and New

Testaments of the authorized or King James version text. Lawrenceville, Georgia: Dake Bible sales.

DAKE, F.J. 2007. God's plan for man. Lawrenceville, Georgia: Dake Publishing.

DE VILLIERS, L.S. 1998. A blueprint for better health: A dietary guide to counteract disease. Cape Town: Human & Rousseau.

DE VOS, A.S. & FOUCHÉ, C.B. 1998. General introduction to research design, data collection methods and data analysis. (*In* De Vos, A. S., ed. Research at grass roots. A primer for the caring professions. Pretoria: Van Schaik. p. 76-94.)

DE WET, F.W. 2006. Die aanwending van Rolf Zerfass se handelingswetenskaplike model in prakties-teologiese teorievorming – 'n gereformeerde perspektief. *In die Skriflig*, 40(1):57-87.

DEGGES-WHITE, S., MYERS, J.E., ADELMAN, J. U. & PASTOOR, D.D. 2003. Examining counselling needs of headache patients: An exploratory study of wellness and perceived stress. *Journal of Mental Health Counselling*, 25(4):271-290, Oct.

DENNIS, D.L., HICKS, T., BANERJEE, P. & DENNIS, B.G. 2005. Spirituality among a predominantly African American college student population. *American Journal of Health Studies*, 20(3/4):135-142, Summer-Fall.

DENZIN, N.K. & LINCOLN, Y.S. 2003. The discipline and practice of qualitative research. (*In* Denzin, N.K. & Lincoln, Y.S. The landscape of qualitative research. Thousand Oaks, California: Sage Publications. p. 1-45.)

DENZIN, N.K. & LINCOLN, Y.S. eds. 2000. Handbook of qualitative research. California, Thousand Oaks: Sage Publications.

DEPARTEMENT EKONOMIESE SAKE LANDBOU EN TOERISME. 2003. Gereedmaking van die Wes-Kaap vir die kennis-ekonomie van die een-en-twintigste eeu. http://www.capegateway.gov.za/Text/2003/12/witskrif_finaal_130601.pdf Datum van gebruik: 7 April 2008.

DETHLEFESEN, T. & DAHLKE, R. 2002. The healing power of illness: Understanding what your symptoms are telling you. Canada: Vega.

DICTIONARY.COM UNABRIDGED (v 1.1) ONLINE. 2006. http://dictionary.reference.com/browse/wellness Date of access: 8 April 2008.

DINGEMANS, G.D.J. 1989. Praktische Theologie als een academische discipline – een overzicht van ontwikkelingen in de praktische theologie met bijzondere aandacht voor de situasie in Nederland, Duitsland en die Verenigde Staten. *Nederlands Theologisch Tijdschrift*, 43(1):192-209.

DOWNIE, R.S., TANNAHILL, C. & TANNAHILL, A. 1996. Health Promotion: Models and values. Oxford: oxford University Press.

DPA (Deutsche Presse Agentur), 2008. Wellness and fitness merging more and more. http://www.india-forums.com/news/article.asp?id=91461 Date of access: 5 May 2008.

DREYER, D. 2003. Leef jou gemeente regtig? Wellington: Lux Verbi.

DU TOIT, B. 2007. NG Kerk Algemene Sinode 2007.02: Besluit oor gay-debat. http://www.teo.co.za/wmview.php?ArtID=557 Datum van gebruik: 8 Augustus 2009.

DUNN, H.L. 1959. High-level wellness for man and society. *American Journal of Health Promotion*, 49(6):789-792.

DUNN, H.L. 1961. High Level Wellness. Arlington, Virginia: Beatty Press.

ECKMAN, E. s.a. The Holy Spirit and our emotions. http://www.bible.org/page.php?page_id=3442 Date of access: 6 June 2008.

EDELMAN, C.L. & MANDLE, C.L. 2002. Health promotion throughout the lifespan. St Louis, Missouri: Mosby.

ELDIN, G & GOLANTY, E. 1992. Health and wellness. Boston, Massachusetts: Jones and Bartlett.

ELS, D.A. 2005. Developing a holistic work-wellness model. Johannesburg: University of Johannesburg. (Thesis- PhD)

ELWELL, W. A. 1996. Evangelical Commentary on the Bible. Grand Rapids, Michigan: Baker Book House (*In* Libronix Digital Library System.)

ENCYCLOPAEDIA OF DEATH AND DYING. http://www.deathreference.com/Me-Nu/Mind-Body-Problem.html Date of access: 8 May 2008.

ENNS, P. 2008. The Moody handbook of theology. Revised and expanded. Chiago, Illinois: Moody Publishers.

EPSTEIN, D. 2005. Wellness and beyond...Developing the lifetime wellness practice. http://www.associationfornetworkcare.com/articles/chirojournal.shtml
Date of access: 5 May 2008.

EPSTEIN, D. 2005. Wellness and beyond...Developing the lifetime wellness practice. *Today's Chiropractic*, (2):1, February. http://www.associationfornetworkcare.com/articles/chirojournal.shtml
Date of access: 25 June 2007.

ERICKSON, M.J. 2005. Introducing Christian doctrine. Grand Rapids, Michigan: Baker Academic.

FLEMMING, D. 1994. Concise Bible commentary. Chattanooga, Tennessee: AMG Publishers.

FOUCHÉ, C.B. & DE VOS, A.S. 2005. Problem formulation. (*In* De Vos, A.S., ed. Research at grass roots: For the social sciences and human service professions. Pretoria: Van Schaik. p. 100-110.)

FOUNTAIN, D.E. 2003. New paradigms in Christian health ministries. http://www.healthwholeness.net/pdfs/Articles_Paradigms.pdf Date of access: 18 May 2008.

FREELANG-ENGLISH –AFRIKAANS ONLINE DICTIONARY. s.a. http://www.freelang.net/online/afrikaans.php?lg=gb Datum van gebruik: 7 April 2008.

FREEMAN, J. 2005. Towards a definition of holism. *British Journal of General Practice*, 55(511):154-155, February.

FRESTON, K. 2008. Quantum wellness. London: Vermilion.

FRONEMAN, S., VORSTER, J.A. & FOURIE, M. 2000. Uitkomsgebaseerde onderwys in die lig van moderniteit en postmoderniteit. *Koers*, 65:191-203.

GARBERS, J. 1996. Doeltreffende geesteswetenskaplike navorsing. Pretoria: Van Schaik.

GARTNER, J., LARSON, D. B. & ALLEN, G. D. 1991. Religious commitment and mental health: A review of the empirical literature. *Journal of Psychology and Theology*, 19:6–25.

GASKELL, G. 2000. Individual and group interviewing. (*In* Bauer, M.W. & Gaskell, G. Qualitative researching with text, image and sound. London: Sage Publications. p. 38-56.)

GAUTHIER, J.E. 2001. Spirituality, health locus of control, and wellness in organizational health promotion and wellness programs. Denton, Texas: University of North Texas. (Thesis- PhD)

GEORGE, L., LARSON, D., KOENIG, H. & MCCULLOUGH, M. 2000. Spirituality and health: What we know and what we need to know. *Journal of Social and Clinical Psychology,* 19: 102–116.

GILBERT, L., SELIKOW, T. & WALKER, L. 2002. Society health and disease. Braamfontein: Ravan Press.

GLASS, N. 1998. Management masterclass. A practical guide to the new realities of business. London: Nicholas Brealey.

GOHDE, J.H. 2005. Definition: wellness (alternative medicine). http://naturalhealthperspective.com/gnu-dictionary/Wellness.html Date of access: 6 June 2008.

GOHDE, J.H. 2006. A History of Western natural healing practices in Europa.

http://naturalhealthperspective.com/tutorials/history.html Date of access: 1 May 2008.

GOLEMAN, D. 1996. Emotional intelligence. London: Bloomsbury.

GOOSEN, N.F. & Klugman, B. 1996. The South African woman's health book: The woman's health project. Cape Town: Oxford University Press.

GORSUCH, R. L. 1995. Religious aspects of substance abuse and recovery. *Journal of Social Issues,* 5(12): 65–83.

GOUWS, R.H. (rhg@sun.ac.za) 30 Augustus 2007 Vertaling van "wellness". E-pos aan: Lovell, L. (louise@kentek.co.za).

GOUWS, R.H. (rhg@sun.ac.za) 2 Junie 2008. Vertaling van disease-sickness-illness. E-pos aan: Lovell, L. (louise@kentek.co.za).

GROBBELAAR, K.G. 2007. Hulpverlening tot streshantering by predikante van die gereformeerde kerke in Suid-Afrika (GKSA): 'n Pastorale studie. Potchefstroom: Noordwes – Universiteit. (Proefskrif-PhD)

GROENEWALD, A. 2007. Gay-debat 03: Die gevaarligte flikker vir die Kerk. 'n Kritiese beoordeling van dr. Potgieter se hermeneutiese beskouing http://www.teo.co.za/wmview.php?ArtID=551 Datum van gebruik: 8 Augustus 2009.

GROPP, L. 2006. An exploratory factor analysis on the measurement of psychological wellness. Pretoria: Unisa.

GROPP, L., GELDENHUYS, D. & VISSER, D. 2007. Psychological wellness constructs: Relationships and group differences. *SA Journal of Industrial Psychology,* 33(3):24-34.

GROSSKOPF, O.H. & LOTTER, G.A. 2003. "Gifts among the genders?" Some metatheoretical considerations. *Praktiese Teologie in Suid Afrika*, 18(1):13-32.

GRUDEM, W. 1994: Systematic theology: An introduction to Biblical doctrine. Leicester: Inter-Varsity Press.

HALAAS, G.W. 2004. The right road. Life choices for clergy. Minneapolis: Fortress Press.

HALES, D. 2004. An invitation to health. Montery, California: Thomson-Brooks/Cole.

HAMILTON, E.H. 2004. The health and wellness ministry in the African American church: Preventive health education. Fairfax, Virginia.: Xulon Press.

HAN, H., MILLER, G.E. & DE VILLE, N. 2003. Ancient herbs, modern medicine. New York, New York: Bantam Books.

HANDLEIDING VIR NAGRAADSE STUDIE: HERSIEN EN BYGEWERK. 2005. Potchefstroom: Noordwes - Universiteit.

HANSON, M.J. 2001. Defining Health and Health-Related Concepts. *Word and World,* 21(1), 23-31, winter.

HARMER, R. 2006. What is the pinnacle of a spiritual life and how is it attained: Implications for individuals and organizations. http://www.developfullcircle.com/articles/progress%20report%20-%202006.pdf Date of access: 6 June 2008.

HARRISON, E. F., BROMILEY, G. W. & HENRY, C. F. eds. 2000. Wycliffe, Dictionary of Theology. Peabody, Massachusetts: Hendrickson Publishers.

HART, C. 1998. Doing a literature review. London: Sage Publications.

HAT (Verklarende Handwoordeboek van die Afrikaanse Taal). 2005. Kaapstad: Maskew Miller Longman (Edms.) Bpk.

HATTIE, JOHN A.; MYERS, JANE E.; SWEENEY, THOMAS J. 2004. A Factor Structure of Wellness: Theory, Assessment, Analysis, and Practice. *Journal of Counselling & Development*, 82(3):354-364, June.

HATTINGH, B. 2000. Power Intelligence. Energising people and organizations and creating prosperity. Pretoria: Kairos Books.

HAWKS, S. 1994. Spiritual health: Definition and theory. Wellness Perspectives, 10(4):3-14, Summer.

HEIDELBERGSE KATEGISMUS. s.a. http://www.dominee.co.za/belydenisskrifte/index_HK.htm Datum van gebruik: 25 Augustus 2007.

HEINTZMAN, P. 1997. Putting some spirit into recreation services for people with disabilities. *Journal of Leisurability*, 24(2):22-30, Spring.

HEINTZMAN, P. 1999. Spiritual wellness: Theoretical links with leisure. *Journal of Leisurability,* 26(2):21-32, Spring.

HEITINK, G. 1996. An empirically orientated approach. *Pastoral-Theologische Information,* 16(2):279-287.

HEITINK, G. 1999. Practical Theology – history, theory, actions domains. Grand Rapids, Michigan: Eerdmans.

HENDRIKS, H.J. 1997. Kerklike Megatrends: Bedieningsimplikasies. *Nederduits Gereformeerde Teologiese Tydskrif.* 28(1&2):27-38.

HENDRIKS H.J. 2003. Die toekoms van die kerk, die kerk van die toekoms http://academic.sun.ac.za/theology/Profiles/Profile_documents/Prof_Jurgens_Hendriks_Intreerede.pdf Datum van gebruik: 25 Augustus 2007.

HENNING, E. 2004. Finding your way in qualitative research. Pretoria: Van Schaik uitgewers.

HENRY, M. 2007. Matthew Henry's commentary on the whole Bible. Peabody, Massachusetts: Hendrickson Publishers.

HERHOLDT, M.D. 2005. The philosophy and history of natural medicine. Pretoria: Mensana Publications.

HETTLER, B. 1998. The past of wellness. http://www.hettler.com/History/hettler.htm Date of

access: 22 April 2008.

HETTLER, B. s.a. The home page of Bill Hettler, MD. http://www.hettler.com/ Date of access: 1 May 2008.

HEYNS, J. A. 1978. Dogmatiek. Pretoria: NG Kerkboekhandel.

HEYNS, L.M. & PIETERSE, H.J.C. 1998. Eerste treë in die Praktiese Teologie. Pretoria: Gnosis.

HILL, P.C. & PARGAMENT, K.I. 2003. Advances in the conceptualization and measurement of religion and spirituality. Implications for physical and mental health research. *American Psychologist,* 58(1);64-74.

HINZ, M. & HINZ, J. 2004: Learn to Balance your life. Take control, find time, achieve your goals. London: Duncan Baird Publishers.

HITCHCOCK, G. & HUGHES, D. 1995. Research and the Teacher. London: Routledge.

HOEKEMA, A.A.1986. Create in God's image. Grand Rapids, Michigan: Williams B Eerdmans Publishing Company.

HOFFMAN, L. 2002. 'n Verbondgefundeerde paradigma vir die pastorale begeleiding van die egpaar met fertiliteitsuitdagings. Bloemfontein: Universiteit van die Vrystaat. (Proefskrif-PhD)

HOLLOWAY, I. 1997. Basic concepts for qualitative research. Oxford: Blackwell Science.

HOLMAN BIBLE DICTIONARY. http://www.studylight.org/dic/hbd/view.cgi?number=T352 Date of access: 8 August 2008.

INGERSOLL, R.E. & BAUER, A.L. 2004. An Integral Approach to Spiritual Wellness in School Counselling Settings. *Professional School Counselling*, 7(5): 301-308.

INGERSOLL, R.E. 2005. Spiritual wellness in the workplace. (*In* Giacalone, R.A. & Jurkiewicz, C.L. eds. Handbook of Workplace Spirituality and Organizational Performance. New York, New York: Sharpe. p. 289-299.)

INTERPRET.CO.ZA. s.a. http://interpret.co.za/html/dictionary.php?direction=English-Afrikaans Datum van gebruik: 7 April 2008.

JAARBOEK 2002. Fakulteit Opvoedingswetenskappe. Nagraadse skool vir Opvoedkunde. Potchefstroom Universiteit vir Hoer Christelike Onderwys (2002). http://www.puk.ac.za/opencms/export/PUK/html/jaarboek/2002/opvoed-nagr.pdf Datum van gebruik: 7 April 2008.

JACKSON, D. 2007. Affordability is the buzz word. http://www.thetimes.co.za/PrintEdition/BusinessTimes/Article.aspx?id=614970 Date of access: 7 January 2009.

JAKES, T.D. 2005. The Ten Commandments of Working in a Hostile Environment. New York, New York: The Berkley Publishing Group.

JAMES, W. 1902. The Varieties of Religious Experience. Electronic edition prepared by the University of Virginia Library Electronic Text Center,1996. http://etext.lib.virginia.edu/toc/modeng/public/JamVari.html Date of access: 18 April 2008.

JANESICK, V.J. 1998. "Stretching" exercises for qualitative research. London: Sage Publications.

JANSE VAN RENSBURG, F. 2003. 2 Timoteus. (*In* van der Watt, J. red. Die Bybel A-Z. Vereeniging: Christelike Uitgewersmaatskappy. p. 815-821.)

JANSE VAN RENSBURG, F. 2007. 2 Timoteus. (*In* Vosloo, W. & Janse van Rensburg, F. reds. Die Bybel in Praktyk. Nuwe Vertaling. Vereeniging: Christelike Uitgewersmaatskappy. p. 1888-1896.)

JANSE VAN RENSBURG, J. 1996. Verbond en pastoraat. *Nederduitse Gereformeerde Teologiese Tydskrif*, 37(1):152-165.

JANSE VAN RENSBURG, J. 2000. The paradigm shift. An introduction to postmodern thought and its implications for theology. Pretoria: Van Schaik.

JANSON, M. 1999. Waar is my God nou? Job – 'n Persoonlike Belewing van Twyfel, Swaarkry en die Waarom ek? – Sindroom. Kaapstad: Lux Verbi.

JOHNSTON, G. 2002. Preaching to a Postmodern World. A guide to reaching twenty-first-century listeners. Leicester: Inter-Varsity Press.

JONAS, S. 2000a. Talking about health and wellness with patients: Integrating health promotion and disease prevention into your practice. http://www.lohaschannel.com/Pages/JONASchap102.html Date of access: 22 April 2008.

JONAS, S. 2000b. Talking about health and wellness with patients: Integrating health promotion and disease prevention into your practice. http://www.lohaschannel.com/Pages/JONASchap104.html Date of access: 22 April 2008.

JONAS, S. 2000c. Talking about health and wellness with patients: Integrating health promotion and disease prevention into your practice. http://www.lohaschannel.com/Pages/JONASchap103.html Date of access: 22 April 2008.

JONKER, C.S. & SCHOLTZ, P.E. 2004. Development of a work wellness programme: an emotional intelligence application. Paper presented at second South African work wellness conference. Potchefstroom. South Africa, 26 May.

JORDAAN, G.J.C. & VAN DER WALT, S.P. 2005. Diskussie oor die Gereformeerde Skrifbeskouing. Die skep van betekenis of die toepas van betekenis? *Die Kerkpad,* 9(4): 1-3, Julie. http://www.kerkpad.co.za/argief/Julie2005/art1.html Datum van gebruik: 22 Julie 2007.

JORDAAN, G.J.C. 2003. Gereformeerde Skrifverklaring. Openbaringshistories of Sosio-histories? *Die Kerkpad,* 7(4): 1-5, September.

JOSEPHS, D. 2008. The top 100 men of the Bible. Uhrichsville, Ohio: Barbour Publishers.

JOSEPHSON, E. A. 1998. God's key to health and happiness. Grand Rapids, Michigan: Flemming H. Revell.

JOUBERT, P. 2005. Trichotomous Therapy: A Proposed Pastoral Paradigm. Potchefstroom: North-West University, Potchefstroom Campus. (Thesis-PhD)

JOUBERT, S. 2003. Beheer God jou denke? Vereeniging: Christelike Uitgewersmaatskappy.

KARCH, B. ed. 2002. Health promotion modelling: The look of wellness. *Health Promotion: Global Perspectives*, 5(1):1-10, February/March.

KELLOGG J. H. s.a. The Simple Life in a Nutshell ("Biologic Living"). http://lifestylelaboratory.com/articles/simple-life-nutshell.html Date of access: 22 April 2008.

KENDLER, K. S. GARDNER, C. O. & PRESCOTT, C. A. 1997. Religion, psychopathology, and substance use and abuse: A multi measure, genetic–epidemiologic study. *American Journal of Psychiatry*, 154: 322–329.

KENT, C. 2003. Perspectives on wellness. The Chiropractic Journal. http://www.worldchiropracticalliance.org/tcj/2003/mar/mar2003kent.htm: Date of access: 26 July 2007.

KERLINGER, N.F. 1986. Foundations of behavioural research. Chicago, Illinois: Holt, Rinehart and Winston.

KICKBUSCH, I. & PAYNE, L. 2003. Twenty-first century health promotion: the public health revolution meets the wellness revolution. *Health Promotion International,* 18(4): 275-278, December.

KIRSTEN, W. s.a. Health Promotion – An International Phenomenon. National Centre for Health Fitness American University. http://www.american.edu/academic.depts/cas/health/iihp/archives/pubsiihpchinawolf2.html Date of access: 15 May 2008.

KOENIG, H. G. ed. 1998. Handbook of religion and mental health. San Diego, California: Academic Press.

KOENIG, H. G. MCCULLOUGH, M. E., & LARSON, D. B. 2000. Handbook of religion and health. New York: Oxford University Press.

KOENIG, H.G. 1999. The healing power of faith: Science explores medicine's last great frontier. New York, New York: Simon & Schuster.

KOENIG, H.G. 2004. Religion, spirituality and medicine: Research findings and implications for clinical practice. *Southern Medical Journal*, 97(12):1194-1200, Dec.

KÖNIG, A. 2006. Die groot geloofswoordeboek. Vereeniging: Christelike Uitgewersmaatskappy.

KREFTING, L. 1991. Rigor in qualitative research: the assessment of trustworthiness. *The American Journal of occupational therapy*, 45(3): 214-222.

KRITZINGER, J.J. 2000. Navorsing in die fakulteit Teologie: Riglyne vir studente. Pretoria: Universiteit van Pretoria.

KROON, L. 1995. Verhoudings. Johannesburg: Ongepubliseerde kursus materiaal.

KRUGER, R. & GERICKE, G.J. 2004. A qualitative approach for exploration of feeding practices, knowledge, and attitudes on child nutrition framework. *Tydskrif vir Gesinsekologie en Verbruikerswetenskappe,* 32:36-45.

KRUGER, S.F. & VENTER, C.J.H. 2001. Die verhouding tussen Psigologie en Praktiese Teologie-aspekte van die onderlinge waarde van dié verhouding. *In die Skriflig,* 35(4):557-573, Desember.

KRUSCHWITZ, R.B. 2007. ed. Health. Christian Reflection. A series in faith and ethics. Waco, Texas: The Centre for Christian Ethics at Baylor University.

KUHN, T. 1962. The structure of scientific revolutions. Chicago, Illinois: University of Chicago.

KVALE, S. 1996. Interviews: An Introduction to qualitative research interviewing. http://www.inside-installations.org/OCMT/mydocs/Microsoft%20Word%20-%20Booksummary_Interviews_SMAK_2.pdf Date of access: 6 February 2009.

LANDGREEN, M. 1999. Coca-Cola's Global Approach to Associate Employee Management.

*Health Promotion: Global Perspectives*, 2(1):1-9, Mar/Apr.

LANDMAN, W.A. s.a. Deduktiewe en induktiewe denke in die opvoedkundige navorsing. http://www.landmanwa.co.za/lesing11.htm Datum van gebruik 12 Desember 2008.

LARIMORE, W. & MULLINS, T. 2003. 10 Essentials of highly healthy people. Grand Rapids, Michigan: Zondervan.

LARSON, D. B., & MILANO, M. G. 1997. Making the case for spiritual interventions in clinical practice. *Mind/Body Medicine*, 2:20–30.

LATEGAN, L.O.K. 2006. 'n Voorgestelde raamwerk vir die skryf van 'n akademiese publikasie: Voorbeelde uit die teologiese etiek. *Acta Theologica,* 26(2):136-154, Desember.

LATEGAN, L.O.K. 2007a. 'n Voorgestelde raamwerk vir die literatuurstudie as kwalitatiewe navorsingsmetodologiese tegniek: 'n Literatuurstudie oor genadedood as voorbeeld uit die teologiese etiek. *Acta Theologica*, 27(2):128-142.

LATEGAN, L.O.K. 2007b. More than just an own opinion : a proposed framework for self-reviewing scientific articles. Lessons for (theological) ethics. *Dutch Reformed Theological Journal,* 48(3 & 4): 511-524, September / December.

LATEGAN, L.O.K. 2007c. Etiek in navorsing: 'n Voorgestelde raamwerk vir waardegedrewe navorsing. *Tydskrif vir Christelike Wetenskap*, 43(3 & 4):235-251.

LATEGAN, L.O.K. 2008. Identifying critical indicators to deal with research integrity. *Journal for Christian Scholarship*, 44(1 & 2):103-120.

LEEDY, P.D. & ORMROD, J.E. 2001. Practical research: planning and design. Upper Saddle River, New Jersey: Merrill Prentice Hall.

LEEDY, P.D. 1993. Practical research: planning and design. New York, New York: Macmillan.

LEVANT, R.F. 2005. Health care for the whole person. *Monitor on Psychology*, 36(5):1-2, May.

LEVIN, J. S. 1994. Religion and health: Is there an association, is it valid, and is it causal? *Social Science in Medicine*, 38:1475–1482.

LEVIN, J. S. 1996. How religion influences morbidity and health: Re-flections on natural history, salutogenesis and host resistance. *Social Science in Medicine*, 43:849–864.

LEWIS, C. 2001. Choosing to change: The first place challenge. Ventura, California: Gospel Light Publications.

LINCOLN, Y.S. & GUBA, E.G. 1985. Naturalistic inquiry. Newbury Park, California: Sage Publications.

LOTTER, G.A. 2004. Emosionele intelligensie en die predikant. Ongepubliseerde lesing:1-6. Potchefstroom: Fakulteit Teologie, Noordwes Universiteit: Potchefstroomkampus.

LOTTER, G.A. 2007. Pastorale Teologie: Voëlvlug en (voorlopige) landing. Intreerede. Oktober. Wetenskaplike bydraes. Reeks H: Intreerede nr. 185. Potchefstroom: Fakulteit Teologie, Noordwes-Universiteit: Potchefstroomkampus.

LOUW, D.J. 1998. A Pastoral Hermeneutics of care and encounter. Cape Town: Lux Verbi.

LOUW, D.J. 1999. Pastoraat as vertolking en ontmoeting. Teologiese ontwerp vir 'n basisteorie, antropologie, metode en terapie. Kaapstad: Lux Verbi.

LOUW, J.P. & NIDA, E.A. eds. 1988. Greek-English lexicon of the New Testament based on semantic domains. Volume 1. New York, New York: UBS.

LYONS, E. 2003. Qualitative data analysis: Data display model. (*In* Breakwell, G.M., Hammond, S. & Fife-Schaw, C. eds. Research methods in psychology. London: Sage Publications. p. 269-280.)

LYTTLE, J. 2002. Whole-Person health care. *Duke Magazine*, 88(6):1-2, September.-October.

MACARTHUR, J F 1997. The power of integrity. Building a Life without compromise.

Wheaton, Illinois: Crossway Books.

MACARTHUR, J.F. & MACK, W.A. 2005. Frequently asked questions about Biblical counseling. (*In* MacArthur, J.F., ed. Counseling. How to council Biblically. Nashville, Tennessee: Thomas Nelson. p. 244-246.)

MACK, W.A. 2005. Providing instruction through Biblical counseling. (*In* MacArthur, J.F. ed. Counseling. How to council Biblically. Nashville, Tennessee: Thomas Nelson. p. 162-175.)

MAHLANGU, D. & MKHABELA, M. 2008. Call for progress on better healthcare. http://www.thetimes.co.za/SpecialReports/Political/Article.aspx?id=678748 Date of access: 7 January 2009.

MAINA, M. 2008. Wellness is now serious business. Fisha strikes it rich in fast-growing billion-dollar industry. *The Times*:14, 6 October.

MALKMUS, G. H. 2002. Why Christians get sick. Shippensburg, Pennsylvania: Destiny Image Publishers.

MANN, J.D., FOGG, J.M. 2001. The next trillion. An interview with Paul Zane Pilzer. *Network Marketing lifestyles Magazine*, 3(5), 42-49, September.

MARCUM, J.A. & KRUSCHWITZ, R.B. 2007. Revisioning health. (*In* Kruschwitz, R.B., ed. Health. Christian Reflection. A series in faith and ethics. Waco, Texas: The Centre for Christian Ethics at Baylor University.)

MARGOT, L. & MCKENZIE, L. 2006. The wellness wheel: An Aboriginal contribution to social work. http://www.reseaudialog.qc.ca/Docspdf/LoiselleMcKenzie.pdf Date of access: 6 September 2008.

MARLING, J.L.T. 2006. Wellness in student affairs: an exploration of the profession and its practitioners. Denton, Texas: University of North Texas. (Thesis- PhD)

MARSHALL, C. & ROSSMAN, G.B. 1999. Designing qualitative research. Thousand Oaks, California: Sage Publications.

MCMILLAN, J.H. & SCHUMACHER, S. 2001. Research in education. A conceptual introduction. London: Longman.

MCMILLEN, S.I. & STERN, D.E. 2000. None of these diseases. Grand Rapids, Michigan: Flemming H. Revell.

MERRIAM-WEBSTER'S MEDICAL DICTIONARY ONLINE. 2002. http://dictionary.reference.com/browse/wellness Date of access: 8 April 2008.

MEYER, J. 1997. Managing your emotions: instead of your emotions managing you. New York, New York: Warner Books.

MILES, M.B. & HUBERMAN, A.M. 1994. Qualitative data analysis. London: Sage Publication.

MILLER, J.W. 2005. Wellness: The history and development of a concept. http://www.fh-joanneum.at/aw/home/Studienangebot/fachbereich_gesundheitswissenschaften/gmt/Forschung_Entwicklung/publikationen/~bbye/Wellness/?lan=de Date of access: 18 April 2008.

MILLER, W. R. 1998. Researching the spiritual dimensions of alcohol and other drug problems. *Addiction*, 93:979–990.

MILLER, W.R. & THORESEN, C.E. 2003. Spirituality, religion and health. An emerging research field. *American Psychologist*, 58(1):24-35.

MÖLLER, F. P. 1998. The wonderful Christ and the meaning of humanness. Pretoria: Van Schaik.

MÖLLER, F. P. s.a. Woord van lig en lewe. Westhoven: Evangelie Uitgewers.

MONTAGUE, J. 2007a. Whole-Person wellness for vital living. http://www.seniorfitness.org/Whole_Person_Wellness_2.htm Date of access: 30 April 2008.

MONTAGUE, J. 2007b. Whole-Person Wellness for Vital Living. http://www.seniorfitness.org/Whole_Person_Wellness_4.htm Date of access: 30 April 2008.

MONTAGUE, J., PIAZZA, W., PETERS, K., EIPPERT, G. & POGGIALI, T. 2002. The wellness solution. http://www.seniorfitness.net/Wellness%20Solution.htm Date of access: 25 April 2008.

MOORE, A. G. 2004. 'n Narratief-pastorale berading in maatskaplike werk. Bloemfontein: Universiteit van die Vrystaat. (Proefskrif- D Litt et Phil)

MORSE, J.M. & FIELD, P.A. 1996. Nursing research: The application of qualitative approaches. London: Chapman & Hall.

MOSAÏEK- DIE KUNS VAN DIE LEWE. 2008. Wholeness sentrum. http://www.mosaiek.com/index.php?option=com_content&task=view&id=240&Itemid=327 Datum van gebruik: 7 April 2008.

MOUTON, J. & MARAIS, H.C. 1993. Basic concepts in the methodology of the social sciences. Pretoria: Human Science Research Council.

MOUTON, J. 1996. Understanding social research. Pretoria: Van Schaik.

MOUTON, J. 2001. How to succeed in your master's and doctoral studies: A South African guide and resource book. Pretoria: Van Schaik Publishers.

MULVIHILL, M. 2003. The definition and core practices of wellness: wellness is a growing player in the integration movement, and EA professionals need to understand the principles around which it is organized. http://findarticles.com/p/articles/mi_m0PLP/is_3_33/ai_n18616592 Date of access: 01 May 2008.

MYERS, D.G. 2000a. The American paradox: Spiritual hunger in an age of plenty. New Haven, Connecticut: Yale University Press.

MYERS, D.G. 2000b. Wanting more in the age of plenty. http://www.christianitytoday.com/ct/2000/april24/6.94.html Date of access: 7 January 2009.

MYERS, D.G. 2004. What Is the good life? The secret to happiness. http://www.yesmagazine.org/article.asp?id=866 Date of access: 7 June 2008.

MYERS, J.E. & SWEENEY, T.J. 2005. The Indivisible Self: An Evidence-Based Model of Wellness (reprint). *The Journal of Individual Psychology*, 61(3): 270-279, Fall.

MYERS, J.E. & WLLIARD, K. 2003. Integrating spirituality into counsellor preparation: A developmental Wellness Approach. *Counselling and Values*, 47(2):142-155, Jan.

MYERS, J.E., LUECHT, R.M. & SWEENEY, T.J. 2004. The Factor Structure of Wellness: Re-examining theoretical and empirical models underlying the Wellness Evaluation of Lifestyle (WEL) and the Five-Factor Wel. *Measurement and Evaluation in Counselling and Development,* 36(4):194-208, January.

MYERS, J.E., SWEENEY, T.J. & WITMER, J. M. 2000. The Wheel of Wellness: Counselling for wellness: A Holistic model for treatment planning. *Journal of Counselling and Development,* 78(3):251, Summer.

NATIONAL WELLNESS INSTITUTE. s.a.a. Defining wellness. http://www.nationalwellness.org/index.php?id_tier=2&id_c=26 Date of access: 8 April 2008.

NATIONAL WELLNESS INSTITUTE. s.a.b. The Six Dimensional Wellness Model. http://www.nationalwellness.org/index.php?id_tier=2&id_c=25 Date of access: 26 June 2008.

NEDERLANDSE GELOOFSBELYDENIS. s.a. http://www.dominee.co.za/belydenisskrifte/index_NGB.htm Datum van gebruik: 25 Augustus 2007.

NEE, W. 1977. The spiritual man (in three volumes). New York: Christian Fellowship Publishers.

NEUMAN, W.L. 1997. Social research methods: qualitative and quantitative approaches. Boston, Massachusetts: Allyn and Bacon.

NEW WORLD ENCYCLOPAEDIA. http://www.newworldencyclopedia.org/p/index.php?title=Monism&oldid=771003 Date of access: 8 May 2008.

NIEMAN, D.C. 1998. The exercise-health connection. Champaign, Illinois: Human Kinetics.

O'DONNELL, M. P. 1989. Definition of health promotion: part iii: Expanding the definition. *American Journal of Health Promotion*, 3(3):5, Winter.

O'DONNELL, M.P. 2007. The next stage of evolution of workplace wellness: a world economic forum/world health organization collaboration. http://healthpromotionadvocates.org/ajhp-21-04-editorsnotes.pdf Date of access: 24 May 2008.

OMERY, A. 1983. Phenomenology: a method of nursing research. *Advances in nursing science*, 5(2):49-63.

ONLINE VERTALEN: WOORDENBOEK. 2008. http://www.woordenboek.eu/vertaling/afrikaans Datum van gebruik: 7 April 2008.

OXFORD ENGLISH DICTIONARY. 2002. New York, New York: Oxford University Press.

OXMAN, T.E., FREEMAN, D.H., & MANHEIMER, E.D. 1995. Lack of social participation or religious strength or comfort as risk factors for death after cardiac surgery in the elderly. *Psychosomatic Medicine*, 57(1): 5-15, January/February.

PARKER, E.I. 2008. The attributes of God the Father in the covenant: A pastoral foundation for fathering. Potchefstroom: North-West University, Potchefstroom Campus. (Thesis-PhD)

PARROTT, L. & WARREN, N.C. 2004. Love the life you live. Wheaton, Illinois: Tyndale House Publishers.

PATTON, M.Q. 2002. Qualitative research and evaluation methods. London: Sage Publications.

PAWSON, D. 2007. Unlocking the Bible. London: Collins.

PAYNE, W.A. & HAHN, D.B. 2000. Understanding your health. St. Louis, Missouri: McGraw-Hill.

PECK, M.S. 1990. People of the Lie. The hope for healing evil. London: Arrow Books.

PEMBER, G.H. 1942. Earth's earliest ages. Grand Rapids, Michigan: Kregel Publications.

PFEIFFER, C.F., HOWARD, F. & REA, J. eds. 2000. Wycliffe Bible Dictionary. Peabody, Massachusetts: Hendrickson Publishers.

PHAROS (Verklarende Afrikaanse woordeboek). 2007. Kaapstad: Pharos Woordeboeke, 'n afdeling van NB-Uitgewers Beperk.

PHEIFFER, F. (pharos@pharos.co.za) 2 Junie 2008. Vertaling van disease-sickness-illness. E-pos aan: Lovell, L. (louise@kentek.co.za).

PHEIFFER, F. (pharos@pharos.co.za) 24 Augustus 2007.Vertaling van "Wellness". E-pos aan: Lovell, L. (louise@kentek.co.za).

PIETERSE, H.J.C. 1993. Praktiese Teologie as kommunikatiewe handelingsteorie. Pretoria: RGN-Uitgewers.

PIETERSE, H.J.C. 1998. A Theological theory of communicative actions. *Religion and Theology,* 5(2), 176-194, September.

PILCH, J.J. 1998. Wellness spirituality. http://www9.georgetown.edu/faculty/pilchj/wellart.htm Date of access: 6 September 2008.

PILZER, P.Z. 2001. The next trillion: Why the wellness industry will exceed the $ 1 trillion health care (sickness) industry in the next ten years. *Network Marketing Lifestyles,* 3(5), 41-49, September.

PILZER, P.Z. 2002. The wellness revolution: How to make a fortune in the next trillion dollar industry. Hoboken, New Jersey: John Wiley & Sons.

PILZER, P.Z. 2005. The perfect storm of opportunity. The emerging industries of wellness and network marketing are combining to create today's – and tomorrow's – new wealth. *Success from home*, 1(6): 69-74, December.

PILZER, P.Z. 2007. The new wellness revolution. How to make a fortune in the next trillion dollar industry. Hoboken, New Jersey: John Wiley & Sons.

PLANTE, T. G. & SHERMAN, A. C. eds. 2001. Faith and health: Psychological perspectives. New York, New York: Guilford Press.

POLIT, D.F. & BECK, C.T. 2007. Nursing research: Generating and assessing evidence for nursing. Philadelphia, Pennsylvania: Lippincott Williams and Wilkins.

POLIT, D.F. & HUNGLER, B.P. 1997. Essentials of nursing research – Methods, appraisal and utilization. Philadelphia, Pennsylvania: JB Lippincott.

POLLARD, I. 2004. Meditation and Brain Function: A Review. *Eubios Journal of Asian and International Bioethics,* 14(1):28-33, January.

POTGIETER, J. 2005. 'n Nuwe Testamentiese studie in Hermeneutiek: Die Homoseksualiteitsdebat in die Nederduitse Gereformeerde Kerk (1986-2004). Pretoria: Universiteit van Pretoria. (Proefskrif-PhD)

POWELL, A. 2001a. Quantum Psychiatry- Where Science Meets Spirit. http://www.rcpsych.au.uk/pdf/powell_QP_WSMS.pdf Date of access: 28 June 2007.

POWELL, A. 2001b. Spirituality and science: a personal view. *Advances in Psychiatric Treatment.* 7:319-321.

PRICE, D.J. 2002. Karl Barth's anthropology in light of modern thought. Grand Rapids, Michigan: Williams B Eerdmans Publishing Company.

PURDY, M. & DUPEY, P.A. 2005. Holistic Flow Model of Spiritual Wellness. *Counselling and Values*, 49 (2):95-106, January.

PUTTER, A.P.J. 2005. Die voortgesette akademiese ontwikkeling van AGS-pastore. Johannesburg: Universiteit van Johannesburg. (Proefskrif- PhD)

PUTTER, J.J.J. 2005. Diskoerse oor heling binne 'n narratief-pastorale benadering. Pretoria:

Universiteit van Pretoria. (Proefskrif-PhD)

READER'S DIGEST ASSOCIATION SOUTH AFRICA (PTY) LTD. 1998. Reader's Digest Afrikaans-Engelse woordeboek; English/Afrikaans dictionary. Cape Town.

REINECKE, M.R. 2001. Self-destruktiewe gedrag: 'n Bybelse beoordeling en -terapie. Potchefstroom: PU vir CHO. (Verhandeling - M.A.)

REINECKE, M.R. 2003. Die begrippe geestesgesondheid en geestesongesteldheid: 'n Prakties-Teologiese ondersoek met die oog op pastorale begeleiding. Potchefstroom: Potchefstroomse Universiteit vir Christelike Hoër Onderwys. (Proefskrif-PhD)

REUTERS, 2008. Davos provides platform for Humana to highlight prevention of chronic diseases. http://www.reuters.com/article/pressRelease/idUS200262+23-Jan-2008+BW20080123 Date of access: 6 June 2008.

RIEME.CO.ZA. s.a. http://www.rieme.co.za/woordeboek.asp?l=2&woord=wellness Datum van gebruik: 7 April 2008.

ROBBINS, G., POWERS, D. & BURGESS, S. 2006. A wellness way of life. Boston, Massachusetts: McGraw Hill.

ROLLER, S. 2006. Health promotion: Inspiration and wellness: Completing the mosaics. http://www.ncpad.org/wellness/fact_sheet.php?sheet=309&view=all Date of access: 6 September 2008.

ROSNOW, R.L. & ROSENTHAL, R. 1996. Beginning behavioural research. A conceptual primer. Upper Saddle River, New Jersey: Prentice-Hall.

ROTHMAN, S. & EKKERD, S. 2007. The validation of the perceived wellness survey in the South African police service. *South African Journal of Industrial Psychology*, 33(3):35-42.

RUBIN, H.J. & RUBIN, I.S. 1995. Qualitative interviewing. The art of hearing data. London: Sage Publications.

RUBIN, J. & REMEDIOS, D. 2005. The great physician's rx for health & wellness. Seven

keys to unlock your health potential. Nashville, Tennessee: Nelson Books.

RYRIE, C.C. 1972. Survey of Biblical Doctrine. Chicago, Illinois: Moody Publishers.

SARI, T. 2003. Wellness and its correlates among university students: relationship status, gender, place of residence, and GPA. Turkey: Middle East Technical University. (Thesis- M.S.)

SAVOLAINE, J. & GRANELLO, P.F. 2002. The Function of Meaning and Purpose for Individual Wellness. *Journal of Humanistic Counselling, Education and Development*, 41(2):178-189, Fall.

SCHOEMAN, O. 2005. Failure: A Pastoral Study. Potchefstroom: North-West University. (Thesis- PhD)

SCHUSTER, T.L., DOBSON, M., JAUREGUI, M. & BLANKS, R.H.I. 2004a. Wellness Lifestyles 1: A Theoretical Framework Linking Wellness, Health Lifestyles, and Complementary and Alternative Medicine. *The Journal of Alternative and Complementary Medicine.* 10(2):349-356.

SCHUSTER, T.L., DOBSON, M., JAUREGUI, M. & BLANKS, R.H.I. 2004b. Wellness Lifestyles II: Modelling the Dynamic of Wellness, Health Lifestyle Practices and Network Spinal Analysis. *The Journal of Alternative and Complementary Medicine,* 10(2): 357-367, April.

SEIDMAN, I. 1998. Interviewing as qualitative research: a guide for researchers in education and the social sciences. New York, New York: Teacher's College Press.

SIGERIST, H. 1941. Medicine and Human Welfare. New Haven, Connecticut: Yale University Press.

SILVERMAN, D. 2001. Interpreting qualitative data. London: Sage Publications.

SILVERMAN, G.S. 2006. A Public Health Perspective on the Religion - Health Connection http://www.ncjh.org/downloads/seraf-PHPerspective.pdf Date of access: 6 September 2008.

SLADDEN, J. 2006. Does the whole in health care need to be filled holistically? http://careers.bmj.com/careers/advice/view-article.html?id=1592 Date of access: 31 May 2008.

SMITH, B.J., TANG, K.C. & NUTBEAM, D. 2006. WHO Health Promotion Glossary: New terms. Oxford: Oxford University Press.

SMITH, J.A. 2003: Qualitative psychology: A practical guide to research methods. London: Sage Publications.

SMITH, S.L., MYERS, J.E., & HENSLEY, L.G. 2002. Putting More Life Into Life Career Courses: The Benefits of a Holistic Wellness Model. *Journal of College Counselling*, 5(1): 90-95, Spring.

SMUTS, J.C. 1987. Holism and evolution. Cape Town: N & S Press.

SPANGENBERG, I.J.J. 1999. Daniël. (*In* Vosloo, W. & Janse van Rensburg, F. reds. Die Bybellennium Eenvolumekommentaar. Die Bybel uitgelê vir eietydse toepassing. Vereeniging: Christelike Uitgewersmaatskappy. p. 967-993.)

STEYN, R.S. 2005. Diè Impak van die Postmodernisme op voorhuwelikse verhoudings: 'n Pastorale Studie. Potchefstroom: Noordwes – Universiteit. (Proefskrif-PhD)

STEYN, R.S. & LOTTER, G.A. 2006. Voorhuwelikse verhoudings: 'n Verkennende kwalitatiewe empiriese ondersoek. *Praktiese Teologie in Suid-Afrika*, 21(1):104-120.

STRANDBERG, E.L., OVHED, I., BORGQUIST, L. & WILHELMSSON, S. 2007. The perceived meaning of a (w)holistic view among general practitioners and district nurses in Swedish primary care: a qualitative study. http://www.biomedcentral.com/1471-2296/8/8 Date of access: 31 May 2008.

STRAUSS, D.F.M. 2002. Voorvrae rondom die geloofwaardigheid van die Bybel in 'n "postmoderne tyd". *Nederduits Gereformeerde Teologiese Tydskrif*, 43(3&4):570-592.

STROHECKER J. 2007. Whole-Person Wellness – A 21st Century Solution. http://www.ifpa-fitness.com/IFPA-FitBits/fit-

bits_archives/ifpa_fitbits_Whole_Person_Wellness.html Date of access: 6 June 2008.

STRONG, A.H. 1953. Systematic Theology. Philadelphia, Pennsylvania: Judson Press.

STRUVE, J.C. 2003. The church's role in health care. http://archive.elca.org/lutheranpartners/archives/health.html Date of access: 6 June 2008.

SWEENEY, T.J. & WITMER, J.M. 1991. Beyond social interest: Striving towards optimum health and wellness. *Individual Psychology: The Journal of Adlerian Theory, Research & Practice,* 47(4): 527-540.

SWEET, L.I. 1999. Soul Tsunami. Sink or swim in new millennium culture. Grand Rapids, Michigan: Zondervan.

SWINTON, J. & MOWAT, H. 2007. Practical theology and qualitative research. London: SCM Press.

TERREBLANCHE, M. & DURRHEIM, K. 1999. Research in practice: applied methods for the social sciences. Cape Town: University of Cape Town Press.

THOMPSON, G.G. 2000. Proclaiming the Gospel to Postmodernists. Potchefstroom: Potchefstroomse Universiteit vir Christelike Hoër Onderwys. (Thesis-PhD)

TJELTVEIT, A.C. 1989. Psychotherapeutic Triumphalism and Freedom from Mental Illness: Diverse Concepts of Mental Health. *Word and World*, 9(2):132-139.

TOLSON, C.L. & KOENIG, H.G. 2003. The healing power of prayer. The surprising connection between prayer and your health. Grand Rapids, Michigan: Baker Books.

TOPPER, C. 2003. Spirituality in pastoral counselling and the community helping professions. London: The Haworth Pastoral Press.

TOWNS, E.L. 2006. Concise Bible doctrines. Chattanooga, Tennessee: AMG Publishers.

TRAVIS, J.W. & RYAN, R.S. 2004. Wellness workbook. How to achieve enduring health and vitality. Berkeley, California: Celestial Arts.

TRAVIS, J.W. 1988. Wellness Index. Berkeley, California: Ten Speed Press.

TRAVIS, J.W., CALLANDER, M. & RYAN, R.S. s.a.a. Introduction to wellness. http://www.thewellspring.com/flex/personal-wellness/350/introduction-to-wellness.cfm Date of access: 28 June 2007.

TRAVIS, J.W., CALLANDER, M. & RYAN, R.S. s.a.b. Key Concept #1: The Illness/Wellness Continuum. http://www.thewellspring.com/wellspring/introduction-to-wellness/357/key-concept-1-the-illnesswellness-continuum.cfm Date of access: 6 June 2008.

TRAVLANG ENGLISH-AFRIKAANS ON-LINE DICTIONARY. 2000. http://dictionaries.travlang.com/EnglishAfrikaans/dict.cgi?wellness Datum van gebruik: 7 April 2008.

UYS, H. 2004. God se Apteek. Pretoria: MC Drukkers.

VAN AARDE, A. 1995. Kerk en Teologie op pad na die derde millennium: 'n Paradigmatiese verskuiwing van middelmatige aard. *Hervormde Teologiese Studies,* 51:13-38.

VAN DEN BERG, H.P. & DREYER, T.F.J. 1995. Die invloed van meta-teorieë op basisteorieë in die beoefening van die Praktiese Teologie. *Hervormde Teologiese Studies,* 51(1):207-223.

VAN DER SPUY, M.A. 1985. Die spanning tussen vryheid en formalisering ten opsigte van die liturgiese verskuiwinge binne die Apostoliese Geloof Sending van Suid-Afrika. Pretoria: Universiteit van Suid-Afrika. (Verhandeling – MTh)

VAN DER WALT, E.J. 2006. Verwysings. Potchefstroom: Noordwes Universiteit.

VAN JAARSVELD, P. 2003. Die hart van 'n wenner. Ontwikkel jou emosionele intelligensie. Wellington: Lux Verbi.

VAN NIEKERK, A.A. 2008. Is die sorg om lewenskwaliteit die moeite werd? *Tydskrif vir Geesteswetenskappe,* 48(3): 326-337, September.

VAN RENSBURG, F.J. 2006. Die tydgerigtheid van die Bybel en die etiek van Bybellees: respons op die artikel van Gerrie Snyman. *In die Skriflig,*40(4):745-769.

VAN TEIJLING E.R. & HUNDLEY, V. 2001. The importance of pilot studies. http://sru.soc.surrey.ac.uk/SRU35.pdf Date of access: 12 December 2008.

VAN ZYL, A.H. 1997. Die Bybel verklaar: 1983-vertaling. Kaapstad: Lux Verbi (*In* Libronix Digital Library System.)

VAN ZYL, J.D. 2004. 'n Kwalitatiewe ondersoek na die selfagting van psigoterapeutiese pasiënte. Pretoria: Universiteit van Suid-Afrika. (Proefskrif- PhD)

VANHOOZER, K.J., ed. 2005. Dictionary for the Theological Interpretation of the Bible. Grand Rapids, Michigan: Baker Academic.

VENTER, C.J.H. 1993. Basisteoretiese perspektiewe op kommunikasie in die bediening. *In die Skriflig*, 27(2):247-260.

VENTER, C.J.H. 1995. Die Woord in die werklikheid. Wetenskapsteoretiese Perspektiewe op Diakoniologie. *In die Skriflig*, 29(1&2):181-202, Maart/Junie.

VENTER, C.J.H. 1996. Uitkringende liefdesbetoon: Kommunikatiewe handelinge in diens van die onderlinge liefdesgemeenskap in die kerk. Pretoria: Raad vir Geesteswetenskaplike Navorsing.

VENTER, C.J.H. 2005. Aspekte van emosionele intelligensie in die lewe van die nuwe mens. *In die Skriflig*, 39(1):1-25.

VENTER, P.M. 1999. Spreuke. (*In* Vosloo, W. & Janse van Rensburg, F., reds. Die Bybellennium Eenvolumekommentaar. Die Bybel uitgelê vir eietydse toepassing. Vereeniging: Christelike Uitgewersmaatskappy. p. 708-734.)

VERGEER, W.C. 1999. 2 Timoteus. (*In* Vosloo, W. & Janse van Rensburg, F., reds. Die Bybellennium Eenvolumekommentaar. Die Bybel uitgelê vir eietydse toepassing. Vereeniging: Christelike Uitgewersmaatskappy. p. 1643-1657.)

VISAGIE, J. 1996. Paradigma-verandering en die effek daarvan op die kerk. *Acta Theologica,* 16(2):81-86.

VIVIERS, H. 1999. Job. (*In* Vosloo, W. & Janse van Rensburg, F., reds. Die Bybellennium Eenvolumekommentaar. Die Bybel uitgelê vir eietydse toepassing. Vereeniging: Christelike Uitgewersmaatskappy. p. 561-599.)

VORSTER, J.M. 1996. Is die kerk funksioneel? Gedagtes oor Gereformeerde kerkvernuwing in 'n post-moderne konteks. Potchefstroom: Departement Sentrale Publikasies van PU vir CHO.

VOS, B 1997. Laatkommers en Loodswaaiers. Pretoria: J.L. van Schaik.

VOS, C.J.A. 1995. Die blye tyding: Homiletiek uit 'n hermeneutiese-kommunikatiewe perspektief. RGN-studies in die Praktiese Teologie. Pretoria: RGN-Uitgewers.

VOSLOO, W. & JANSE VAN RENSBURG, F. 1999. Die Bybellennium Eenvolumekommentaar. Die Bybel uitgelê vir eietydse toepassing. Vereeniging: Christelike Uitgewersmaatskappy.

VOSLOO, W. & JANSE VAN RENSBURG, F. 2007. Die Bybel in Praktyk. Vereeniging: Christelike Uitgewersmaatskappy.

WADSWORTH, Y. 1997. Everyday evaluation on the run. Sydney: Alken.

WALTER, S. s.a. Holistic health. http://www.ahha.org/articles.asp?Id=85 Date of access: 25 April 2008.

WARREN, R. 2007. The purpose driven church: Growth without compromising your message and mission. Kaapstad: Struik Christian Books.

WEBB, P. 1994. Teaching and learning about health and illness. (*In* Webb, P., ed. Health promotion and patient education: A professional's guide. London: Chapman & Hall. p. 21-37.)

WEBSTER'S ONLINE DICTIONARY. 2008. http://www.websters-online-dictionary.org/definition/wellness Date of access: 28 April 2008.

WEIL, A. 1997. Health and Healing. London: Clays Ltd.

WHO kyk WORLD HEALTH ORGANIZATION.

WIERSBE, W. W. 2001. Angry People. Grand Rapids, Michigan: Baker Books.

WIJNBEEK, M. 2009. Die plek van die vrou in die kerk. *Beeld*: 4,14 Julie.

WIKIPEDIA. 2008. Holism. http://en.wikipedia.org/wiki/Holism Date of access: 18 May 2008.

WILDERS, C.J. 2002. Fisieke aktiwiteite se verband met leefstyl, gesondheid en geestelike welstand by dames. Potchefstroom: Potchefstroomse Universiteit vir Christelike Hoër Onderwys. (Proefskrif-PhD)

WILKINSON, J. 2003. Direct observation. (*In* Breakwell, G.M., Hammond, S. & Fife-Schaw, C. eds. Research methods in psychology. London: Sage Publications. p. 224-238.)

WILLIAMS, D.R. & STERNTHAL, M.J. 2007. Spirituality, religion and health: evidence and research directions. http://www.mja.com.au/public/issues/186_10_210507/wil11060_fm.html Date of access: 6 June 2008.

WILMOVSKY, B. 2006. Dream health. How to live a healthy, balanced life in an unbalanced world. Lake Mary, Florida: Siloam.

WITMER, J.M. & SWEENEY, T.J. 1992. A holistic model for wellness and prevention over the life span. *Journal of Counselling and Development*, 71(2):140-148, November/December.

WORDNET3.0 ONLINE. 2006. http://dictionary.reference.com/browse/wellness Date of access: 8 April 2008.

WORLD ECONOMIC FORUM. 2007. An ounce of prevention, a pound of certainty.

http://www.weforum.org/en/media/Latest%20Press%20Releases/An_Ounce_of_Prevention Date of access: 6 June 2008.

WORLD ECONOMIC FORUM. 2008. Working towards wellness: practical steps for CEO's. http://www.weforum.org/pdf/Wellness/Practical_steps.pdf Date of access: 6 January 2009.

WORLD HEALTH ORGANIZATION. 1946. Constitution of the World Health Organization. http://whqlibdoc.who.int/hist/official_records/constitution.pdf Date of access: 8 May 2008.

WORLD HEALTH ORGANIZATION. 1986. The Ottawa Charter for Health Promotion. http://www.who.int/healthpromotion/conferences/previous/ottawa/en/ Date of access: 8 May 2008.

WORLD HEALTH ORGANIZATION. 1998. Health promotion glossary. Geneva: WHO.

WORLD HEALTH ORGANIZATION/ WORLD ECONOMIC FORUM. 2008. Preventing noncommunicable diseases in the workplace through diet and physical activity : WHO/WEF report of a joint event. http://www.weforum.org/pdf/Wellness/WHOWEF_report.pdf Date of access: 6 January 2009.

WORLD HEART FEDERATION. 2007. Working towards wellness. http://www.worldheart.org/publications/heart-beat-e-newsletter/heart-beat-octobernovember-2007/in-this-issue/working-towards-wellness-in-china/ Date of access: 6 June 2008.

WRIGHT, N.T. 1999. The Bible in the post modern world. http://www.biblicaltheology.ca/blue_files/The%20Bible%20for%20the%20Post%20Modern%20World.pdf Date of access: 6 June 2008.

ZERFASS, R. 1974. Praktische Theologie als handlungswissenschaft. (*In* Klostermann, F.F. & Zerfass, R., red. Praktische Theologie heute. München: Kaiser. p. 164-177.)

# BYLAES

## Bylaag A: Toestemmingsbrief vir navorsingsondersoek

### DEEL 1: Algemene Projekinliging

### AANSOEK OM U TOESTEMMING TE VERKRY VIR U DEELNAME AAN DIE NAVORSINGSPROJEK

Geagte Pastoor

Ek is 'n PhD (Pastoraal) student aan Noordwes-Universiteit Potchefstroomkampus, tans besig met 'n navorsingsprojek wat handel oor 'n welheidsbediening van AGS-pastore in 'n stedelike konteks. Die navorsing vind plaas onder supervisie van Professor dr. G.A. Lotter.

Die navorsingsdoel is om aan te toon dat 'n prakties-teologiese welheidsbediening deur AGS-pastore in 'n stedelike konteks noodsaaklik is en dat 'n model vir sodanige bediening geformuleer kan word. Ek wil dus vasstel wat die stand van 'n welheidsbediening deur AGS-pastore in 'n stedelike konteks is en aanbevelings maak vir die uitbou van sodanige programme tot voordeel van die indivuduele gemeente maar ook in kerkverband.

Om die studie te voltooi benodig ek onderhoude met geordende AGS-pastore in 'n stedelike konteks. Die een-tot-een onderhoude, waartydens 'n paar vrae gevra sal word, sal ongeveer 50 minute duur en sal op oudioband opgeneem word. Die onderhoud sal plaasvind op 'n plek en tyd wat vir u gerieflik is. Agtergronds inligting oor die konsep welheid en die navorsingsvrae sal voor die onderhoude verskaf word. Geen monitêre vergoeding word aangebied vir die deelname aan die projek nie.

Om die anonimiteit van die persone te verseker onderneem ek dat persoonsname en plekke nie in die navorsingstuk genoem sal word nie. Sodra die oudiobande getranskribeer is, sal dit in 'n brandkluis gehou word. Die getranskribeerde materiaal sal slegs deur myself en twee onafhanklike kodeerders hanteer word.

Indien u toestemming verleen tot deelname aan genoemde studie, word u versoek om die algemene beginsels in deel 2 noukeurig deur te lees en om die toestemmings vorm te onderteken. U is welkom om my te kontak vir verdere navrae.

Die langtermyn voordele van so 'n studie is dat die bevindinge gebruik kan word om riglyne daar te stel vir 'n model vir 'n welheidsbediening.

Louise Lovell
(Navorser)
Kontakbesonderhede:
E-pos: louise@kentek.co.za

## DEEL 2: Algemene Beginsels

**Aan die ondertekenaar van die toestemming vervat in Deel 3 van hierdie dokument:**

U word uitgenooi om deel te neem aan die navorsingsprojek soos beskryf in Deel 1 van hierdie ingeligte toestemmingsvorm. Dit is belangrik dat u ook die volgende algemene beginsels, wat op alle deelnemers aan ons navorsingsprojekte van toepassing is, sal lees en verstaan:

1. Deelname aan die projek is heeltemal vrywillig en geen druk, hoe subtiel ook al, mag op u geplaas word om deel te neem nie.
2. Dit is moontlik dat u persoonlik nie enige voordeel uit u deelname aan die projek sal trek nie, alhoewel die kennis wat deur middel van die projek opgedoen mag word vir ander persone of gemeenskappe tot voordeel mag strek. In uitsonderlike gevalle waar u wel persoonlike finansiële vergoeding vir u deelname sou ontvang, is hierdie gewoonlik vir vervoer om deel te neem en vir persoonlike onderhoud (bv. etes) tydens u deelname. U mag nie omgekoop word om deel te neem nie.
3. Dit staan u vry om uself te enige tyd, sonder opgawe van redes, aan die projek te onttrek en u sal op geen wyse daardeur benadeel word nie. U mag ook versoek dat u data nie verder in die projek gebruik mag word nie en/of dat enige biologiese monsters vernietig moet word. U word egter vriendelik versoek om nie sonder deeglike besinning aan die projek te onttrek nie, aangesien dit o.a. die statistiese betroubaarheid van die projek nadelig mag beïnvloed.
4. Deur toe te stem tot deelname aan die projek, gee u ook toestemming dat die data wat gegenereer sal word deur die navorsers vir wetenskaplike doeleindes na goeddunke gebruik kan word, met die voorbehoud dat dit vertroulik sal wees en dat u naam nie sonder u toestemming met enige van die data verbind sal word nie.
5. Die NWU Etiekkomitee, Medisynebeheerraad, Dept. Gesondheid en/of 'n geregtelike hof mag toegang tot inligting versoek om die etiese verantwoordbaarheid van praktyke te verseker / ondersoek, in belang van die deelnemers èn die publiek.
6. U sal op versoek toegang tot u eie data kan verkry, tensy die Etiekkomitee tydelike nie-bekendmaking goedgekeur het (in laasgenoemde geval sal die redes in Deel 1 aan u verduidelik wees).
7. 'n Samevatting van die aard van die projek, die potensiële risiko's, faktore wat moontlik ongerief of ongemak vir u kan veroorsaak, die voordele wat verwag kan word en die bekende en/of waarskynlike permanente nagevolge wat u deelname aan die projek op u as deelnemer mag hê, word in Deel 1 hiervan vir u uiteengesit.
8. U word aangemoedig om op enige stadium enige vrae wat u in verband met die projek en die prosedures in verband daarmee mag hê aan die Projekhoof of medewerkers te stel, wat u navrae graag sal beantwoord. Hulle sal ook die projek volledig met u bespreek.

9. Indien u minderjarig is, is die skriftelike toestemming van u ouer of wettige voog nodig alvorens u aan hierdie projek mag deelneem asook u (skriftelik indien moontlik) vrywillige instemming om deel te neem – geen dwang mag op u geplaas word nie.

10. Die projekdoelwitte kom altyd sekondêr tot u welstand en daar sal altyd in u beste belang bo dié van die projek opgetree word.

11. Geen projek mag aanvang neem alvorens dit deur die etiekkomitee goedgekeur is nie. Die Projekhoof moet verder enige nadelige effekte wat tydens die uitvoering van die projek ervaar word volledig en onverwyld aan die voorsitter van die Etiekkomitee rapporteer. Indien daar enige onvoorsiene ernstige nadelige effekte tydens die projek waargeneem word, mag dit nodig wees dat die projek onmiddellik getermineer word.

## DEEL 3: Toestemming

Titel van die Projek:

'n Welheidsbediening deur AGS-pastore in 'n stedelike konteks

Ek, die ondergetekende

**Volle name & Van**

het die voorafgaande gegewens in verband met die projek, soos bespreek in ***Deel 1*** en ***Deel 2*** van hierdie ingeligte toestemmingsvorm, gelees en ook die mondelinge weergawe daarvan aangehoor en ek verklaar dat ek dit verstaan. Ek het ook elke bladsy van ***Deel 1*** en ***Deel 2*** geparafeer. Ek was die geleentheid gegun om tersaaklike aspekte van die projek met die Projekhoof te bespreek en ek verklaar hiermee dat ek vrywillig aan die projek deelneem.

2 0 _ _ - _ _ - _ _
c c y y m m d d

**Handtekening van Deelnemer** **Datum**

Onderteken te

**Plek van Ondertekening**

**Getuies**

| 2 | 0 | | | - | | | - | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| c | c | y | y | | m | m | | d | d |

**Handtekening van Getuie 1**
**(tolk, indien van toepassing)**

**Datum**

Onderteken
te

**Plek van Ondertekening**

| 2 | 0 | | | - | | | - | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| c | c | y | y | | m | m | | d | d |

**Handtekening van Getuie 2**

**Datum**

Onderteken
te

**Plek van Ondertekening**

# Inligting vir 'n steekproefprofiel

Geagte Pastoor

Sal u asseblief so gaaf wees om die volgende inligting te verskaf, wat weergegee sal word as die profiel van die steekproef. Geen name sal genoem word nie en net soos die onderhoud sal hierdie inligting konfidensieel behandel word.

NAAM:------------------------------------------------------------------

OUDERDOM:------------------------------------------------------------

GESLAG:--------------------------------------------------------------

JARE IN BEDIENING:-------------------------------------------------

KWALIFIKASIES:-----------------------------------------------------

SPREEK TAAL:---------------------------------------------------------

VOLTYDS OF DEELTYDSE BEDIENING:------------------------------

Baie dankie

Louise Lovell
(navorser)

**Bylaag C: Protokol vir die onafhanklike kodeerder ten opsigte van data-analise**

# WERKSPROTOKOL VIR DIE ONAFHANKLIKE KODEERDER TEN OPSIGTE VAN DATA-ANALISE

Geagte Kollega

Volg asseblief die volgende agt stappe van Tesch (in Creswell, 1994:154-155) in die onderhoudsanalise en generering van afleidings van die transkripsies. (CRESSWELL, J. W. 1994. Research Design: Qualitative and Quantitative Approaches. Thousand Oaks: Sage Publications.)

- Alle transkripsies en notas word aandagtig deur gelees. Idees word neergeskryf soos daar gelees word, sodat 'n geheelbeeld verkry kan word.
- Een van die onderhoude word deeglik deurgewerk om aan die onderliggende betekenis van die onderhoud aandag te gee. Betekenisse word onderstreep en kantaantekeninge word gemaak oor verskillende gedagtes.
- Wanneer deur 'n aantal onderhoude gelees is, word 'n lys gemaak van temas wat herhaaldelik voorkom. Dit word gekategoriseer in hoof temas, sub temas en oorblywende temas.
- Die lys van kodes word terug geneem na die data toe. 'n Kode word aan elke tema toegeken en daarna word die kodes langsaan die toepaslike dele van die teks geskryf. Daar word spesifiek gekyk of enige nuwe temas of kategorieë te voorskyn kom.
- Woorde wat die temas die beste beskryf word in kategorieë geplaas deur groepe te maak van die temas wat verwantskappe toon.
- Daar word besluit op afkortings vir die kategorieë en die kodes word in alfabeties volgorde geplaas.
- Data word gesorteer wat by elke kategorie pas en 'n voorlopige analise word gedoen.
- Indien nodig, kan die data herkodeer word.

Dankie by voorbaat

Louise Lovell