

**‘N EMPIRIESE ONDERSOEK NA PROBLEME
EN STRES WAT SWART VROULIKE
HUISWERKERS ONDERVIND**

LYDIA DE VILLIERS

B.Sc (Huishoudkunde) Honns.

Verhandeling goedgekeur as gedeeltelike nakoming van die vereistes
vir die graad Magister in Huishoudkunde
in die Fakulteit Natuurwetenskappe
van die Potchefstroomse Universiteit vir Christelike Hoër Onderwys

Stuðieleier: Prof. A.M. van Aardt

Hulpleier: Dr. J.F. Cronjé

Potchefstroom

Junie 1997

DANKBETUIGINGS

Ek wil graag bedank

- My studieleier, prof. Annette van Aardt, vir die besondere wyse waarop sy positiewe en bekwame leiding gegee het;
- My hulpleier, dr. Freek Cronjé, vir sy kundige raad en steun;
- Prof. H.S. Steyn en Piro Engelbrecht van die Statistiese Konsultasiediens, PU vir CHO, vir hulle hulp met die statistiese verwerking van die data;
- Adéle du Plessis, vir die taalversorging van die verhandeling;
- Dr. Giel Vermeulen vir die Tswanavertalings;
- Die personeel van die Ferdinand Postma Biblioteek vir hulp met die literatuurstudie;
- Al die huiswerkers wat die vraelys voltooi het;
- Al die werkgeefsters wat goedgeunstiglik toegelaat het dat ek hul huiswerkers toets;
- My suster, Ina Everson, vir haar ondersteuning;
- My ouers vir hulle aanmoediging, liefde en ondersteuning; en
- My man, Theo vir sy liefde, begrip en opofferings, waarsonder hierdie studie nie moontlik sou gewees het nie.
- Die Sentrum vir Wetenskapontwikkeling (RGN) vir finansiële steun. Menings uitgespreek en gevoigtrekkings is dié van die outeur en moet nie noodwendig met die SWO verbind word nie.

Aan God alle eer

ABSTRACT

AN EMPIRICAL INVESTIGATION INTO THE PROBLEMS AND STRESS EXPERIENCED BY BLACK DOMESTIC WORKERS

In the RSA, the course of history determined that black women have to earn their livelihood as domestic workers. Any family can be seen as a subsystem with a structural-functional coherence. The domestic worker's position in this subsystem can be analysed successfully on the basis of Talcott Parsons's AGIL paradigm, according to which any social system, such as the family, must comply with four functional prerequisites in order to satisfy the needs of the system. These functions are the adaptation function, the goal attainment function, the integration function and the latency function.

In this family subsystem various stressors such as individual, family and job-related stressors may be encountered by the domestic worker. The reaction to stressors is influenced by stress mediation skills. The consequences of stress can be either positive, eliciting optimum productivity, or negative, causing distress, illness and eventually burn-out.

The aim of this study was to investigate the typical problems and stress experienced by these women at work and at home and the relation between stress and the four functional prerequisites of the AGIL paradigm.

The method included the use of a structured questionnaire and two validated stress tests, namely the Berocca Calcium Stress Index and the Pines tests. A random sample of 250 domestic workers in Potchefstroom was chosen and tested by means of an interview.

The results indicated that more than half of the respondents were between 20 and 35 years of age, with an education level between standards 3 and 5. About a third resided in squatters' settlements and 84% had a total family income of less than R1 000 per month. Travelling to and from their work was time-consuming and expensive. Problems they encountered at home included too much work, too little time spent at home, worries about care of their children and little time for socialising. More than half of the respondents' stress levels fell in the "unhealthy stress" category. It was clear that most of the stress generating factors were overcome through effective adaptation. Specific goals such as higher compensation and education were not achieved. The integration function operated well, as illustrated by the close-knit integration of the domestic workers with their family and the community. Cultural diffusion contributed to the coping with stress, which emphasizes the importance of the latency function.

INHOUDSOPGAWWE

Dankbetuigings	iii
Abstract	v
Lys van Figure	xv
Lys van Tabelle	xvii
Lys van Bylaes	xix
Literatuurverwysings	125
HOOFSTUK 1: PROBLEEMSTELLING, DOELSTELLINGS EN NAVORSINGSMETODOLOGIE	1
1.1 INLEIDING	1
1.2 PROBLEEMSTELLING	1
1.3 DOELSTELLINGS	3
1.4 SENTRALE TEORETIESE STELLINGS	4
1.5 NAVORSINGSRAAMWERK	4
1.6 NAVORSINGSMETODOLOGIE	6
1.6.1 Literatuurstudie	6
1.6.2 Empiriese ondersoek	6
1.7 BEGRENSING VAN DIE STUDIE	7
1.7.1 Teoretiese begrensing	7
1.7.2 Empiriese begrensing	7

1.8	AANNAMES	7
1.9	OORSIG OOR DIE VERHANDELING	7
HOOFSTUK 2: DIE GESIN: 'N FUNKSIONALISTIESE ONTLEDING		9
2.1	INLEIDING EN BEGRIPSOMSKRYWING	9
2.2	FUNKSIONELE VOORVEREISTES VIR DIE SWART GESIN	10
2.2.1	Inleiding	10
2.2.2	Die aanpassingsfunksie	11
2.2.3	Die doelbereikingsfunksie	14
2.2.4	Die integrasiefunksie	16
2.2.5	Die patroonhandhawing- en spanningsbeheer-funksie	20
2.3	SAMEVATTING	25
HOOFSTUK 3: STRESERVARING EN DIE HANTERING DAARVAN, MET SPESIALE VERWYSING NA DIE SWART HUIS- WERKER		26
3.1	INLEIDING	26
3.2	BEGRIPSOMSKRYWINGS	27
3.3	STRESERVARING	28
3.3.1	Positiewe en negatiewe effekte van stres	28
3.3.1.1	Die alarmreaksie	29
3.3.1.2	Die weerstandfase	29
3.3.1.3	Die fase van algehele uitputting	30

3.4	STRESERVARING VAN DIE SWART HUISWERKER	30
3.4.1	Bronne van stres	31
3.4.1.1	Individuele stressor	31
	(i) Demografiese eienskappe	32
	(ii) Fisiologiese faktore	34
	(iii) Psigologiese aspekte	34
3.4.1.2	Stressors afkomstig uit die gesin	34
	(i) Die huiswerker se verhouding met haar man/vriend of enkelouerskap	34
	(ii) Ontwikkelingstadium en aantal kinders	35
	(iii) Ander inwoners in die huiswerker se huis	36
	(iv) Finansiële omstandighede en die persepsie daarvan	36
.....		
3.4.1.3	Stressors uit die werksituasie	37
	(i) Gebrek aan opleiding en status	37
	(ii) Diskriminasie	37
	(iii) Swak kommunikasie	37
	(iv) Stereotipering	37
	(v) Roloorlading en taakkompleksiteit	38
	(vi) Rolkonflik	38
	(vii) Rolonsekerheid	38
	(viii) Frustrasie	39
	(ix) Omgewingsprobleme	40

3.4.2	Stresbemiddelingsvaardighede	40
3.4.2.1	Die bevordering van kritiese en kreatiewe denkvaardighede	40
3.4.2.2	Selfkennis	41
3.4.2.3	Selfbeheervaardighede	42
3.4.2.4	Interaksievaardighede	42
3.4.2.5	Versorgingsvaardighede	43
3.4.2.6	Probleemoplossings- en handelingsvaardighede	43
3.4.3	Die gevolge van stres	44
3.4.3.1	Positiewe gevolge: goeie gesondheid en geestelike groei	45
3.4.3.2	Negatiewe gevolg: stresopeenhoping, distres en siektes	46
	(i) Fisiologiese siektes	47
	(ii) Psigologiese reaksies op stres	48
3.4.3.3	Uitermatige negatiewe gevolge: Uitbranding	51
	(i) Begripsomskrywing	51
	(ii) Simptome van uitbranding	52
3.5	SAMEVATTING	56
 HOOFSTUK 4: EMPIRIESE ONDERSOEK EN RESULTATE		58
4.1	INLEIDING	58
4.2	KEUSE VAN RESPONDENTE EN STEEKPROEF	58
4.3	MEETINSTRUMENT	59
4.4	STRUKTURERING VAN DIE MEETINSTRUMENT	59
4.4.1	Die vraelys	59

4.4.2	Die "Berocca Stress Index"	60
4.4.3	Die Pines-strestoets	61
4.5	NAVORSINGSPROSEDURE	64
4.6	VERWERKING VAN RESULTATE	64
4.7	VOORSTELLING EN ANALISE VAN DIE EMPIRIESE BEVINDINGE	64
4.8	RESPONSE OP DIE VRAELYS	65
4.8.1	Afdeling A: Demografiese gegewens	65
4.8.2	Afdeling B: Beroep	68
4.8.3	Afdeling C: Eie huishouding	76
4.8.4	Afdeling D: Eggenoot	79
4.8.5	Afdeling E: Kinders	81
4.8.6	Afdeling F: Getal gesinslede en ander inwoners	83
4.8.7	Afdeling G: Betrokkenheid by die samelewing	85
4.8.8	Afdeling H: Kompensasiepraktyke	86
4.9	RESULTATE VAN DIE STRESTOETSE	87
4.10	GELDIGHEID EN BETROUBAARHEID VAN DIE STRESTOETSE IN HIERDIE STUDIE	88
4.10.1	Betroubaarheid	88
4.10.1.1	Betroubaarheid van die Pines-strestoets	89
4.10.1.2	Betroubaarheid van die Berocca stresindeks.....	89
4.10.2	Geldigheid	89
4.10.2.1	Inhoudsgeldigheid	89
4.10.2.2	Konstruktiewe geldigheid	90

4.11	STATISTIESE BETEKENISVOLLE VERBANDE TUSSEN STREESTELLINGS EN PERSOONLIKE VERANDERLIKES VAN RESPONDENTE	92
HOOFSTUK 5: SAMEVATTING, GEVOLGTREKKINGS EN AANBEVELINGS		
5.1	ORIËNTERING TEN OPSIGTE VAN DIE STUDIE	94
5.2	LITERATUUROORSIG	94
5.3	GEVOLGTREKKINGS	96
5.3.1	Die mate van stres wat deur swart huiswerkers met jong kinders in Potchefstroom ondervind word (Doelstelling 1.3.1)	96
5.3.2	Faktore wat 'n rol speel by die stres wat swart vroulike huiswerkers in Potchefstroom ondervind (Doelstelling 1.3.2)	102
5.3.2.1	Demografiese profiel (Doelstelling 1.3.2.1)	102
5.3.2.2	Beroepsverwante faktore (Doelstelling 1.3.2.2)	103
5.3.2.3	Persoonlike huishoudelike omstandighede (Doelstelling 1.3.2.3)	105
5.3.2.4	Persoonlike gesinsomstandighede (Doelstelling 1.3.2.4)	106
5.3.2.5	Die uitgebreide gesin-situasie (Doelstelling 1.3.2.5)	107
5.3.3	Kompensasiepraktyke wat swart vroulike huiswerkers aanwend om hul stres te verlig (Doelstelling 1.3.3)	108
5.4	AANBEVELINGS	109
5.4.1	Stresvlakke	109
5.4.2	Faktore wat stres kan verminder	110
5.4.3	Kompensasiepraktyke as teenwig vir stres	112
5.4.4	Verdere navorsing	112

5.5	SLOT	112
	LITERATUURVERWYSINGS	125

LYS VAN FIGURE

FIGUUR 1.1	
Die navorsingsraamwerk	5
FIGUUR 2.1	
Die AGIL-paradigma.....	11
FIGUUR 2.2	
Die gesin as subsisteem en tradisionele geslagsrolle.....	13
FIGUUR 3.1	
Die verband tussen spanning en produktiwiteit.....	29
FIGUUR 3.2	
Streservaring van die swart huiswerker.....	31
FIGUUR 3.3	
Positiewe en negatiewe gevolge van stres.....	45
FIGUUR 4.1	
Woonplek van die respondente (Vraag 5)	68
FIGUUR 4.2	
Begrip van opdragte van werkgewer (Vraag 6).....	68
FIGUUR 4.3	
Maandelikse inkomste van respondente (Vraag 8)	70
FIGUUR 4.4	
Gesamentlike maandelikse inkomste van huisgesinne (Vraag 9)	71
FIGUUR 4.5	
Vervoermiddels na en van die werk (Vraag 11)	73

FIGUUR 4.6	
Maandelikse onkoste aan vervoer (Vraag 12)	74
FIGUUR 4.7	
Tydsduur van rit na werk (Vraag 13)	75
FIGUUR 4.8	
Aantal respondente wat tevrede is met hul eie huishouding (Vraag 19)	79
FIGUUR 4.9	
Hulpverlening deur die respondente se eggenote (Vraag 21)	80
FIGUUR 4.10	
Tevredenheid met die versorging van kinders (Vraag 26)	82
FIGUUR 4.11	
Tyd in die gemeenskap bestee (Vraag 29)	85

LYS VAN TABELLE

TABEL 4.1	
Ouderdom van respondente en hulle mans, indien getroud (Vraag 1)	65
TABEL 4.2	
Opvoedkundige kwalifikasies van respondente en hulle eggenotes, indien getroud (Vraag 2)	66
TABEL 4.3	
Hoeveelheid respondente met mans of mansvriende wat by hulle inwoon (Vraag 3)	66
TABEL 4.4	
Aantal kinders in verskillende ouderdomsgroepe (Vraag 4)	67
TABEL 4.5	
Tipe huiswerk deur respondente verrig (Vraag 7)	69
TABEL 4.6	
Dae van die week en aantal ure per dag wat huiswerkers werk (Vraag 10)	72
TABEL 4.7	
Gesondheidsprobleme deur respondente ondervind (Vraag 14)	75
TABEL 4.8	
Evaluering van die hoeveelheid werk wat die respondente se eie huise (Vraag 15)	76
TABEL 4.9	
Aspekte wat die huiswerkers se werkstaak sal verlig (Vraag 16)	76
TABEL 4.10	
Respondentevaluering van hul eie kombuise (Vraag 17)	77
TABEL 4.11	
Hulpverlening met huishoudelike take (Vraag 18)	77

TABEL 4.12	
Tevredenheid met die hoeveelheid tyd per dag saam met eggenoot (Vraag 20)	79
TABEL 4.13	
Eggenoot se houding teenoor respondent se werk (Vraag 22)	80
TABEL 4.14	
Tevredenheid met tyd aan kinders bestee (Vraag 23)	81
TABEL 4.15	
Getal voorskoolse kinders (Vraag 24)	81
TABEL 4.16	
Versorging van voorskoolse kinders (Vraag 25)	81
TABEL 4.17	
Inwoners in die respondent se huis (Vraag 27)	83
TABEL 4.18	
Houding oor ander inwoners (Vraag 28)	84
TABEL 4.19	
Kompensasiepraktyke deur respondente gebruik (Vraag 30)	86
TABEL 4.20	
Stresvlakke van die respondente volgens die Berocca stresindeks.....	87
TABEL 4.21	
Stresvlakke van die respondente volgens die Pines-strestoets	88
TABEL 4.22	
Enkele statisties betekenisvolle verbande tussen strestellings en persoonlike veranderlikes van respondente	93

LYS VAN BYLAES

BYLAE 1

Vraelys	114
---------------	-----

BYLAE 2

Berocca Calcium-strestoets	121
----------------------------------	-----

BYLAE 3

Pines-strestoets	124
------------------------	-----

HOOFSTUK 1

PROBLEEMSTELLING, DOELSTELLINGS EN NAVORSINGS- METHODOLOGIE

1.1 INLEIDING

Regoor die wêreld is huishoudelike werk een van die beroepe wat grootliks deur vroue gevul word (Meleis & Bernal, 1995:393). In 1990 het 800 000 mense in die RSA hulle in die rol van huishoudelike werkers bevind (Boberg, 1990:43). Volgens advokaat Meintjies-Van der Walt (1989:28) was 88% van alle huiswerkers tot onlangs swart, en van dié swart werkers was 88% vroue. Sy wys daarop dat die vroue meestal tydelike werk kry, omdat geglo word dat hulle gou sal trou of indien hulle reeds getroud is, kinders sal hê. Die gevolg hiervan is dat hulle dikwels lae lone, onbestendige en selfs onaangename werk moet aanvaar. Die aard van vrouwees, ras, klas en groot mate van ongeletterdheid, is faktore wat verband hou met die rede dat so baie swart vroue huishoudelike werk verrig. Volgens Delpont (1990:6) definieer historici en sosioloë 'n *huiswerker* as iemand wat haarself uitsluitlik met die persoonlike behoeftes van 'n werkgewer en sy gesin besig hou, sodanig dat 'n verhouding van persoonlike afhanklikheid van die werkgewer ontstaan. Huiswerkers is in ontwikkelde, sowel as ontwikkelende lande, lede van 'n groot, ongeorganiseerde arbeidsmag wat swak geregleer is en onder 'n groot potensiaal vir uitbuiting gebuk gaan (Meleis & Bernal, 1995:394).

1.2 PROBLEEMSTELLING

Swart vroulike huiswerkers het 'n dubbele werksrol om te vervul, omdat hulle hul eie, sowel as die werkgewer se huishoudings moet hanteer. In hierdie situasie ervaar hulle dikwels konflik tussen die twee rolle, byvoorbeeld wanneer hulle die werkgewer se kinders moet versorg, terwyl hulle dikwels intens bekommerd is oor die veiligheid of

Hoofstuk 1:

versorgingsomstandighede van hulle eie kinders tuis (Meintjies-Van der Walt, 1989:32). Roloorlading is nog 'n faktor wat tot hierdie werkerskorps se stres kan bydra (Maforah, 1993:5). Hulle betree soggens dikwels 'n werkgewer se huis wat in 'n wanordelike toestand aan hulle oorgelaat word om netjies gemaak te word, terwyl 'n reeks addisionele opdragte, wat hulle in 'n beperkte tyd moet uitvoer of waaroor hul andersins lang en ongereelde ure moet swoeg, ook nog gegee word (Delpont, 1990:5). By hul eie huise het hulle ook 'n veeleisende verantwoordelikheid as huishouer en moeder, 'n taak wat hulle dikwels met min hulp van huisgenote uitvoer (Piechowski, 1992:134; Benzley, 1990:26; Mederer, 1993:136).

'n Menigte ander faktore dra volgens die literatuur tot die stres van swart vroulike huiswerkers by. Een hiervan is die feit dat huishoudelike werk harde werk is, wat in 'n mate onsigbaar is en nie as waardevol geag word nie. Huishoudelike werk word in talle samelewings as een van die beroepe met 'n baie lae status beskou. Die nodige erkenning vir hierdie beroep ontbreek dus dikwels (Meleis & Bernal, 1995:393). Nog 'n stresvolle faktor is die lae lone wat aan hierdie tipe werk gekoppel is (Delpont, 1990:5). Swart huiswerkers het dikwels groot gesinne en moet soms as enkelouers met hierdie karige salaris vir voedsel, klere en huisvesting sorg. Ander stresvolle aspekte wat in 'n onlangse studie deur Meleis en Bernal (1995:396) geïdentifiseer is, is die feit dat werkgewers verwag dat huiswerkers stiptelik betyds vir werk sal wees, ongeag die feit dat hulle van wisselvallige en onbetroubare openbare vervoer afhanklik is en dan soggens baie vroeg moet opstaan om betyds by die werk te wees, dat hulle nie betaalde siekverlof mag neem, of tuis mag bly as hulle kinders siek is nie, dat hulle finansiële aanspreeklik gehou word vir breekskade én dat hulle nie met respek behandel word nie en dikwels nie vertrou word nie.

Uit die voorafgaande inligting met betrekking tot probleme wat swart huiswerkers wêreldwyd ondervind, het vroeë aangaande stres wat swart huiswerkers in Potchefstroom mag ervaar, by die navorser ontstaan. Die volgende probleemvraag is vir die doel van hierdie studie geformuleer:

- Lei swart huiswerkers met kinders onder sestien jaar in Potchefstroom aan stres, en indien wel, in watter mate?
- Watter faktore speel 'n rol by die stres wat bogenoemde huiswerkers ondervind?

- Wat is enkele van die kompensasiëpraktyke wat bogenoemde swart huiswerkers aanwend om hul stres te verlig?

1.3 DOELSTELLINGS

Oorkoepelende doelstelling:

Om te bepaal watter mate van stres swart vroulike huiswerkers met kinders onder sestien jaar in Potchefstroom ondervind, watter faktore 'n rol daarby speel, die verband tussen hierdie faktore en die funksionele voorvereistes van die AGIL-paradigma (kyk Figuur 2.1) en hoe die huiswerkers poog om die stres te hanteer.

Subdoelstellings:

Ten einde die oorkoepelende doelstelling te kan ondersoek, is subdoelstellings gestel, naamlik om te bepaal:

1.3.1 Watter mate van stres ondervind die swart huiswerker met jong kinders in Potchefstroom, en watter verband hou hierdie stres met die funksionele voorvereistes van die AGIL-paradigma, naamlik die aanpassingsfunksie, die doelbereikingsfunksie, die integrasiefunksie en die patroonhandhawing- en spanningsbeheerfunksie?

1.3.2 In watter mate speel die volgende faktore 'n rol by die stres wat swart huiswerkers ondervind?

- 1.3.2.1 Demografiese profiel.
- 1.3.2.2 Beroepsverwante faktore.
- 1.3.2.3 Persoonlike huishoudelike omstandighede.
- 1.3.2.4 Persoonlike gesinsomstandighede.
- 1.3.2.5 Die uitgebreide gesin-situasie.

1.3.3 Wat is enkele van die kompensasiëpraktyke wat swart huiswerkers aanwend om hul stres te verlig?

1.4 SENTRALE TEORETIESE STELLINGS

- Swart huiswerkers met kinders onder sestien jaar ervaar in 'n mindere of meerdere mate stres.
- Aangesien die vier funksionele voorvereistes van die AGIL-paradigma (kyk 1.3.1, asook 2.2.1) noodsaaklik is vir die doelmatige en effektiewe funksionering van 'n Sosiale sisteem, dus ook dié van die swart gesin, sal stres by die swart huiswerker met kinders onder sestien jaar met hierdie funksionele voorvereistes verband hou.
- Faktore wat moontlik met hierdie huiswerkers se stres verband kan hou, is persoonlike faktore, beroepsverwante faktore en huishoudelike en gesinsomstandighede, wat die uitgebreide gesin-situasie insluit.
- Sekere kompensasiepraktyke word deur swart huiswerkers met kinders onder sestien jaar aangewend om stres te hanteer.

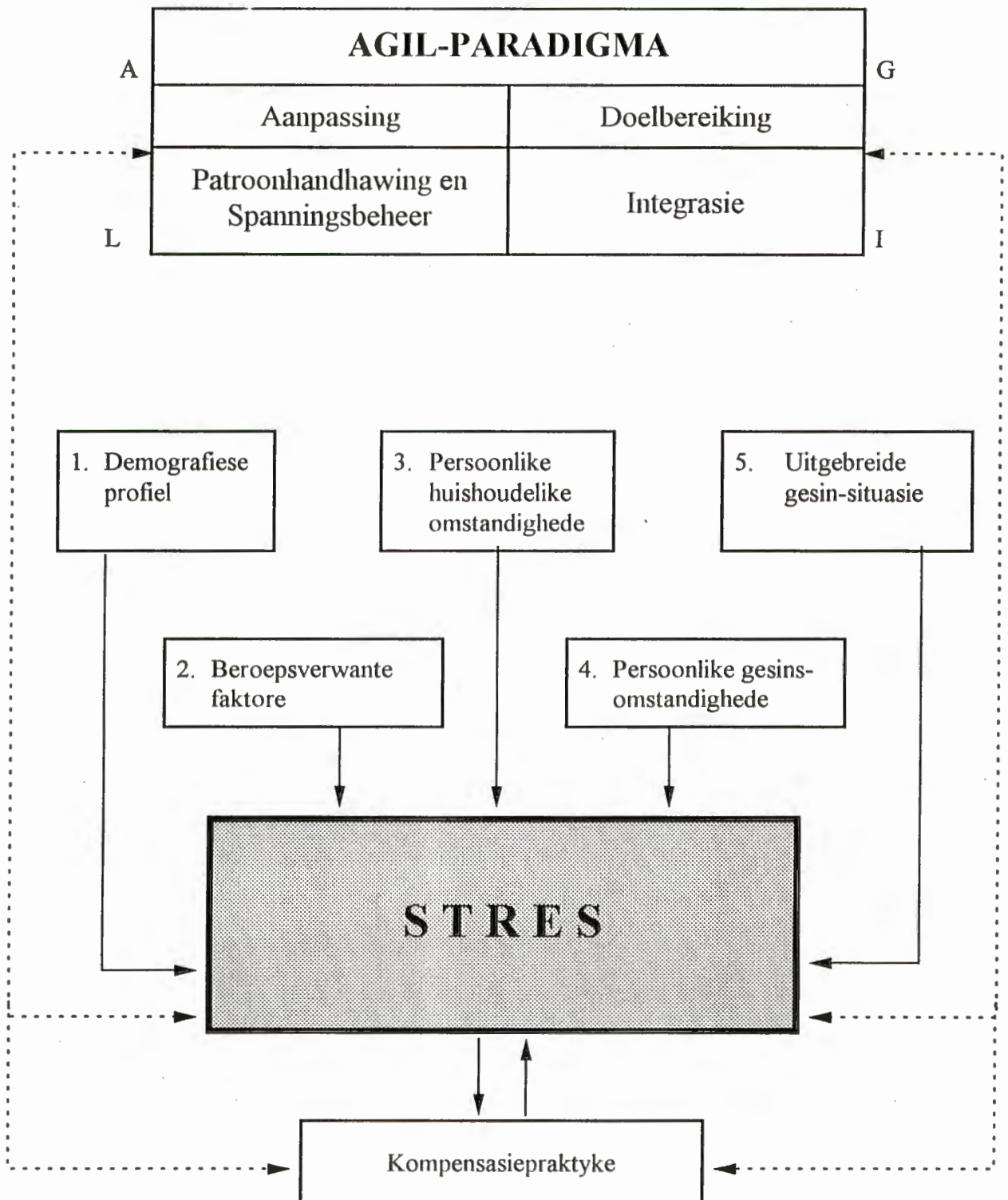
1.5 DIE NAVORSINGSRAAMWERK

Die bogenoemde probleemvrae, oorkoepelende doelstelling, subdoelstellings en sentrale teoretiese stellings is gebruik om die onderstaande navorsingsraamwerk (kyk Figuur 1.1) te ontwerp.

Die motivering vir die gebruik van bogenoemde navorsingsraamwerk is die volgende:

Die AGIL-paradigma as funksionele model, met die vier funksionele voorvereistes, is by uitnemendheid geskik om die problematiek betreffende stres by die swart huiswerker met jong kinders te ondersoek. Omdat hierdie vier funksies 'n bydrae tot die stabiliteit en orde in enige sosiale sisteem lewer (Rocher, 1972:40), het die navorser dit nodig geag om die funksionering van die swart huiswerker met kinders onder sestien jaar in beide haar werksituasie (2) en haar tuisomgewing (3, 4 en 5) aan die hand van hierdie paradigma te ontleed. Die demografiese profiel (1) van die huiswerker sal uiteraard 'n rol speel by beide werks- en tuisomgewings. Op hierdie wyse kan die rol van die verskillende faktore wat tot die stres van die huiswerker bydra, asook moontlike kompensasiepraktyke, ondersoek en verklaar word.

Figuur 1.1: Die navorsingsraamwerk



1.6 NAVORSINGSMETODOLOGIE

Die studie bestaan uit twee afdelings:

- 'n Literatuurstudie.
- 'n Empiriese studie.

1.6.1 Literatuurstudie

Die literatuurstudie is in hoofstukke 2 en 3 verdeel.

Hoofstuk 2 het ten doel om die rol van die swart huiswerker met kinders onder sestien jaar in die gesinsopset aan die hand van die vier funksionele voorvereistes van Talcott Parsons se AGIL-paradigma te ontleed.

Hoofstuk 3 het ten doel om streservaring en hantering daarvan in 'n werksituasie, met spesiale verwysing na die swart vroulike huiswerker, te bespreek.

Die konseptualisering van relevante begrippe wat by die onderskeie hoofstukke tuishoort, word in die literatuurstudie self geplaas ter wille van integrering en deur middel van donker druk beklemtoon.

1.6.2 Empiriese ondersoek

Kwantitatiewe navorsing is vir die uitvoering van hierdie studie gebruik. Vir die empiriese ondersoek (hoofstuk 4) is 'n vraelys, gebaseer op die navorsingraamwerk (kyk Figuur 1.1), ontwerp en deur middel van onderhoudvoering aan swart vroulike huiswerkers in Potchefstroom voorgelê om in te vul. Die vraelys is daarop gemik om faktore wat tot die stres van die huiswerkers kan bydra, asook enkele kompensasiëpraktieke wat hulle aanwend om stres te verlig, te ondersoek. Verder is van twee gevalideerde stresindekse, naamlik die van *Pines* en die van *Berocca-Calcium*, gebruik gemaak om die stres wat hierdie huiswerkers ondervind, te bepaal. Die vraelys asook die twee strestoetse word in bylaes 1, 2 en 3 weergegee.

1.7 BEGRENSING VAN DIE STUDIE

1.7.1 Teoretiese begrening

Die studie word beperk tot 'n literatuurstudie rakende die moontlike probleme wat 'n swart vroulike huiswerker met kinders onder sestien jaar tuis en in werksverband mag ondervind, en die bydraes daarvan tot stres.

1.7.2 Empiriese begrening

Slegs swart vroulike huiswerkers wat in tradisioneel blanke woongebiede in Potchefstroom werk en kinders onder 16 jaar het, het aan die studie deelgeneem. 'n Ewekansige steekproef van 250 respondente is getrek.

1.8 AANNAMES

- Daar is aanvaar dat nie alle huiswerkers kon lees en skryf nie, daarom is die studie by wyse van onderhoudvoering uitgevoer.
- Daar is aanvaar dat al die respondente Engels, Afrikaans of Tswana magtig is.
- Daar is aanvaar dat die respondente die vrae soos in die taal van hul keuse deur die navorser aan hulle gestel is, begryp het en korrek geïnterpreteer het.
- Daar is aanvaar dat die respondente al die vrae eerlik en opreg beantwoord het.

1.9 OORSIG OOR DIE VERHANDELING

Hierdie studie word in vyf hoofstukke uiteengesit:

- Hoofstuk 1 handel oor die aktualiteit en probleemstelling, doelstellings, sentrale teoretiese stellings, die navorsingsraamwerk, navorsingsmetodologie, begrening en aannames van die studie.

Hoofstuk 1:

- Hoofstuk 2 handel oor die vier funksionele voorvereistes soos deur Parsons gestel, met verwysing na die swart vroulike huiswerker se gesinsituasie.
- Hoofstuk 3 handel oor die streservaring en die hantering daarvan in 'n werksituasie, met spesiale verwysing na die swart vroulike huiswerker.
- Hoofstuk 4 verduidelik die metode van die empiriese ondersoek en gee die resultate en bespreking daarvan weer.
- Hoofstuk 5 behels die samevatting, gevolgtrekkings en aanbevelings van die studie.

HOOFSTUK 2

DIE GESIN: 'N FUNKSIONALISTIESE ONTLEDING

2.1 INLEIDING EN BEGRIPSOMSKRYWING

Die doel met hierdie hoofstuk is om die gesin aan die hand van die vier funksionele voorvereistes van die AGIL-paradigma (Parsons *et al.*, 1953:183-185) te ontleed en hierdie teorie toe te pas op die rol van die swart vroulike huiswerker met kinders onder sestien jaar. Relevante konsepte vir die doel van hierdie hoofstuk word deurgaans waar dit ter sprake is, in donker druk uitgelig en omskryf.

Die gesin vorm een van die belangrikste boustene van die samelewing. Vir die gladde en effektiewe funksionering van die samelewing is dit van groot belang dat die gesin kerngesond moet wees. Die gesin is bepalend vir 'n verskeidenheid van fasette wat ten nouste verweef is met effektiewe samelewingsfunksionering, byvoorbeeld die sosialisering van die kind, die moontlike geleentheidstruktuur vir verdere studie en opleiding van kinders, sosiale klas, godsdienstige oriëntasie, ensovoorts (vergelyk Bell, 1983:14). In werklikheid is die gesin 'n subsisteem wat weer opgebou is uit kleiner verhoudingsisteme, naamlik die man-vrou-verhoudingsisteem en die ouer-kind-verhoudingsisteem.

Uiteraard bestaan daar nie 'n enkele definisie vir so 'n komplekse subsisteem soos die gesin nie. Om egter 'n konseptuele omlyning hiervan te maak, veral vir die doeleindes van hierdie studie, word op die volgende standpunte gelet. Parsons (1956a:10) sien die *gesin* as 'n eenheid bestaande uit ouers en hulle afhanklike kinders, wat 'n wooneenheid deel. Dié sisteem is ekonomies onafhanklik en word grootliks deur die vader onderhou. Broderick (1984:4) beskou die gesin as die mees populêre leefwyse vir volwassenes om met 'n maat van die teenoorgestelde geslag, tesame met hulle afhanklike kinders, saam te leef. Die *tradisionele swart gesin* woon in stamverband saam met ander gesinne in 'n sogenaamde

“stat”. Die man, as hoof van die gesin, het een of meer vrouens en woon saam met hulle kinders sowel as ander lede van die uitgebreide gesin.

Die swart gesin, wat in hierdie studie aan die orde gestel word, kom tot stand deur die huwelik tussen ‘n man en ‘n vrou volgens die voorgeskrewe reëls van die betrokke gemeenskap en bestaan dus uit ‘n man, sy vrou en hul kinders (Steyn & Breedt, 1977:242).

Die swart gesin wat by hierdie studie betrek is, verskil radikaal van die tradisionele swart gesin. Dié gesin het in ‘n groot mate verstedelik, sommige tradisionele waardes en kultuurgebruike is afgesweer en die formele arbeidsmark is in baie gevalle deur beide egliede betree. Sommige gesinne in die ondersoekgroep is kerngesinne, sommige enkelouergesinne en enkele saamgestelde of uitgebreide gesinne (byvoorbeeld die vrou en haar suster en dié se kinders).

Omdat die gesin so ‘n verneme instelling is en in harmonieuse samehang met ander instellings vervleg is, kan die *funksionalistiese perspektief* by uitnemendheid gebruik word om sekere fasette van die gesin teoreties te beskryf en te verklaar (kyk Figuur 1.1).

2.2 FUNKSIONELE VOORVEREISTES VIR DIE SWART GESIN

2.2.1 Inleiding

Die situasie van die huiswerker (kyk paragraaf 1.1 vir definisie) kan met sukses ontleed word aan die hand van die AGIL-paradigma van Talcott Parsons, wat afgelei is uit sy handelingsverwysingsraamwerk. Volgens Parsons *et al.* (1953:183-85) is daar vier funksionele voorvereistes (funksies) waaraan ‘n subsisteem, byvoorbeeld die gesin, moet voldoen ten einde die behoeftes van die Sosiale sisteem te bevredig, naamlik:

'n Aanpassingsfunksie¹ (A)

'n Doelbereikingsfunksie (G)

'n Integrasiefunksie (I)

'n Patroonhandhawing- en spanningsbeheerfunksie (L)

Rolle, kollektiwiteite, norme en waardes (Parsons, 1966:19), wat struktuurkomponente van die Sosiale sisteem is, dra daartoe by dat elke subsisteem aan die toegeskrewe funksionele vereistes voldoen.

Skematies kan die funksionele voorvereistes van die Sosiale sisteem soos volg voorgestel word:

Figuur 2.1 Die AGIL-paradigma

A	AANPASSING	DOELBEREIKING	G
L	PATROONHANDHAWING EN SPANNINGSBEHEER	INTEGRASIE	I

Vervolgens sal bogenoemde funksionele voorvereistes bespreek word en toepassings gemaak word.

2.2.2 Die aanpassingsfunksie

Volgens Parsons *et al.* (1953:183) en Parsons (1971:5,27) impliseer suksesvolle *aanpassing* van die sisteem by die eksterne omgewing die in pas koming met minder soepele en stresvolle werklikheidsvereistes.

Die subsisteme in hierdie studie (die swart gesin asook die werkgewergesin) moet dus aanpassings met betrekking tot die breër sosiale en nie-sosiale omgewing kan maak ten einde hul voortbestaan te verseker. Demografiese gegewens is in hierdie studie ingesamel om hierdie mate van aanpassing te ondersoek. Skaars en verhandelbare goedere, soos

¹ Die AGIL-paradigma is van die beginletters van die Engelse ekwivalente afgelei: A-adaptation, G-goal attainment, I-integration, L-latency (wat patroonhandhawing en spanningsbeheer insluit).

dienslewering en vergoeding, word ook deur die aanpassingsfunksie geïmpliseer (vergelyk ook Steyn & Van Rensburg, 1985:151). Ten einde die aanpassingsfunksie met betrekking tot vergoeding te ondersoek, is vraag 8 in die vraelys gestel en die resultate met die stestellings gekorreleer.

Rolspanning en rolkonflik het na vore gekom as gevolg van die aanpassing (of wanaanpassing) by die eksterne omgewing (die aanpassing van die swart huiswerker by die wit gesin).

Die vernaamste akteur en *rolspeler* in die onderhawige studie is die swart huiswerker. *Rolle*, as een van die struktuurkomponente wat deur Parsons (1966:19) geïdentifiseer word, verleen uiteraard aanpasbaarheid, stabiliteit, harmonie en interne soepelheid aan die sisteem. Wanneer die rolle in 'n bepaalde sisteem of interaksiesituasie onder druk kom, is die logiese uitvloeisel daarvan dat die strukturele samehang van die sisteem in gedrang kom. Sodanige toedrag van sake bring die aanpassingsfunksie sterk na vore ten einde die rolle aan te pas by die vereistes van die eksterne omgewing.

Rol word sosiologies gedefinieer as die gedragsverwagtinge, verpligtinge en voorregte wat gekoppel is aan 'n bepaalde status (vergelyk Wallace & Wallace, 1989:55; Henslin, 1995:96). Die inhoudelike van die definisie lig ondubbelsinnig die dilemma van die tersaaklike rolspeler (die swart huiswerker) uit. Omstandighede bring mee dat haar verwagte rolgedrag, -verpligtinge en -voorregte in haar verskillende rolle nie tot die optimum realiseer nie as gevolg van haar gebrekkige aanpassing by die eksterne omgewing. Dit lei uiteraard tot stres en onbehaaglike rolvervulling.

Afgesien van ander rolkonsepte² wat ook ter sake is, is veral *rolspanning* en *rolkonflik* duidelik by die ondersoekgroep waargeneem (vergelyk hoofstuk 4). Hierdie spanning en konflik verg uiteraard geweldige aanpassing vir die swart huiswerker. **Rolspanning ontstaan wanneer een rol konflikterende handeling vereis** (Theodorson & Theodorson, 1970:356; Wallace & Wallace, 1989:58-59). Swart huiswerkers ervaar en beleef dikwels verskillende en soms teenstrydige verwagtinge binne die arbeidsrol, wat spanning genereer.

² Rolspelers ervaar ook *rolvaagheid*, *rolverwardheid*, *roloorlading*, ensovoorts. By sommige respondente is 'n *gebrek aan rolkonsensus* ook te bespeur (vergelyk hoofstuk 4).

So byvoorbeeld kan die werkgewer verwag sy moet kapokaartappels voorberei, terwyl die kinders aartappelskyfies wil hê. Nog 'n voorbeeld: die werkgewer kan verwag dat die huiswerker die ete moet voorberei, terwyl haar eggenoot opdrag gee dat sy die pakkies uit die motor moet laai. Vrae 7 en 15 is in die vraelys ingesluit met die doel om die moontlike voorkoms van rolspanning te ondersoek.

In die Sosiologie impliseer *instrumentele rol* die werklike vereiste en funksionele rol - tradisioneel dié van die man. Die *ekspressiewe rol* is komplementêr tot die instrumentele rol en dui die meer emosioneel gekleurde vereistes van die rol aan - tradisioneel deur die vrou vertolk (vergelyk ook Lasswell & Lasswell, 1991:52).

Die gesin bestaan uit sosiale verhoudingsisteme byvoorbeeld dié van man-vrou, vader-moeder en ouer-kind (Parsons, 1956b:37). Parsons (1956a:22) wys verder daarop dat die vier roltipes van vader, moeder, seun en dogter onderskei word op grond van generasie en geslag (vergelyk ook Cronjé, 1991:89). Diagrammaties kan dit soos in Figuur 2.2 voorgestel word (Parsons, 1956b:46).

Figuur 2.2 Die gesin as subsisteem en tradisionele geslagsrolle

	Instrumenteel	Ekspressief
Mags-as	Vader (man) Superieur	Moeder (vrou) Superieur
	Seun (broer) Inferieur	Dogter (suster) Inferieur
	Geslags-as	

Laswell en Laswell (1991:52) bevestig dat die tradisionele geslagsrolle aansienlike verandering ondergaan het in die vier dekades sedert Parsons en Bales (1956) dit ontleed het. Afgesien van die tradisionele rolle van moeder, eggenote en huisvrou (ekspressief), is die swart vrou nou ook buitenshuise werker (instrumenteel).

Hierdie stand van sake bring toenemend *rolkonflik* te weeg, veral namate samelewings meer kompleks en gespesialiseerd raak. ***Rolkonflik dui op konflik en onversoenbaarheid tussen die verskillende rolle van die rolbekleër (Theodorson & Theodorson, 1970:354; Wallace & Wallace, 1989:58).*** So byvoorbeeld beskik die swart huiswerker minstens oor die rolle van werknemer, eggenote, moeder, huisvrou (in haar eie huishouding) en uitgebreide gesinslid. Om reg aan elk van 'n persoon se veelvuldige rolle te laat geskied, is een van die algemeenste oorsake van stres in moderne samelewings (vergelyk ook Tischler, 1996:150). Die mate waarin die swart huiswerker se eie huishoudelike situasie tot rolkonflik bydra en hoedanige aanpassing plaasgevind het, is deur vrae 4, 8 en 9 en 15 - 26 in die vraelys getoets.

Rolspanning en rolkonflik wat aanleiding gee tot stres, ondermyn uiteraard die belangrike *aanpassingsfunksie* van die swart gesin.

Vervolgens gaan die doeltrefferfunksie aan die orde gestel word.

2.2.3 Die doeltrefferfunksie

Alle handeling en aspekte wat meehelp dat die huiswerker haar doelstellings kan bereik, kan met die *doeltrefferfunksie* van Parsons (1971:5) in verband gestel word. Volgens Parsons *et al.* (1953:184) behels *doeltreffering* intrinsieke en ander vergoeding soos gratifikasie, asook prestasie en spesifiekheid (vergelyk ook Rocher, 1972:42). Sekere hulpbronne en energie word deur die persoonlikheid geaktiveer en gemobiliseer om mee te help dat die doelstellings van die huiswerker bereik word (vergelyk ook Steyn & Van Rensburg, 1985:151). Vraag 2 en vraag 8 in die vraelys sal aangewend word om aspekte van doeltreffering van die swart huiswerker, naamlik vergoeding en hulpbronne, te ondersoek.

Soos reeds gestel, staan die bereiking van doelstellings in noue verband met die persoonlikheid soos deur Parsons (1971:4) geïdentifiseer. Vir die huiswerker as die handelende akteur, dui persoonlikheid op (vergelyk Steyn & Van Rensburg, 1985:29,56)

- die wyse waarop handeling (met ander woorde werkstake asook huishoudelike take tuis) gerangskik word sodat dit haar spesifieke behoeftes bevredig, (kyk vraag 7 in vraelys) en op

- die samehorigheid en integrasie deur die bevrediging van behoeftes. Om hierdie behoeftes te bevredig moet die huiswerker die nodige motivering hê.

Die huiswerker moet dus gemotiveerd wees om 'n sukses van die twee huishoudings te maak en om na die beste van haar vermoë haar pligte uit te voer. Vraag 19 in die vraelys toets hierdie aspek.

Ten einde doelstellings te kan bereik moet die akteur, in hierdie geval die huiswerker, op 'n sekere wyse ten opsigte van die situasie (die werksituasie van die swart huiswerker) georiënteerd wees. Oriëntasie vind plaas om

- te onderskei en die verband tussen verskillende objekte aan te toon,
- die doelstellings, byvoorbeeld die geluk van alle gesinslede, te bereik,
- vergoeding te ontvang - die huiswerker ontvang byvoorbeeld vergoeding³ vir haar werk in die blanke huis, of om ook verlies te lei (Parsons & Shils, 1951:68).

Spesifieke doelstellings wat ook deur die swart huiswerker bereik moet word, is onder andere die volgende (vergelyk ook Johnson, 1986:207):

- Voeding en algemene versorging van haar gesinslede (vergelyk vrae 20, 23, 25 en 26 in vraelys).
- Beskerming, veiligheid en sekuriteit.
- Ondersteuning van waardes.
- Sosialisering⁴.
- Gemeenskapsbetrokkenheid (vergelyk vraag 29 in die vraelys).

Uit bogenoemde blyk dat doelbereiking as funksionele voorvereiste van kardinale belang is vir verwesenliking en stabiliteit in die swart gesin.

Die integrasiefunksie sal vervolgens skerp in fokus geplaas word.

³ Vergelyk 2.2.4 waar positiewe sanksionering behandel word.

⁴ Sosialisering is daardie punt wat 'n kind moet bereik ten einde 'n volwasse en verantwoordelike rol in die samelewing te speel. Ten einde genoemde inskakeling te bewerkstellig is dit noodsaaklik dat *waardes, geloofsoortuigings, taal en ander simbole* in die persoonlikheidsstelsel geïnternaliseer word (Parsons *et al.*, 1953:23; Cooley, 1964:81-135).

2.2.4 Die integrasiefunksie

Hoewel die twee huishoudings (die blanke en die swart huishouding) fisies en geografies van mekaar geskei is, is daar uiteraard onderlinge samewerking en wisselwerking tussen die twee groepe aktEURS en bestaan daar 'n gestruktureerde menslike simbiose tussen die twee sub sisteme.

Ten einde genoemde verweefdheid, ewewigtigheid en harmonie prakties tot uitvoering te bring, moet die konsep *integrasiE* - een van die funksionele vereistes waaraan 'n sisteem aldus Parsons moet voldoen (vergelyk Figuur 2.1) - op die voorgrond tree. Parsons *et al.* (1953:184,185) stel dit dan ook dat 'n gedetermineerde stel verhoudinge tussen die aktEURS geslaagde integrasiE impliseer.

In funksionalistiese konteks sal *integrasiE* kortliks dui op die gehegtheid aan en kohesie tussen verskillende aktEURS (vergelyk Zelditch, 1956:404). Die integrasiefunksie kan beskou word as die stabiliserende funksie wat die solidariteit van die sisteem in stand hou (vergelyk ook Cronjé, 1986:25). Die onderskeie rolle, rolverwagtinge en ander rolkonsepte⁵ is dus in integrerende sin ook ter sprake. Rolspanning en rolkonflik is juis deels die gevolg van gebrekkige integrasiE. Die sosiale rolstelle van die twee groepe aktEURS moet op 'n delikate wyse met mekaar geïntegreer word. So byvoorbeeld word die blanke werkgewer en die swart huiswerker onderskeidelik by 'n groep mense geïntegreer wat in 'n besondere verhouding tot mekaar staan en waar sekuriteit, sorg en liefde gevind kan word (vergelyk ook Steyn *et al.*, 1987:83). Die swart huiswerker se integrasiE met haar eie gesin, ander inwoners in haar huis, asook met die samelewing is vir die doel van hierdie studie deur vrae 20, 21, 23 en 27-29 in die vraelys getoets.

Die integrasiE binne sosiale netwerke gaan hand aan hand met waarde⁶- en normstelsels. Sosiologies gesproke is *norme* spesifieke geskrewe en ongeskrewe gedragsreëls wat toepaslike gedrag in sekere situasies uitspel - norme rig en reguleer dus interaksiesituasies (Conklin, 1987:66; Ferrante, 1992:88; Stark, 1992:42; Kammeyer *et al.*, 1994:62; Henslin, 1995:42). Teen die agtergrond van bostaande definisie, is dit

⁵ Vergelyk 2.2.2

⁶ In 2.2.5 word verdere aandag aan waardestelsels gegee.

vanselfsprekend dat riglyne en verwagtinge vir interaksiesituasies binne die werkgewerhuiswerkerssub sisteem, verskillend deur verskillende normstelsels uitgestippel kan word. Die praktiese vergestaltung van hierdie gedifferensieerde *norminterpretasie* sal voorts belig word aan die hand van 'n fynere ontleding van norme.

Hoofsaaklik word daar onderskei tussen *formele* en *informele norme*. *Formele norme* is norme wat verwys na alle geskrewe en formele voorskrifte vir gedrag (Du Toit & Van Staden, 1989:30). In die wisselwerkingsproses tussen die werkgewer en die huiswerker staan die rol en plek van formele norme duidelik uit. Sommige daarvan is *algemene norme* - norme wat algemeen geldend en wydtreffend is (daar word byvoorbeeld nie op openbare vakansiedae gewerk nie), terwyl ander weer *beperkte norme* is - norme wat 'n beperkte toepassingsfeer en trefkrag het (die huiswerker werk byvoorbeeld slegs op Maandae en Vrydae).

Huber en Sack (1993:118-125) stip 'n hele aantal sake binne die werkgewer-werknemerverhouding aan wat deur formele norme (algemeen en beperk) gerig en gereguleer word. 'n *Dienskontrak* sou onder andere die volgende aspekte insluit:

- Bepaalde ure wat gewerk word.
- Vergoedings- en verlofpakket.
- Vervoertoelaag.
- Kos en akkommodasie.
- Kleredrag (uniform of oorrok).
- Dissiplinêre stappe.

Vrae 8 en 10-12 in die vraelys ondersoek enkele van hierdie aspekte.

Nuwe arbeidswetgewing (wat die dienskontrak insluit) en die Handves van Menseregte sal ook pertinent aan sake soos die reg van die individu, onbillike arbeidspraktyke en regstellende aksies aandag kan gee.

By nadere ondersoek blyk dit dat 'n groot persentasie rolspanning (en daarmee gepaardgaande stres) uit die interpretasie van die formele normstelsel ontstaan. Ter illustrasie van bogenoemde kan gewys word op die verskillende sieninge van tydsbegrip en stiptelikheid. Hoewel die dienskontrak werksure, etenstye, verlof, ensovoorts duidelik bepaal, is daar tog

konflik tussen die werkgewer en die huiswerker betreffende die uitvoering daarvan. 'n Verdere voorbeeld is dat daar sekere take (deur die kontrak uitgespel) is wat die werkgewer *elke* dag gedoen wil hê, maar wat slegs *van tyd tot tyd* deur die huiswerker gedoen word. 'n Moontlike verklaring is geleë in een van die kenmerke van formele norme (vergelyk Steyn & Van Rensburg, 1985:41), naamlik dat 'n ontwikkelde bevolking meer en meer komplekse formele norme sal hê as onderontwikkelde of ontwikkelende bevolkings (vergelyk ook 2.2.5 waar die kwessie van *kultuur* aan die orde kom).

Informele norme daarenteen is ongeskrewe en gewoontelike *reëls* en *wette* in die samelewing, maar is soms meer gevestig en bindend as formele norme (vergelyk Conklin, 1987:66; Light *et al.*, 1989:82). Informele norme, wat ook verdeel kan word in algemene en beperkte norme, sluit voorbeelde in soos ongeskrewe reëls (waar daar byvoorbeeld van die huiswerker verwag word om posstukke en pakkies in ontvangs te neem), gewoontes (soos om op vasgestelde tye tee en koffie te drink), gebruike (soos om by 'n netjies gedekte tafel te eet), tradisies (soos om 'n groot maaltyd op 'n Sondag te nuttig), etiket (soos om mekaar te groet), ensovoorts.

Verskillende kulturele verwysingsraamwerke (vergelyk 2.2.5) impliseer noodwendig verskillende informele norme, wat vergestaltung vind in verskillende gewoontes en gebruike. Die verskillende en soms teenoorgestelde rolgedrag van die twee stelle akteurs bring mee dat stres in die sisteem oplaai.

As voorbeelde van hierdie verskillende informele norme wat in die rollestel van werkgewer en huiswerker aangetref word, kan die volgende genoem word:

- Die huiswerker berei die kos by haar eie huis anders voor as by die blanke huishouding (gebruike).
- Nadat die huiswerker skoongemaak en afgestof het, rangskik sy baie keer meubels en ornamente op haar eie manier (gewoontes).
- Begrafnisse, verjaarsdae en Kersfees word op 'n eiesoortige wyse deur die huiswerker en die werkgewer gevier (tradisies).

Die afwyking van informele norme word eweneens as 'n oortreding beskou en is ook strafbaar (op informele wyse) soos in die geval van die oortreding van 'n formele norm. Voortvloeiend hieruit sal daar vervolgens aandag aan *sanksies* gegee word.

'n *Sanksie* is 'n meganisme wat toesien en meehelp dat aan norme gekonformeer word. Sanksies kan op *formele* of *informele* wyse beslag vind (vergelyk Conklin, 1987:66, 67; Light *et al.*, 1989:184; Wallace & Wallace, 1989:34). Informele sanksies behels byvoorbeeld dat daar op 'n informele manier opgetree word as norme oortree word, byvoorbeeld indien die werknemer laat kom vir haar werk kan sy aangespreek word deur die werkgever. Formele sanksies behels onder andere dat daar, volgens die dienskontrak, geld van die huiswerker se salaris afgetrek word in sekere gevalle. Hieruit blyk duidelik dat sanksies eweneens 'n *integreerende rol* vervul.

Aldus Du Toit en Van Staden (1989:32) word **positiewe en negatiewe sanksies aangetref**. Deur middel van 'n *positiewe sanksie* word goedkeuring en ooreenstemming in interaksiesituasies bevestig. Meer populêr uitgedruk, kan gestel word dat 'n persoon 'n beloning vir *regte* gedrag ontvang. Die salaris van die huiswerker, haar bonus (byvoorbeeld Kers- en verjaardaggeskenke), ander byvoordele (byvoorbeeld reisgeld), ensovoorts, is voorbeelde van *formele* positiewe sanksionering. *Informele* positiewe sanksionering kan in die vorm van kos, tydskrifte, ou klere, aanmoediging en prys voorkom.

Negatiewe sanksies is 'n strafmeganisme en kan eweneens formeel of informeel aangewend word. 'n Voorbeeld van *formele* negatiewe sanksionering is wanneer van die huiswerker se geld afgetrek word (volgens die dienskontrak). Indien strenger optrede deur die werkgever toegepas word en die huiswerker ferm aangespreek word, is *informele* negatiewe sanksionering aan die orde. Wanneer die huiswerker afgedank word, tree die mees ekstreme vorm van formele negatiewe sanksionering na vore.

Dit blyk dus duidelik dat daar 'n fyn genuanseerde en geïntegreerde balans tussen die verskillende *sosiale netwerke* in die algemeen en verskillende *normstelsels* in die besonder moet wees om stres te verminder ten einde 'n sisteem te laat voortbestaan. Die belangrikheid van die *totale integrasieproses* word duideliker wanneer Parsons *et al.* (1953:98) stel dat die bereiking van 'n nulpunt met betrekking tot dié funksie, die einde van 'n sisteem sal verseker.

Laastens sal die patroonhandhawing- en spanningsbeheerfunksie tesame met ander tersaaklike konsepte onder die loep geneem word.

2.2.5 Die patroonhandhawing- en spanningsbeheerfunksie

Afgesien van integrasieprosesse rakende verskillende sosiale netwerke (vergelyk 2.2.4) en gemeenskaplike doelstellings wat in die huishoudingssubstelsel bereik moet word (vergelyk 2.2.3) en juis as gevolg van gebrekkige aanpassing ten opsigte van rolspanning en rolkonflik (vergelyk 2.2.2), is dit nodig dat die patroonhandhawing- en spanningsbeheerfunksie in werking tree. Volgens Steyn en Van Rensburg (1985:150-151) behels hierdie *latensiefunksie* enersyds meganismes van sosialisering waardeur norme in die persoonlikhede van die deelnemende lede ingebou moet word en andersyds meganismes wat verseker dat lede dié normatiewe gedragpatrone steeds as legitiem moet beskou.

Buiten die *basiese patrone* (byvoorbeeld werkpatrone, vakansiedae, ensovoorts, kyk vraag 10) wat gehandhaaf moet word, is dit verder van belang om *motiverings- en kulturele patrone* gedurende tydperke wanneer interaksie gestaak word, in stand te hou (vergelyk Parsons et al., 1953:185-187). Stres, as gevolg van faktore soos siektes, wegblyksies en kinders wat nie na behore versorg word nie (vrae 4 en 24-26 in die vraelys) kan interaksiestakings tot gevolg hê. Alvorens interaksie plaasvind, sal patroonhandhawing- en spanningsbeheerhandelinge nie die stelsel tot aanpassing, doelbereiking of integrasie beweeg nie, maar sal dit in dieselfde latente patroonmatige staat bly. Volgens Parsons *et al.* (1953:187) is die primêre betekenis wat hierdie funksie vir 'n stelsel inhou, dus in die latente patroonmatige reservoier en ook in die geïnhibeerde motiveringspotensiaal geleë wat dit vir die akteur het.

Soos reeds aangetoon, is die patrone wat gehandhaaf moet word, ten nouste verwant aan *kultuur*. Rocher (1972:42) toon juis aan dat die patroonhandhawing- en spanningsbeheerfunksie die kontakpunt is tussen 'n stelsel en die simboliese en kulturele universum. Uiteraard speel *waardes* hier 'n belangrike rol ten einde 'n stelsel stabiel en funksioneel te laat voortbestaan.

Omdat verskillende en wyduiteenlopende *waardestelsels* vele van die rolspanning en -konflik in die onderhawige ondersoek (vergelyk 2.2.2) ten grondslag lê, is dit nodig om die konsep

waardes skerper in fokus te plaas (vergelyk ook Figuur 2.1). *Waardes* is algemene, dog ferme idees van wat goed of sleg, wenslik of onwenslik is. *Waardes* is veel meer algemeen as norme (vergelyk 2.2.4) en is nie voorskriftelik in bepaalde interaksiesituasies nie. Daar kan gestel word dat waardes *breë riglyne vir wenslike gedrag is* (vergelyk ook Persell, 1990:61). *Waardes* kan voorts volgens Du Toit en Van Staden (1989:39-40) geklassifiseer word as *geïnternaliseerde* en *geïnstitusioneeliseerde* waardes. Eersgenoemde dui op waardes wat deel word van die individu se persoonlikheid, terwyl laasgenoemde gestel kan word as die samelewing of gemeenskap se waardes.

Vervolgens sal gelet word op algemeen aangetroffe *voorbeelde* van hoe verskillende waardestelsels aanleiding gee tot reeds genoemde probleme en stres in die huishoudingssubstelsel. Betreffende die algemene werkpatroon, is dit duidelik dat daar by 'n groot persentasie van die swart bevolking nie dieselfde kulturele waardebundel, wat waardes van hardwerkendheid, stiptelikheid (teenoor *Afrika-tyd*), netheid, ensovoorts insluit, bestaan as by baie blankes nie. Waar stakings, protes- en wegbly-aksies tans aan die orde van die dag is, kom die waarde van produktiwiteit ter sprake; hier vind werkgewers en werknemers mekaar dikwels nie. As gevolg van 'n "bakhand-en-ontvang"-subkultuur heg baie swart huiswerkers min waarde aan die besparing van water, elektrisiteit, waspoeier, ensovoorts. Die feit dat 'n totaal ander kulturele waarde aan kinders en kindertal geheg word as geldende Westerse waardes, is eweneens problematies. Min beplanning word in dié verband gedoen en *ontydige* swangerskappe ontwig in werklikheid beide huishoudings. Afgesien daarvan dat fasiliteite nie altyd beskikbaar is nie, is dit tradisioneel nie vir baie lede van die swart bevolking nodig om 'n werkgewer in geval van siekte in kennis te stel nie.

In aansluiting by bogenoemde, is dit verder noodsaaklik om enkele ander tersaaklike *kulturele konsepte* te belig, om sodoende 'n beter begrip van die stres en konflik in die huishoudings, asook die werking van die *latensie*-funksie te verseker. Taal, kultuuragterstand, kultuurskok en etnosentrisme vorm alles deel van kultuur, waarop patroonhandhawing en spanningsbeheer gebaseer is.

- **Taal**

Taal is 'n uiters belangrike fondament en voertuig van kultuur. Volgens Schaefer en Lamm (1992:75) is *taal* 'n abstrakte sisteem van woordebetekenis en simbole vir alle aspekte van kultuur. Persell (1990:58) sluit hierby aan wanneer gestel word dat taal die belangrikste van alle simbole is wat die mens gebruik. Voorts is taal 'n vername sleutel vir die verstaan en verklaring van kultuur in enige samelewing.

Ofskoon sekere kulturele vaardighede (byvoorbeeld koskook, skottelgoed was en skoonmaak) sonder taal en bloot deur nabootsing aangeleer kan word, is daar komplekse handeling, prosesse en waardes in 'n huishouding (byvoorbeeld getrouheid, eerlikheid en fyner fasette van die huishouding) wat nie sonder taal oorgedra en uitgevoer kan word nie. Hieruit blyk dit logies dat taal en kommunikasie 'n bepalende rol kan speel in die voorkoming en generering van stres en konflik in huishoudings. Vraag 6 is in die vraelys ingesluit ten einde hierdie moontlike stresgenererende aspek te ondersoek.

- **Kultuuragterstand**

Die konsep *kultuuragterstand* ("culture lag") is bekend gestel deur William F. Ogburn (vergelyk Schaefer & Lamm, 1992:622-623) en verwys na die aanpassingsperiode waartydens nie-materiële kultuur moet aanpas by nuwe en vernuwende materiële toestande en tegnologie.

Binne 'n bepaalde huishoudingssubstelsel sal daar sprake wees van kultuuragterstand, en wel in die sin dat die nie-materiële kultuur van huiswerkers (gewoontes en tradisies) nie in pas is met fasette van die moderne materiële kultuur nie (outomatiese wasmasjiene, skottelgoedwassers, gesofistikeerde skoonmaakmiddels, elektroniese hekke en alarmstelsels).

Indien kultuuragterstande nie met die nodige begrip en piëteit vanaf die werkgewer se kant, en met 'n positiewe ingesteldheid vanaf die huiswerker se kant, bejeën word nie, kan stres en konflik uiteraard ook hand oor hand toeneem. Opleiding, wat in vraag 2 van die vraelys ter sprake kom, kan moontlik met kultuuragterstand verband hou.

- **Kultuurskok**

Wallace en Wallace (1989:44) beskryf *kultuurskok* as 'n toestand van disoriëntasie en emosionele ontwrigting wat intree wanneer individue met 'n gans ander kultuur gekonfronteer word. Hoe meer verskillend die kultuuragtergrond, hoe groter die kultuurskok.

Die beste voorbeelde van kultuurskok word aangetref wanneer 'n reisiger aan 'n oorsese of vreemde naburige land besoek bring en 'n klomp kultureel eenaardighede teëkom. So byvoorbeeld ervaar Suid-Afrikaners kultuurskok, waar daar by sommige Europese strande nakend geswem en in die son gebaai word.

Met betrekking tot dié studie is dit sekerlik nie vergesog om aan te neem dat die huiswerker ook 'n mate van kultuurskok in die blanke huishouding ervaar nie. Vreemde gebruike (om die tafel vir verskillende geleenthede op 'n bepaalde manier te dek, binnenshuise versiering) en waardes (stiptelikheid en spaarsamigheid) kan kultuurskok aktiveer en uiteindelik ook stres en konflik teweeg bring.

Die beste teenvoeter vir kultuurskok is natuurlik om wedersyds meer van die ander betrokke kultuur te leer en om juis vir verskille begrip en respek te toon (vergelyk kulturele relatiwiteit).

- **Etnosentrisme**

Reeds van die vroegste tye af beoordeel mense ander kulture in terme van hulle eie denke, idees, norme en waardes. 'n Persoon se *eie* kultuur word dus die *maatstaf* aan die hand waarvan ander kulture beoordeel word. Hierdie universele verskynsel om ander en verskillende kulture as belaglik, onbeskaafd en selfs minderwaardig te etiketteer, staan bekend as *etnosentrisme* (vergelyk Champion *et al.*, 1984:43; Henslin, 1995:36).

Binne die tersaaklike huishoudingssubsteme in die onderhawige studie, dra etnosentrisme vir seker 'n deel by tot stres en konflik. Die siening van "ons manier van doen is die enigste en

beste" - veral vanaf die kant van die blanke - kan vele verskille en geskille tussen die twee gesinne in hierdie studie ten grondslag lê.

Om, as deel van die spanningsbeheerfunksie, hierdie probleem te bekamp moet daar beter begrip en respek vir en verdraagsaamheid en erkentlikheid teenoor ander kulture aangekweek word en moet ook deur 'n objektiewe lens na ander kulture gekyk word. **Die swart kultuur (gebruike en gewoontes) moet binne 'n bepaalde konteks beoordeel word en *nie* vanuit 'n Westerse waardestelsel nie. Sodanige ingesteldheid staan bekend as *kulturele relativisme* (vergelyk Thio, 1992:70-71).**

Ten einde die nadelige uitwerking van bogenoemde (taal, kultuuragterstand, kultuurskok, etnosentrisme) op die werkgewer-huiswerker-verhouding teen te werk, sal die proses van *kultuurdiffusie* tot sy reg moet kom. ***Kultuurdiffusie* word letterlik beskou as die “leen” van kultuur (materiële en nie-materiële kultuur) om ‘n bepaalde kultuur uit te bou (vergelyk ook Ferrante, 1992:100-103).** Die huiswerker moet dus aangemoedig word om *nuwe* kulturelemente, -komplekse en -patrone aan te leer en te internaliseer; die huiswerker moet ook dienoooreenkomstig ingestel en bereidwillig wees. Langs hierdie weg sal die proses van *kultuurintegrasie* eweneens sy normale loop kan neem. ***Kultuurintegrasie* is 'n proses wat deur Schaefer en Lamm (1992:82) gedefinieer word as die *versoening* van konflikterende kulturelemente.**

Uiteindelik sal daar hopelik in die huishoudingssubstelsel - as deel van die latensiefunksie - iets van *kultuurgelykmaking* vergestaltung vind. ***Kultuurgelykmaking* is die proses waardeur verskillende kulture nader aan mekaar gebring word deur die verspreiding van moderne tegnologie en Westerse waardes na die res van die wêreld (vergelyk ook Henslin, 1995:56).** Die *uniekheid* van elke kultuur (ook die swart kultuur) kan egter nooit uit die oog verloor of onderskat word nie.

Dit blyk dus duidelik dat sekere *stresvolle en onstabiele* periodes 'n stelsel ontwig en dat die patroonhandhawing- en spanningsbeheerfunksie in dié tye geaktiveer word. 'n Groot klomp stres en konflik word, soos aangetoon, deur verskillende kulturele verwysingsraamwerke in die algemeen en meer spesifiek deur wyduiteenlopende waardes teweeg gebring.

Konkluderend blyk die onontbeerlike plek van die vier funksionele voorvereistes, asook die verband met toepaslike struktuurkomponente (vergelyk Figuur 2.1), ook in hierdie huishoudingssubstelsel dus duidelik.

2.3 SAMEVATTING

In hierdie studie is twee gesinne ter sprake, naamlik die gesin van die *swart huiswerker* met kinders onder sestien jaar en die *blanke gesin* waar die huiswerker werksaam is.

Die stressituasie van die huiswerker is vanuit 'n *funksionalistiese oogpunt*, aan die hand van die *AGIL-paradigma* van Talcott Parsons, ontleed. Parsons gebruik vier funksionele voorvereistes waaraan enige stelsel, byvoorbeeld die sosiale stelsel met die gesin as substelsel, moet voldoen ten einde die behoeftes van die Sosiale stelsel te bevredig (vergelyk Figuur 2.1).

In die eerste plek is die *aanpassingsfunksie* bespreek. Die verskillende *rolle* wat die swart huiswerker vervul is veronderstel om stabiliteit, harmonie en interne soepelheid aan die stelsel te verleen. As gevolg van die wanaanpassing van die swart huiswerker by haar eksterne omgewing het haar huishoudingsrol *rolspanning*, en al die ander rolle daarmee saam, *rolkonflik* meegebring.

Die *doelbereikingsfunksie* fokus op doelwitte wat bereik moet word ten einde 'n stelsel stabiel te laat voortbestaan. Enkele doelwitte van die swart huiswerker is geïdentifiseer. Die bereiking van die doelstellings staan in noue verband met die *persoonlikheid*, waar motivering ook 'n vernames rol speel.

Vervolgens is die *integrasiefunksie* bespreek. Dit kan beskou word as die stabiliserende funksie van 'n stelsel. *Norme* staan as struktuurkomponent hier voorop en dra daartoe by dat die sosiale netwerk van verhoudinge gerig, gereguleer en geïntegreer word.

Laastens is die *patroonhandhawing- en spanningsbeheerfunksie* bespreek, waar die bydrae van verskillende *kultuuragtergronde* en uiteenlopende *waardestelsels* tot stres en konflik, aan die orde kom.

HOOFSTUK 3

STRESERVARING EN DIE HANTERING DAARVAN, MET SPESIALE VERWYSING NA DIE SWART HUISWERKER

3.1 INLEIDING

Die swart huiswerker in die RSA lewe, as gevolg van die historiese ontwikkeling, in baie moeilike omstandighede. Sy hanteer daaglik twee huishoudings, naamlik haar eie en die van haar werkgewer, en haar kulturele gemeenskap verwag steeds dat sy haar rol as vrou en moeder ten volle sal vervul. Pines en Aronson (1988:19) toon aan dat hierdie omstandighede kan lei tot eksterne situasionele stres en interne emosionele stres, wat die werkende vrou se selfkonsep as 'n bevoegde persoon ondermyn. Hierdie tipes stres kan uitbranding tot gevolg hê.

Volgens algemene mediese verslae kla baie huiswerkers van 'n gebrek aan energie, nek- en rugpyn, hoes, verkoues en infeksies. 'n Liggaam wat gedurig aan stres onderworpe is, stel geweldig baie adrenalien en suiker vry, wat later tot 'n toksiese toestand lei. In so 'n toestand kan geen mens rustig funksioneer nie en aggressie kan hieruit volg (Britz, 1993:8-11; Anon, 1993b:1).

Die doel van hierdie hoofstuk is om die huiswerker, wat daaglik twee huise moet versorg en dikwels self afhanklike kinders het, se onderworpenheid aan stres aan die hand van die relevante literatuur te ondersoek. Stres word kortliks omskryf en 'n model lig die bronne van stres, die wyse waarop die huiswerker dit ervaar, die reaksie en die gevolge daarvan uit, asook die wyse waarop stres hanteer kan word.

3.2 BEGRIPSOMSKRYWINGS

Stres word in die psigososiale literatuur wat oor beroepstres handel, gedefinieer as 'n individueel gefundeerde, affekbelaaide ervaring wat deur subjektief-waargenome stressors veroorsaak word (Handy, 1988:353).

Eustres (gesonde stres) kom voor wanneer stimulasie en wakkerheid aangehelp word en stres derhalwe 'n bydrae lewer tot persoonlike groei en ontwikkeling, of wanneer dit individue help om hul behoeftes te bevredig (De Villiers, 1986:17).

Distres (ongesonde stres) is ter sprake wanneer stres 'n gevoel van hulpeloosheid veroorsaak en dit individue apaties laat voel; optimale funksionering word geïnhibeer of die mens raak vatbaar vir siektes (De Villiers, 1986:21).

'n *Stressor* is 'n kwalitatiewe of kwantitatiewe verandering in die eksterne of interne omgewing, wat van so 'n aard is dat dit van die organismes buitengewone aanpassing of verdedigingsreaksies vereis, om homeostase (onderhouding van 'n toestand van fisiologiese ewewigtigheid) te behou (De Villiers, 1986:21).

Uitbranding is 'n populêre term wat deesdae dikwels gebruik word en is 'n toestand van fisiese, emosionele en verstandelike uitputting. Dit word gekenmerk deur gevoelens van hulpeloosheid en hopeloosheid, emosionele dreinerings en die ontwikkeling van 'n swak selfbeeld en 'n negatiewe houding teenoor werk, die lewe en ander mense (Pines & Aronson, 1988:9).

Rolkonflik is in hoofstuk 2 (2.2.2) gedefinieer.

Rolonsekerheid ontstaan wanneer die werker na verskillende tipes behoeftebevrediging soek, maar tog onseker is watter optrede van sy kant verwag word (Van Graan, 1981:124).

Kwantitatiewe oormeting verwys na 'n toename in die hoeveelheid werk of die vermindering van die tyd waarin dieselfde hoeveelheid werk gedoen moet word (Van Graan, 1981:108).

Kwalitatiewe oormeting verwys na die kompleksiteit van die taak en impliseer dat die taak vir 'n bepaalde werker te moeilik is (Van Graan, 1981:108).

Frustrasie is 'n negatiewe gevoel wat 'n individu ervaar wanneer doelwitte wat deur die individu gestel is, nie bereik kan word nie of moeilik bereikbaar is (Van Graan, 1981:118).

'n Risikopopulasie is die individue wat besonder kwesbaar is vir geestesongesteldheid en wat reeds genoegsame stres ondervind het om hul emosionele ewewilibrum te versteur (De Villiers, 1986:10).

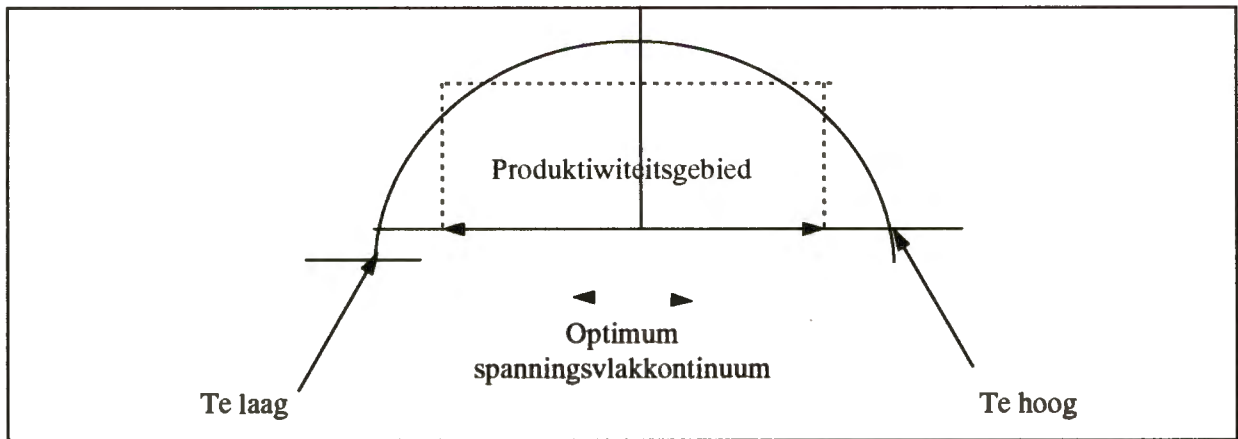
3.3 STRESERVARING

3.3.1 Positiewe en negatiewe effekte van stres

Enige persoon dryf in die see van die lewe. Sy dryfvermoë bepaal sy geestelike gesondheid en kwaliteit van lewe. Hoe hoër hy dryf, hoe gesonder en gelukkiger is hy en 'n toestand van ewewilibrum kom dan voor. Stres is nie noodwendig negatief nie. Dit het positiewe en negatiewe effekte. Aan die positiewe kant verhoog stres geestelike sterkte, energie, helderheid en konsentrasie (Cavanach, 1988:55). Geeneen van die komponente waaruit stresresponse bestaan, is inherent destruktief nie. Volgens Zastrow (1984:144) sal 'n lewe sonder stres eentonig en feitlik onmoontlik wees, want selfs drome produseer stres. Farber (1984:326) sowel as Van Graan (1981:64) beaam hierdie sienswyse.

Die positiewe implikasie van 'n sekere mate van stres is duidelik te sien uit die algemeen aanvaarde "omgekeerde U-hipotese". Die hipotese kom daarop neer dat 'n mate van spanning nodig is om enige mens optimaal te laat funksioneer. Kotze (1986:10) stel die produktiwiteitsgebied op die spanningsvlakkontinuum soos volg voor (kyk Figuur 3.1):

Figuur 3.1 Die verband tussen spanning en produktiwiteit



Die liggaam van die individu kan aanpas by stres, maar aanpassing word altyd verkry teen 'n koste wat geëvalueer word teen die langtermyn-oorlewingswaarde van aanpassing (De Villiers, 1986:20). Die algemene aanpassingsindroom verloop in drie fases:

3.3.1.1 Die alarmreaksie

De Villiers (1986:47) en Van Graan (1981:18) dui die volgende kenmerke van hierdie toestand aan: verhoogde prikkelbaarheid, verhoging in hartsnelheid, 'n daling in liggaamstemperatuur en 'n daling in die bloedsuiker wat opgevolg word deur 'n styging daarvan. Daar is 'n verlies aan liggaamsmassa, 'n toename in hormonale vlakke en 'n vergroting van die adrenale korteks en limfkliere.

Psigologiese manifestasies is die volgende: die angsvlakke styg en simptome van wanaanpassing en onaanvaarbare gedrag kom voor.

3.3.1.2 Die weerstandfase

Die liggaamsfunksies word gemobiliseer om spesifieke stressors te hanteer. Dié fase kan nie onbeperk voortduur nie. Onder toestande van volgehoue blootstelling aan dieselfde stressor raak die vermoë om aan te pas uitgeput.

3.3.1.3 Die fase van algehele uitputting

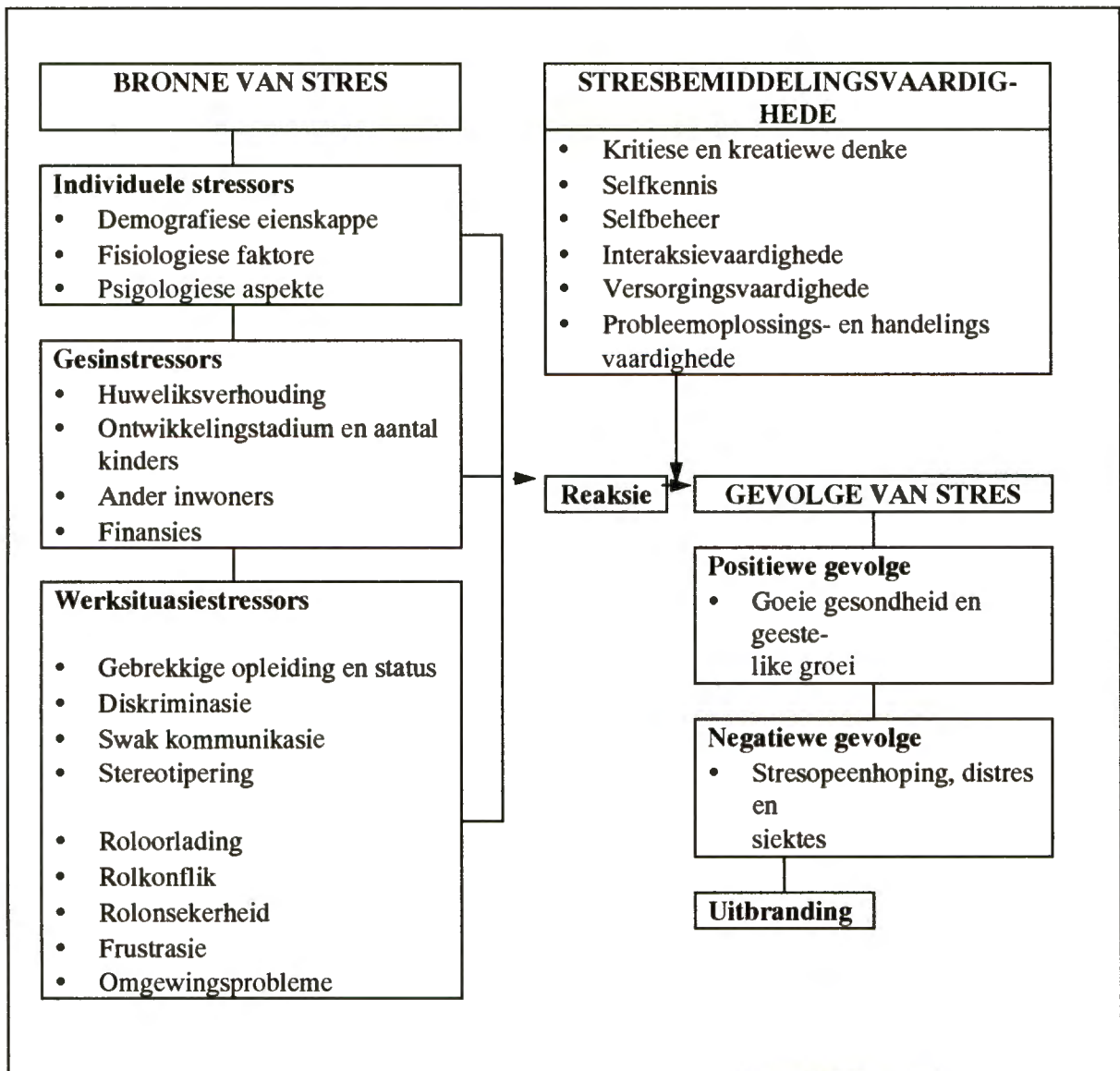
In hierdie stadium is die vermoë om aan te pas uitgeput. Van Graan (1981:19) beweer dis nie nodig dat al drie die stadiums van die algehele aanpassingsindroom moet voorkom voordat daar sprake van spanning is nie. Slegs langdurige en intense spanningstimulu laat die derde fase ontstaan. 'n Persoon se gesondheid kan in gevaar gestel word deur ongesonde stres (distres). Wanneer die spanningstimulus abnormaal intens is, kan selfs die dood volg.

3.4 STRESERVARING VAN DIE SWART HUISWERKERS

Verskeie navorsers op die gebied van streservaring het modelle ontwerp om streservaring voor te stel. Vir die doel van hierdie studie het die navorser self 'n model ontwerp (kyk Figuur 3.2) wat die streservaring van swart huiswerkers voorstel. Hierdie model is hoofsaaklik op drie ander modelle gebaseer, naamlik op die van Van Graan (1981:61), Laster (1981:18) en Nelson en Quick (1985:207).

Hierdie model identifiseer die verskillende stressors wat 'n rol speel by streservaring van swart huiswerkers, bemiddelingsvaardighede wat by die beheer van stres aangewend moet word en die reaksies op en gevolge van stres.

Figuur 3.2 Streservaring van die swart huiswerker



3.4.1 Bronne van stres

3.4.1.1 Individuele stressors

Volgens Laster (1981:17) is volwasse persoonlikheidsontwikkeling 'n basiese vereiste om stres te hanteer. Dit lyk asof die individuele stresvlak 'n baie persoonlike reaksie is. Van Graan (1981:49) beweer dat onder die persoonlike faset, die verskillende eienskappe van 'n persoon verstaan word, wat hom vatbaar maak vir die ervaring van spanning. Mense se houdings, persepsies en motiverings sit die fisiologiese stresreaksie in werking (Nelson & Nelson, 1981:34). Die volgende subaspekte kan, onder andere, hier 'n rol speel:

(i) **Demografiese eienskappe**

Geslag, ras, sosio-ekonomiese status, ouderdom en vlak van opvoeding is enkele van die demografiese veranderlikes wat die streservaring van swart huiswerkers kan beïnvloed.

Geslag: Chusmir en Du Rand (1987:39) is van mening dat, hoewel vroue oor die algemeen meer lewensspanning ervaar as mans en daarom meer dikwels die prooi van psigologiese ongesteldheid is, hulle geslag nie direk die oorsaak daarvan is nie. Vroue is nie 'swakker' in hul weerstand teen spanning of psigologies meer broos as mans nie, ten spyte van die feit dat mans volgens Popenoe (1989:223) tradisioneel hoër as vroue op die sosiale statusleer aangeslaan word.

Ras: Hierdie faktor kan ook, weens bepaalde omstandighede, 'n rol speel. Met die BSI (Berocca Stres Indeks) is die gemiddelde stres-telling vir swartes 45 en die vir blankes 39. Verder val 33% swartes in die distres-sone van hoër as 50 punte teenoor 25% van die blankes (Anon., 1993b:1).

Ouderdom: Min navorsing is gedoen met betrekking tot die impak van ouderdom op stres. Dit is wel bekend dat in die huisvrou-huiswerker-situasie die jonger huisvrouens 'n dieper interpersoonlike verhouding met hulle huiswerkers het. Jonger vroue het ook 'n gunstiger houding teenoor swart vroue as ouer vroue.

Navorsers huldig die mening dat vooruitsigte vir beter intergroepverhoudinge tussen wit en swart mense in Suid-Afrika ondermeer by die jonger mense met 'n hoër opvoedkundige status berus (Van Dyk, 1990:210). Volgens Pines en Aronson (1988:32) is die middeljarige krisis en sy korrelaat, die middelberoepskrisis, 'n ontwikkelingsfase wat sterk onder die soeklig staan. Die ouderdom tussen 40 en 50 jaar is 'n periode van herwaardering van die self, lewe en werk. Dit gaan dikwels gepaard met leegheid, ontugtering en diepe wanhoop. Daar is 'n pynlike bewustheid van moraliteit, snelverbygaande tyd en die tyd wat nog oor is. Persone in hierdie ouderdomsgroep mag simptome van uitbranding vertoon.

Sosio-ekonomiese status: Sosio-ekonomiese status (SES) word gedefinieer in terme van die volgende demografiese veranderlikes (Loudon & Della Bitta, 1988:102; Popenoe, 1989:223):

- * **Gesinsinkomste.**
- * **Beroepstatus.**
- * **Opleidingspeil.**

Sosio-ekonomiese status speel 'n belangrike rol by die bepaling van 'n mens se verwysingsraamwerk (Schiffman & Kanuk, 1987:437).

Gesinsinkomste: Resultate uit navorsing toon 'n positiewe verwantskap tussen gesinsinkomste en 'n suksesvolle huwelik. In 'n informele nuusbrieff word berig dat stresvlakke laer is by mense met 'n hoër inkomste, asook diegene wat deel is van 'n huishouding waar meerdere persone 'n inkomste verdien (Anon, 1993b:4).

Beroepstatus: Popenoe (1989:223) gee 'n hele aantal navorsingstudies weer, wat daarop dui dat beide inkomste- en prestasievlakke tipies bepaal word deur die beroepe wat mense volg. Rykdom, velkleur, godsdiensverband, geslag en huwelikstatus is ander faktore wat 'n rol speel by sosiale statusbepaling, maar hoë inkomste gepaardgaande met sekere beroepe, kan stres verminder.

Opvoedkundige peil: Blank (1989:299) het gevind dat die swart vroue wat die arbeidsmark betree meer geneig is om voltyds te werk as blanke vroue. Opleiding verhoog die geneigdheid om voltyds te werk. Navorsingsresultate oor stresvlakke by swart en blanke werkende en nuwewerkende vroue, toon ook aan dat ongeskoolde werkers se stresvlakke die hoogste is. Anon. (1993a:1) bevestig dat mense in beroepe wat laer vaardighede vereis, aan hoër stresvlakke ly. Mense met universiteits- of technikonopleiding ondervind ook hoë stresvlakke, terwyl diegene wat wel verdere opleiding het, maar nie op universiteit gestudeer het nie, minder aan stres ly.

(ii) Fisiologiese faktore

Stres wat nie goed bestuur word nie, kan onder andere fisiologiese simptome soos maagsere, hoë bloeddruk, spanningshoofpyne en ander fisiologiese simptome tot gevolg hê (Nelson & Quick, 1985:211).

Biologiese ritmes kan ook bydra tot die psigiese ongemak wat die individu in sy alledaagse lewe ervaar (De Villiers, 1986:34). Premenstruele stres (PMS) kan moontlik veroorsaak dat die huiswerker stres ervaar. Chusmir en Du Rand (1987:38-43) beweer egter dat spanning nie altyd 'n vrou se werk beïnvloed nie, maar dat dit tot geweld kan lei. Hierdie feit is helaas baie aktueel in die lewe van heelwat swart mense vandag en spanning by swart huiswerkers behoort miskien ook as gevolg van hierdie moontlike situasie vermy te word.

(iii) Psigologiese aspekte

Volgens Van Graan (1981:49) speel die volgende faktore 'n rol: egobehoeftes, behoefte aan helderheid, onsekerheid, introversie/ekstroversie, die soeke na goedkeuring, asook interpersoonlike konflik, motiewe, doelstellings en aspirasies van die individu, tipiese angsvlak, waardes, vlak van intelligensie, vorige ervaring van spanning en werkstevredenheid en tevredenheid met die lewe as sodanig. Die meeste van hierdie faktore figureer in die tipiese swart huiswerker se daaglikse werksituasie. Daar kan dus aangeneem word dat genoemde psigologiese aspekte deel uitmaak van die stressors waarmee sy te kampe het.

Fisiologiese en psigologiese gevolge van stres word meer breedvoerig in paragraaf 3.4.3.2 bespreek.

3.4.1.2 Stressors afkomstig uit die gesin

(i) Die huiswerker se verhouding met haar man/vriend of enkelouerskap

Navorsing het getoon dat swartes meer stres ervaar as hulle persoonlike verhoudings bedreig word (Anon.,1993b). Die verhouding wat die huiswerker met haar man/vriend het kan 'n addisionele bron van stres wees (Nelson & Quick, 1985:208).

Baie van die huiswerkers is ook enkelouers. Kenners voorspel dat die helfte van al die kinders wat vandag gebore word, voor hul agtiende verjaarsdag vir 'n tyd lank in 'n enkelouergesin sal bly (Townley *et al.*, 1991:16-19). Ronald *et al.* (1993:385-389) beweer dat enkelmoeders 'n groter risiko loop vir sielkundige probleme en oneffektiewe opvoeding van kinders, as getroude ouers, veral by die laer inkomstegroepe.

(ii) Ontwikkelingstadium en aantal kinders

In die lewensiklus word daar baie eise aan die gesin gestel. Huiswerkers het dikwels self gesinne en moet met hierdie eise rekening hou. Olson en McCubbin (1983:124) meen dat die volgende stressors in die onderskeie stadiums van die gesin teenwoordig is:

Die babastadium gaan gepaard met verhoogde eise wat inhou dat 'n gesin worstel met 50% finansiële stressors, 20% stressors as gevolg van onenigheid tussen gesinslede, 10% swangerskap- en kinderversorging stressors, 10% werk- of gesinstressors en 10% stressors as gevolg van siekte in die gesinseenheid.

Gesinne met voorskoolse kinders se situasie is effens anders. Olson en McCubbin (1983:125) beweer dat gesinne wat betrokke is by die daaglikse roetine om skoolgaande kinders groot te maak, worstel met 'n ander groepering stressors, naamlik met 20% finansiële stressors, teenoor 50% intragesinstressors en 30% werk-gesin-stressors.

Gesinne met adolessente worstel met 30% intragesinstressors, terwyl finansiële stressors 60% van die gesinstressors uitmaak en werkstressors 10%. Dis veral in hedendaagse tye moeilik om tienerjariges te beheer en finansiële uitgawes met betrekking tot hierdie groep is hoog (Alson & McCubbin, 1983:126).

Die aantal kinders in die gesin bepaal ook die huiswerker se stres. Bird en Ford (1985:189) beweer dat met elke addisionele kind, die vereiste hoeveelheid werk met 5 tot 10 ure per week verhoog. Ouer kinders kan help met die huishoudelike take en om kleiner kinders te versorg.

(iii) Ander inwoners in die huiswerker se huis

Hierdie situasie speel ook 'n belangrike rol in huiswerkers se streservaring. Volgens Peterson (1993:571) hou uitgebreide gesinne voor- en nadele in, naamlik:

- Individue lewer 'n bydra tot die huishouding, maar verbruik ook die hulpbronne.
- Gedeelde pogings en saamvoeging van hulpbronne maak die huishouding kwesbaar vir gedeelde mislukking met minder potensiaal as 'n geïsoleerde eenheid om te herstel.
- Lede verloor outonomie oor hulle aandeel - sommige dra meer by as wat hulle ontvang.
- Daar mag verskil van opinie in die interpersoonlike verhoudings wees.

'n Mens kan besef dat daar baie stres vir die huiswerker in die uitgebreide gesin kan wees. Verder beweer Gallagher (1993:599) dat dit uit navorsing blyk dat die versorging van gesinslede baie harde werk is en dat dit baie stres veroorsaak. Dit kan egter ook 'n mate van bevrediging bring om fgesinslede te versorg. Dis gewoonlik vroue wat vir die gesinslede moet sorg en dit bots dikwels met hulle werk en ander verantwoordelikhede.

(iv) Finansiële omstandighede en die persepsie daarvan

Finansies speel 'n groot rol en kan die oorsaak van baie spanning wees. Die meeste huiswerkers ressorteer waarskynlik onder die kategorie van lae inkomste en gepaardgaande hoë stresvlakke, soos reeds bespreek. Olson en McCubbin (1983:132) beweer dat jong gesinne en gesinne met adolessente veral onderworpe is aan hierdie stressor. Die persepsie van finansiële welsyn is egter glad nie verwant aan reële finansiële status nie. Baie arm gesinne kan sake soms goed hanteer en hulle het dan vertroue in hul vermoë om geldsake te bestuur. Hieruit kan afgelei word dat 'n positiewe benadering en oordeelkundige hantering van finansies tot vermindering van stres kan bydra.

3.4.1.3 Stressors uit die werksituasie

(i) Gebrek aan opleiding en status

In 'n ondersoek onder 19 000 werkers is bevind dat stres onder andere veroorsaak word deur swak betaling, verveling, roetine, beroepe wat nie toekomsverwagtinge skep nie en situasies waar beskikbare vaardighede nie gebruik word nie (Chusmir & Du Rand, 1987:38-43).

(ii) Diskriminasie

Die huiswerker is volkome afhanklik van die huisvrou se goedgesindheid. Verskillende vakbonde en hulpverenigings staan die swart vrou egter vandag by, byvoorbeeld die *South African Domestic Workers Union (SADWU)*, *Domestic Workers Association (DWA)* en 'n vakbond, *Konfederasie van Werkgewers van Suid-Afrika (Kofesa)*. Hierdie vakbonde en verenigings waak onder andere teen diskriminasie. Daar het op 1 Januarie 1994 'n wet in werking getree, naamlik die *Wet op Basiese Diensvoorwaardes vir Huiswerkers*, waarvolgens 'n dienskontrak verpligtend is. Daar is egter nog geen wetgewing betreffende minimum betreffende minimum lone vir swart huiswerkers nie (Bethlehem, 1996:59).

(iii) Swak kommunikasie

Huiswerkers kommunikeer dikwels in 'n vreemde taal en vanuit 'n vreemde kultuur. Meestal het hulle ook min of geen skoolopleiding gehad en hulle verstaan dan sekere begrippe ten opsigte van werksopdragte glad nie. Hulle is dikwels bang hulle verloor hul werk as hulle sê dat hulle nie verstaan nie. De Villiers (1986:19) wys daarop dat effektiewe kommunikasie 'n baie magtige bron van stresvermindering en verhoogde dienslewering kan wees. Die feit dat sommige huiswerkers die hele dag geïsoleerd in 'n huis werk, kan ook stresvol wees.

(iv) Stereotipering

Hierdie is 'n probleem wat ontstaan het as gevolg van die gedrag van sommige huiswerkers, sodat 'n beskouing ontstaan het dat huiswerkers mense is wat besittings of kos wederregtelik

vir hulself toe-eien. Konflik kom dan voor as hulle vals beskuldig word (Nelson & Quick, 1985:209).

(v) Roloorlading en taakkompleksiteit

Roloorlading het twee dimensies, naamlik kwantitatiewe oorlading, waar die werk te veel en die tyd te min is, en kwalitatiewe oorlading, waar die werk te moeilik is (Van Graan, 1981:108). Huiswerkers is dikwels onderworpe aan albei tipes oorlading. Werkgeefsters besef nie altyd dat hulle te veel verwag nie. By hulle eie huise ervaar die huiswerkers verdere roloorlading, veral as daar nog ander inwoners is wat versorg moet word (Gallagher, 1993:605). Volgens Piechowski (1992:131-138) ervaar 20% van alle vroue een of ander tyd depressie - twee keer soveel as mans. Dit kom meestal voor as gevolg van roloorlading. Roloorlading lei verder tot werksontevredenheid, stres, 'n swak selfbeeld, ervaring van bedreiging, hoë cholesterolvlakke, verhoging in hartslag en 'n toename in rook. Dit word ook positief met alkoholgebruik verbind.

(vi) Rolkonflik

Die huiswerker is in 'n fokusposisie waar 'n rolgroep, bestaande uit haar werkgewer en die blanke gesin, sowel as haar eie gesin, sekere verwagtings van haar koester. Verwagtings bestaan ten opsigte van verpligtinge, wat weer bestaan uit opdragte van die rolgroep en die rolsisteem. Die huiswerker kan egter op haar beurt van die rolgroepe en rolsisteem verwag om haar behoeftes te bevredig en die verwagtinge van hierdie twee groepe kan bots. Uit hierdie verwickelde situasie ontstaan interrolkonflik, soos bevestig deur Nelson en Nelson (1981:35) en Chusmir en Du Rand (1987:38-43).

(vii) Rolonsekerheid

Die huiswerker kom dikwels uit 'n totaal ander milieu as haar werkgewers en volgens Van Graan (1981:124) is een van die mees akute probleme van 'n werker, die onvermoë om haar omgewing te rangskik in 'n logiese patroon wat sin maak. Verskillende rolspelers kan moontlik van die huiswerker verwag om verskillende en selfs botsende funksies te vervul, in so 'n mate dat die huiswerker uiteindelik onseker is oor wat haar te doen staan te midde van al

die (soms teenstrydige) verwagtings wat aan haar gestel word. Dit kan selfs gebeur dat die verskillende rolspelers (byvoorbeeld lede van 'n huishouding) nie bewus is van die verskillende verwagtings wat aan die huiswerker gestel word nie, wat verder tot 'n spanningsvolle situasie kan bydra (Van Graan, 1981:158). Ander faktore kan ook tot rolonsekerheid bydra, byvoorbeeld wanneer 'n werkgewer in gebreke bly om sy of haar vereistes ten opsigte van die werksituasie vooraf deeglik met die huiswerker te bespreek. Die faktore wat tot rolonsekerheid en gevolglike spanning aanleiding kan gee, kan soos volg opgesom word:

- Werksvoorwaardes ten opsigte van werksure, salaris, jaarlikse verlof, siekverlof, bonusse, toelaes en andere. Daar word deesdae baie klem gelê op die opstel van 'n werkkontrak (Meintjies-Van der Walt, 1989:28-32)
- Verwagtings ten opsigte van verantwoordelikhede.
- Verwagtings ten opsigte van die werker se persoonlike gedragstyl, byvoorbeeld aanspreekvorme.

(viii) Frustrasie

Hierdie situasie ontstaan as die individu se werk hom inhipeer, terughou of weerhou van die bereiking van sy doelwitte en/of verwagtings (Van Graan, 1981:118). Die huiswerker is by die werk en by haar eie huis hieraan onderworpe en dit word meesal veroorsaak deur:

- Struikelblokke uit die omgewing wat in die huiswerker se pad staan om haar doel te bereik.
- Persoonlike ontoereikendheid. Weens omstandighede is sy moontlik nie bevoeg om sekere take te verrig nie, of as gevolg van 'n negatiewe selfbeeld het sy nie genoeg vertroue in haarself nie.
- Konflik ten opsigte van verwagtings. In haar verskillende rolle word sekere standarde van haar verwag waaraan sy nie kan voldoen nie.
- Alledaagse ramspoedige gebeurlikhede. Alledaagse probleme kan wissel van klein irriterende gebeurtenisse tot redelike groot probleme of druksituasies, wat kan voorkom. Voorbeelde van alledaagse probleme wat tot die frustrasie van huiswerkers in hul werksituasie of by hul eie huise kan bydra, is die verloor of verlê van artikels, moeilike

bure, kommerwekkende gedagtes oor jou toekoms, gedagtes oor die dood, kommer oor gesondheid, gebrek aan geld en kommer oor skuld (Oosthuizen, 1992:127).

(ix) Omgewingsprobleme

Die huiswerker het die voordeel van die tegnologiese ontwikkeling, maar dit kan baie uitputtend wees om lang tye na die geluid van 'n stofsuier, 'n elektriese menger of televisie te luister. Die kwaliteit en kwantiteit van uitermatige geraas is ten spyte van aanpassing, steurend (De Villiers, 1986:36). Dit inhibeer die uitvoering van komplekse take (Baum *et al.*, 1978:17). Behalwe geraas kan termiese en visuele toestande ook bronne van stres vir die huiswerker wees (Day, 1977:14-15).

3.4.2 Stresbemiddelingsvaardighede

Uit die voorafgaande bespreking van stressors en oorsake van stres, is dit duidelik dat stres in 'n mindere of meerdere mate, by individue en gesinne onvermydelik is. Stres hoef egter nie noodwendig altyd as negatief ervaar te word nie. Verskeie kundiges op die gebied (Laster, 1981:18; Nelson & Quick, 1985:214; Zastrow, 1984:147; Trick, 1981:64) bespreek vaardighede wat aangewend kan word om stres te hanteer. Die model in Figuur 3.2 stel dit as stresbemiddelingsvaardighede voor en Laster (1981:17) is van mening dat die strategieë op die ontwikkeling van volwasse, interpersoonlike vaardighede moet konsentreer. 'n Aantal faktore wat bydraes hiertoe kan lewer, is kritiese en kreatiewe denkvaardighede, selfkennis, selfbeheer, interaksie, versorging en probleemoplossing en handelingsvaardighede.

3.4.2.1 Die bevordering van kritiese en kreatiewe denkvaardighede

Om alle mense krities en opvoedkundig te laat dink ten opsigte van die stresprobleem, is lank reeds 'n belangrike opvoedkundige en psigologiese doelwit. Laster (1981:19) wys daarop dat nie alle mense in terme van Piaget se ontwikkelingsteorie, formeel dink nie. Diegene wat nie op die formele denkvlak verkeer nie, het ontwikkelingsgerigte voorligting nodig om hulle denkprosesse as 'n integrale deel van elke leerondervinding te rig. Dis heel moontlik dat huiswerkers, wat dikwels min skoolopleiding het, nie almal op die formele denkvlak verkeer nie. Daar kan daarom nie aanvaar word dat hulle self hul stresprobleme ten volle kan realiseer

en hanteer nie. Hulle kan dikwels nie abstrakte probleem-situasies herken nie en ook nie maklik alternatiewe oplossings vir 'n dilemma formuleer nie (Laster, 1981:19).

3.4.2.2 Selfkennis

Selfkennis is, sonder twyfel, die beste basis van stres-hantering. Om distres te voorkom, moet 'n persoon sy eie stresprobleme in interpersoonlike, psigologiese en fisiologiese omgewing ontdek en konstruktiewe maniere moet dan geskep word om die besondere behoeftes te bevredig en tot oplossing te kom (Nelson & Quick, 1985:213). Die individu se vermoë om stres te hanteer hang van sy persoonlike eienskappe, agtergrond, die situasie en die hoeveelheid ondersteuning wat hy op daardie bepaalde tyd uit sy omgewing ontvang, af. (De Villiers, 1986:75). Daar moet deur opvoeding gestrewe word om volwasse persoonlikhede te vorm, met rekbare vaardighede om dinge te verwerk, met selfrespek en 'n geïntegreerde, selfgekoose stel waardes en 'n verskeidenheid hanteervaardighede vir interpersoonlike bevoegdheid. In die geval van swart huiswerkers kan 'n gestruktureerde opvoedingsprogram wat hulle sal help om die nodige selfkennis deur leerondervindings te verwerk, hulle inspireer om bewustelik te dink oor hulle behoeftes, waardes, doelwitte en hulpbronne, en dit kan lei tot 'n besef van eie waarde. Hier kan genoem word dat selfverwesenliking volgens Maslow die hoogste behoefte in die hiërargie van behoeftes is. Dit is nodig om selfkennis te hê om jouself te verwesenlik. Volgens Pines en Aronson (1988:11) hou die gebrek aan geleentheid om jouself te verwesenlik - in jou werk of jou huislike lewe - beduidend verband met die uitbrandingsverskynsel, wat 'n gevorderde gevolg van stres is.

Kennis van 'n mens se eie liggaam het 'n positiewe effek op gesondheid. Lorentz en Davis (1981:53) beveel sewe "gesondheidsreëls" aan om stres te verminder:

- (1) Moenie rook nie.
- (2) Slaap sewe tot agt ure per nag.
- (3) Eet ontbyt.
- (4) Hou die gewig konstant.
- (5) Hou by matige drinkgewoontes (geen/min alkoholiese drank).
- (6) Sorg vir genoeg daaglikse oefening.

- (7) Moet geen versnaperings tussen maaltye eet nie, maar eet gereeld drie maaltye per dag.

Navorsers het bevind dat die fisiese gesondheid van persone met 'n hoë private selfbewustheid onaangeneem bly deur ongewenste, onkontroleerbare lewensgebeurtenisse, omdat hulle voorsorgmaatreëls tref om stresvolle situasies die hoof te bied, terwyl individue met 'n lae private selfbewustheid meer vatbaar is vir siekte as gevolg van genoemde gebeurtenisse (Nelson & Quick, 1985:214-215).

3.4.2.3 Selfbeheervaardighede

Selfbeheer behels die vermoë om te beplan, om doelwitte te stel, prioriteite vas te stel, hulpbronne te bestuur en stresvermindering- en ontspanningstegnieke aan te leer en te gebruik. Al hierdie dissiplinêre maatreëls kan huiswerkers help om krisis en stres te vermy of dit te versag.

Lokus van kontrole is een van die belangrikste faktore wat by stresbemiddeling in ag geneem moet word. Nelson en Quick (1985:213-214) beskryf die lokus van kontrole as die mate waartoe 'n persoon voel dat die uitkoms van sy/haar lewe deur óf hom/haarself bepaal word (interne kontrole) óf deur buitefaktore (eksterne kontrole). Dit wil voorkom dat wanneer 'n huiswerker 'n interne lokus van kontrole het, dit die heilsame uitkomst van stres bevorder. Sy glo ook dat sy deur haar eie optrede 'n situasie se uitkoms kan bepaal. Die huiswerker met eksterne kontrole glo sy het geen mag oor die situasie nie.

Selfvertroue is 'n tweede belangrike faktor by stresbemiddeling. Selfvertroue is volgens Nelson en Quick (1985:213) verwant aan lokus van kontrole, want dit is bevind dat mense wat interne lokus van kontrole het, meer selfvertroue het as hulle eksterne kontrole ekwivalent. Selfvertroue is essensieel vir die huiswerker om stres effektief te kan hanteer.

3.4.2.4 Interaksievaardighede

Interaksievaardighede hou verband met die vermoë om duidelik en taktvol te kommunikeer, asook die vermoë om aandagtig te luister, te vra as 'n mens nie verstaan nie, te besin, objektief

te interpreteer, logies op te som, te weet wanneer om te kontroleer en wanneer en hoe om mee te deel. Die huiswerkers wat hierdie vaardighede onder die knie het, sal heel moontlik ander verstaan en omgee vir ander en sal gewillig wees om hulle eie gevoelens, idees en waardes te deel in gee-en-neem gesprekke (Laster, 1981:19).

Nelson en Quick (1985:208) beweer dat verhoudings met gesagsfigure, in geval van die huiswerker met die huisvrou, spanningsvol kan wees, en wantroue in die huisvrou se bedoelings kan lei tot rolonsekerheid en lae werkstevredenheid. Verhoudings met portuurs, byvoorbeeld 'n strykbediende of 'n tuinjong mag ook spannend wees. Verder kan die huiswerker se verhouding met haar man of vriend of haar kinders ook stresvol wees.

Die huiswerker is aan verskeie stresvolle situasies blootgestel en die ontwikkeling van interaksievaardighede sal haar beslis bevoordeel. Selfs die oprigting van gespreksgroepe onderling kan baie vir huiswerkers beteken. Olson en McCubbin (1983:162), Pines en Aronson (1988:160) asook Chusmir en Du Rand (1987:38-43) beklemtoon dat vroue-ondersteuningsgroepe in stresvolle situasies goeie ondersteuning kan bied. Rolomruiling is nog 'n interpersoonlike vaardigheid wat stres kan verminder. Dit is gebaseer op empatiese vaardighede, met ander woorde om te leer om soos iemand anders te voel en om sodoende meer sensitief te raak vir die behoeftes van ander (De Villiers, 1986:86).

3.4.2.5 Versorgingsvaardighede

Hierdie vaardigheid stel vertroosting, ondersteuning en rigting daar wanneer eweknieë, gesinslede of bure wanhoop en droefheid ervaar, of in die verknorsing is. Kundiges praat van "altruïstiese egoïsme" wat beteken dat 'n mens deur ander by te staan, hulle respek, agting, ondersteuning en liefde wen, wat op sy beurt 'n mens se eie persoonlike en sosiale hulpbronne in tye van stres versterk (Laster, 1981:18-19).

3.4.2.6 Probleemoplossings- en handelingsvaardighede

Volgens Laster (1981:19) stel probleemoplossings- en aksievaardighede, 'n mens in staat om probleme te identifiseer, te analiseer en te interpreteer, om oplossings te genereer, doelwitte te stel en strategieë te formuleer om doelwitte te bereik, om die gevolge van verskillende

beplande aksies raak te sien en om dan verantwoordelike besluite te neem wat op etiese beginsels, wat universele waardes verteenwoordig, gebaseer is. Die tipiese huiswerker het minstens twee rolle om te vertolk, naamlik die van huisvrou en moeder in haar eie gesin en die van werknemer in haar beroep. Coffey (1985:28-30) stel voor dat daar in sodanige situasies na twee stelle oplossings gekyk moet word, naamlik 'n verandering in die beroepsstelsel of werksituasie, asook verandering in die gesinstelsel. In hulle beroepsstelsel geniet huiswerkers meestal die voordeel dat hulle indien nodig, 'n halfdagwerk of selfs deeltydse werk kan kry. Verandering in die gesinstelsel is effens meer kompleks. Sekere gesinsverantwoordelikhede kan verdeel word, maar ouerrolle en finansiële verpligtinge kan nie so maklik aan ander gesinslede as net die ouers toegeken word nie. Die huiswerker sal ook moet aanvaar dat ander gesinslede wat bereid is om sekere van haar take oor te neem, nie noodwendig dieselfde standaarde as sy sal handhaaf nie.

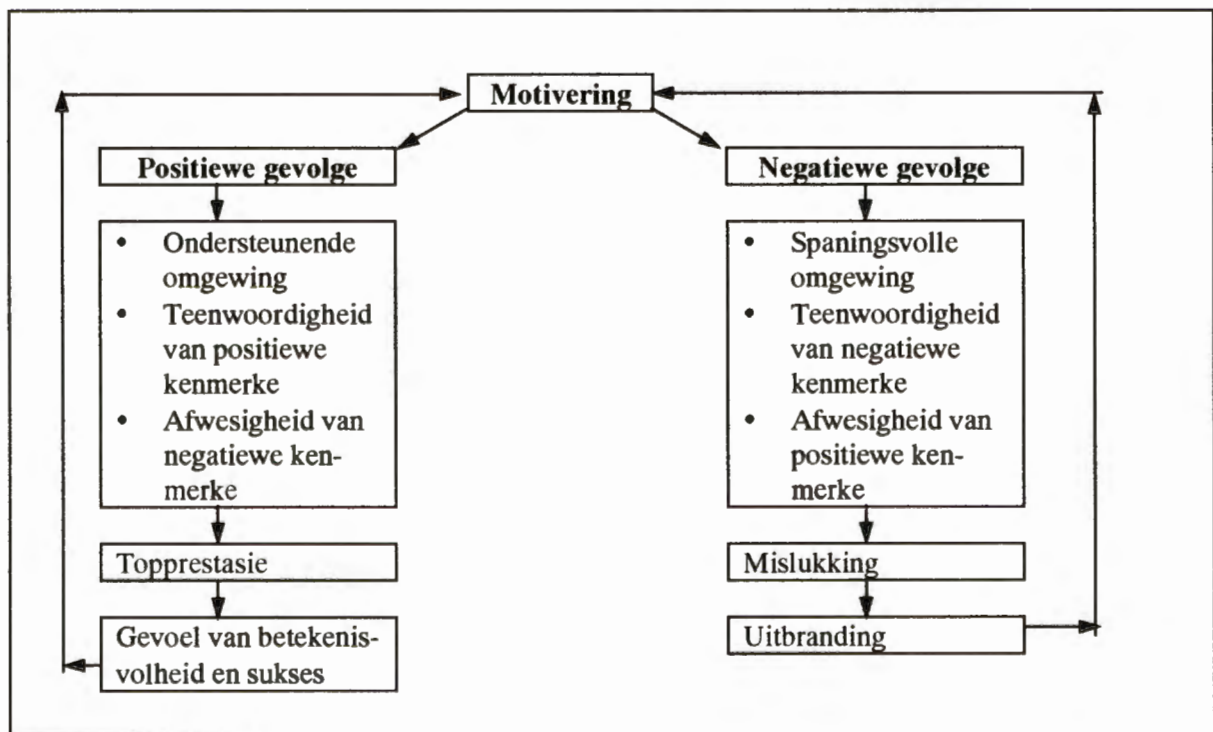
Uit die voorafgaande bespreking van stresbestedingsvaardighede is dit duidelik dat die ontwikkeling van die volwasse interpersoonlike vaardighede noodsaaklik is alvorens die hantering van stres doeltreffend kan geskied. Voorligtings- en opvoedingsprogramme wat op hierdie area fokus kan baie bydra tot die doeltreffende en effektiewe stresshantering deur die huiswerker.

Die reaksie van die individu op stres word in 'n groot mate deur die aard en omvang van die stressors bepaal maar die stresshanteringsvaardighede speel 'n bemiddelingsrol in die uiteindelijke bepaling van die gevolge van stres.

3.4.3 Die gevolge van stres

Volgens Nelson en Nelson (1981:34) is stres 'n baie persoonlike reaksie. Enige stimulus kan as bedreigend en as 'n spanningstimulus funksioneer indien die individu, op wie die stimulus betrekking het, die stimulus as 'n bedreiging ervaar. Soos egter reeds in paragraaf 3.3.1 verduidelik is, hou stres nie net nadelige gevolge in nie - dit kan ook positiewe effekte hê. Die tipe effek sal grootliks bepaal word deur die aard en intensiteit van die stressors, maar ook deur die wyse waarop individue die stres hanteer. Pines en Aronson (1988:34) verduidelik hierdie twee paaie wat die gevolge van stres kan loop, aan die hand van 'n model (kyk Figuur 3.3).

Figuur 3.3 Positiewe en negatiewe gevolge van stres



3.4.3.1 Positiewe gevolge: goeie gesondheid en geestelike groei

Stres is gesond wanneer dit stimulasie en wakkerheid aanhelp, bydra tot persoonlike groei en ontwikkeling of individue help om hulle behoeftes te bevredig. Gesonde stres help om die ewwilibrium te behou en ook om motivering, leer, kreatiwiteit, ontwikkeling, produksie en

bevrediging te vermeerder. Algehele vryheid van stres, kan selfs tot geestelike doodsheid lei (De Villiers, 1986:17). Om stres algeheel te vermy, behoort nie 'n doelstelling te wees nie.

Om te presteer of optimaal te funksioneer moet 'n mens jou optimum stresvlak vind. Gesonde stres veroorsaak minder skade as ongesonde stres, maar baie hang af van hoe die individu dit hanteer. Elke persoon wil belangrik voel. Hy moet homself regverdig as 'n objek van primêre waarde in die heelal. Een van die primêre verwagtings van hoogs gemotiveerde mense is om 'n sin vir betekenis en doel in hulle werk te hê. Indien aan hierdie verwagtings voldoen word, sal mense selfs in spanningsvolle beroepe en waar die vergoeding onvoldoende is, nie aan ernstige gevolge van stres onderworpe wees nie. Werknemers kan egter intensief aan stres onderwerp word wanneer die werk onbeduidend is en daar nie geleentheid vir groei is nie (Pines & Aronson, 1988:36). Die navorsers is van mening dat 'n toestand van oormatige stres by huiswerkers voorkom kan word as hulle hul werk as sinvol ervaar en voel dat hulle daardeur 'n bydrae tot die welsyn van hul werkgewers maak. Sodoende sal hulle moontlik ook erkenning vir hul bydrae geniet, waardeur hulle self en indirek hulle gesinne, beoordeel kan word.

Daar is in elke mens 'n onderliggende vloei van beweging na konstruktiewe vervulling van sy inherente moontlikhede, 'n natuurlike neiging om te groei. As mense nie toelaat vir die uitdrukking van hul talente en vaardighede nie, ervaar hulle frustrasie. Lae werksbevrediging kom voor as die werk nie groei aanmoedig en toelaat nie, en dit kan tot uitbranding lei.

Werkers sal meer gemotiveerd wees as hulle dinge op hulle eie manier kan doen, as hulle 'n redelike graad van kontrole oor hulle werksomgewing het en as hulle genoeg betaal word om onafhanklik te wees en om kontrole te hê oor hulle lewe buite die werk (Pines & Aronson, 1988:37). Hierdie beginsel sal ook vir huiswerkers geld. Navorsers het verder bevind dat as werksverhoudinge goed is, werkers meer geneig is om positiewe houdings teenoor die werk te hê, om die werk te geniet, om suksesvol te voel en om te soek na selfverwesenliking daarin.

As 'n mens dus terugkeer na die twee paaie wat lei na óf optimale werkverrigting óf uitbranding, is dit duidelik dat 'n belangrike onderskeid tussen die twee paaie die aard van die werksomgewing is.

3.4.3.2 Negatiewe gevolge: Stresopeenhoping, distres en siektes

Hoewel meeste individue hul werksomgewing met hoë verwagtings van sukses en vervulling benader, word hulle dikwels met 'n omgewing wat minimale beloning en onvermydelike mislukking inhou, gekonfronteer (Pines & Aronson, 1988:33). Stresvolle daaglikse gebeurtenisse kan lei tot 'n opeenhoping van stres, 'n gevoel van toenemende vreesbevangenheid en die ervaring van bedreigings deur uitdagings wat voorheen stimulerend en prikkelend was (Justice *et al.*, 1981:220).

Werknemers kan stresopeenhoping as gevolg van alledaagse probleme en bekommernisse in die werksituasie so erg ervaar dat hulle hulself nie daarvan kan distansieer wanneer hul na werk huiswaarts keer nie. Probleme word dan van die werksituasie na die gesinsmilieu oorgedra, en tesame met die gesin se probleme word opeenhoping van stres ondervind, wat gepaard gaan met 'n afname in die vermoë om dit te hanteer (Trick, 1981:64). Werkers moet hulself meer en meer inspan om take wat van hulle verwag word, bevredigend uit te voer (Pines & Aronson, 1988:12). Indien so 'n situasie langdurig van aard is, kan 'n punt van distres bereik word, waar werkers 'n gevoel van hulpeloosheid ervaar, apaties voel, nie optimaal funksioneer nie en vatbaar raak vir fisiologiese en psigologiese siektes. Ongesonde stres kom ook voor wanneer behoeftes nie bevredig word nie (De Villiers, 1986:17-18).

(i) Fisiologiese siektes

Ongesonde stres werk veral in op die spierstelsel. 'n Spier het die vermoë om te verkort wanneer dit gestimuleer word deur senuwee-impulse. Dikwels ontstaan gedeeltelike kontraksies en spanning ontwikkel, maar geen arbeid word verrig nie. Hierdie proses word spierspanning genoem en dit word in verband gebring met verstourings soos hoofpyn, rugpyn en spasmas van die slukderm.

Gevoelens van stres werk ook in op die gastro-intestinale sisteem. Kenmerkend is verhoogde speekselvloei of droogheid in die mond, spastiese kontraksie van die slukderm wat die peristalse verstour en diarree of hardlywigheid veroorsaak, asook ander spysverteringsprobleme. In die maagslymvliese vind verhoogde soutsuursekresies plaas en die membrane word so dun dat maagsere kan ontwikkel (De Villiers, 1986:54).

Stres werk ook in op die kardiovaskulêre sisteem (De Villiers, 1986:54). Een van die ernstigste newe-effekte van stresopwekking is hoë bloeddruk. Dit plaas meer druk op die hart en dra by tot hartkwale (Chusmir & Du Rand, 1987:38-43). Tydens stresopwekking word kortisol en epenifrien vrygestel wat vet en cholesterol mobiliseer en dan vrylik in die bloedstroom sirkuleer. As 'n bloedvat sy elasticiteit verloor, verhoog dit die bloeddruk wat dan bydra tot hipertensie en patologie van die hart.

Ander fisiologiese simptome wat aan stres toegeskryf kan word, is volgens Greenberg en Valletutti (1980:71-72) 'n gebrek aan eetlus of impulsiewe eetgewoontes, slaapsteurnisse soos slapeloosheid of 'n oormatige behoefte aan slaap, voortdurende uitputting, kortasemheid, onverwagte floutes, oormatige sweetafskeiding, hartkloppings, velaandoenings en fisiese onaktiwiteit.

Die immuniseringsisteem van die liggaam kan ook by langdurige streservaring verswak, wat die individu meer vatbaar maak vir virussiektes. So 'n situasie kan verder latente aangebore swakhede soos konstitusionele swakhede in die sentrale en outonome senuweestelsel aktiveer (Cavanagh, 1988:55).

(ii) Psigologiese reaksies op stres

Verskeie outeurs (Quick *et al.*, 1986:45; Greenberg & Valletutti, 1980:71-72; Cavanagh, 1988:53) is dit eens dat buitensporige en/of langdurige stres tot 'n hele aantal psigologiese simptome aanleiding kan gee.

- **Algemene psigologiese simptome van stres.** Quick *et al.*, (1986:44) wys daarop dat stresreaksies verskil van mens tot mens. Net soos daar nie 'n enkele stel oorsake is wat stres tot op 'n breekpunt voer nie, is daar nie 'n vasgestelde tydskaal vir die bepaling van psigologiese gevolge van stres nie. Greenberg en Valletutti (1980:71-72) en Cavanagh (1988:55) bespreek die volgende algemene psigologiese simptome van stres:

- * Persone se konsentrasie verswak en hulle aandag word in so 'n mate deur interne en eksterne prikkels afgetrek dat hulle dit moeilik vind om stil te sit en aan take met fyn detail aandag te skenk.

- * Ondervindinge wat voorheen vernuwend op die individu ingewerk het, byvoorbeeld naweek-uitstappies, besoeke aan vriende en sportgebeure kan hierdie effek verloor en selfs spanningsvol word.
- * Geheue kan aangetas word, in die sin dat mense kan vergeet waar hulle voorwerpe neergesit het, wanneer hulle sperdatums moet nakom, watter detail by watter gebeure hoort en watter beloftes hulle gemaak het.
- * Persone se frustrasietoleransie kan verlaag, wat kan lei tot ongeduld en uitbarstings van woede.
- * Mense wat aan langdurige spanning onderworpe is, kan motiveringsprobleme ondervind en die dryfkrag, energie en begeerte om gewone take en verantwoordelikhede te behartig kan ontbreek.
- * Individue kan ongelukkig, depressief, hulpeloos en hopeloos voel, of hulle kan 'n oormatige hoeveelheid energie, opgewondenheid, optimisme en geluk belewe - hulle bui kan tussen die sogenaamde "hypo" en "hyper" toestande fluktueer.
- * Streslyers kan 'n "veg-of-vlug" reaksie teenoor mense ondervind, wat beteken dat hulle hul óf onttrek van andere óf andere aanval met irriterende gedrag, onbeskoftheid, sarkasme en vyandigheid.

Ander psigologiese simptome van stres wat deur Greenberg en Valletutti (1980:71-72) genoem word, is 'n konstante gevoel van ongemak, gevoelens van verveeldheid, mislukking en verwerping, 'n onvermoë om spontaan te lag, besluitloosheid en oormatige fyngewoeligheid.

• **Angs as emosionele reaksie.** *Angs* word deur Organ en Bateman (1986:381-383) beskryf as die gevoel dat 'n persoon nie oor toepaslike response of planne beskik om geantisipeerde leedaandoenings te hanteer nie. Goodloe *et al.*, (1984:138) en Kotze (1986:41) brei op dié simptome uit en verduidelik dat angs 'n psigologiese reaksie is, wat gekenmerk word deur akute spanning, 'n gevoel van beklemming en 'n onvermoë om te ontspan. Hierdie toestand gaan dikwels gepaard met fisiologiese reaksies soos versnelde hartklop en polsslag, 'n benoude gevoel op die bors, 'n gevoel van onwerklikheid, duiseligheid, oormatige sweet en frekwente urinering.

Angs in die werksituasie word onder meer veroorsaak deur rolkonflik, kompetisie om bevordering, roldubbelsinnigheid, gebrek aan prestasieterugvoering, gebrek aan sosiale ondersteuning en onduidelike werksdoelwitte.

Brief *et al.*, (1981:22) verduidelik dat wanneer die druk van angs oormatig is en nie deur praktiese probleemoplossingsmetodes verlig kan word nie, kan mense hulle soms tot verdedigingsmeganismes wend. Gouws *et al.*, (1979:318) omskryf verdedigingsmeganismes as onbewuste gedragpatrone wat 'n persoon gebruik om homself teen gevoelens van angs, verleentheid, minderwaardigheid en skuld te beskerm en wat verhoed dat hierdie gevoelens tot die bewuste deurdring. Verdedigingsmeganismes behels onder meer onderdrukking, projeksie, reaksie-formasie, verplasing, rasionalisasie en intellektualisasie.

Volgens Louw (1989:466) dui navorsing in Afrika toenemend daarop dat angsgebaseerde reaksies (neuroses) basies dieselfde patroon onder lede van alle kultuurgroepe aanneem. Daar kan dus aangeneem word dat swart huiswerkers ook angs in bogenoemde vorms kan beleef. Louw beskryf spesifieke angsgebaseerde reaksies van swart Suid-Afrikaners in meer diepte. Een van die angsgebaseerde sindrome waarvoor die meeste navorsing in Afrika gedoen is, is die sogenaamde "brainfag"-sindroom. Hierdie is 'n angsdepressiewe versteuring, wat deur depersonalisasie en konveksieverskynsels gekenmerk word. Die simptomatologie sluit onder andere die volgende in: sensoriese versteurings soos onaangename ervarings van pyn, hitte, kriebeling of 'n beklemde gevoel wat veral op die kop gesentreer is, visuele versteurings veral in die vorm van branderige en tranerige oë of 'n onvermoë om behoorlik te kan sien, 'n inperking van die pasiënt se kognitiewe vermoëns, soos byvoorbeeld 'n onvermoë om die betekenis van leermateriaal te begryp; asook 'n geheue- en konsentrasieversteuring.

- **Depressie as emosionele reaksie.** Gouws *et al.* (1979:50) omskryf *depressie* as 'n toestand van intense neerslagtigheid wat in die reël gepaard gaan met gevoelens van ontoereikendheid, onsekerheid, pessimisme omtrent die toekoms, asook sosiale onttrekking en verlaagde psigomotoriese aktiwiteite. Volgens Kotze (1986:41-42) word depressie gekenmerk deur lusteloosheid, belangeloosheid, geïrriteerdheid met mense en dinge, slapeloosheid of oormatige slaapgewoontes en gevoelens van verwerping en onbevoegdheid. Depressie in die werksituasie kan ontwikkel in gevalle waar die individu blootgestel word aan werkseise wat bo sy vermoëns (fisies en intellektueel) is.

Volgens Freudenberger en Richelson (1980:66) neem depressie baie vorms aan en dit mag of mag nie verbind wees aan uitbranding nie. Daar is verskille tussen 'n algemene depressiewe geestestoestand en die vorm van depressie wat aandui dat uitbranding plaasvind. Uitbranding word verduidelik (kyk paragraaf 3.4.3.3) meer volledig bespreek, maar word hier voorlopig ter wille van vergelyking van verskillende vorms van depressie genoem. In 'n nie-uitbrandingsverwante depressie duur die toestand lank en dring alle areas van 'n persoon se lewe binne. Die lewe lyk betekenisloos vir so 'n persoon en hy mag selfs selfmoord oorweeg. In 'n uitbrandingstoestand is depressie gewoonlik tydelik, spesifiek en beperk en het betrekking op min of meer een area van die lewe. 'n Uitgebrande persoon kan byvoorbeeld neerslagtig en terneergedruk wees by die werk, maar kan heeltemal goed voel by die huis. 'n Depressiewe persoon kan nie sulke onderskeidings maak nie. 'n Algehele traagheid dring deur tot al sy aktiwiteite. 'n Ander onderskeiding is die teenwoordigheid van 'n skuldgevoel. Die depressiewe persoon is geneig om 'n grondige skuldgevoel te hê vir elke ding wat verkeerd gaan. Die uitgebrande persoon is meer geneig om kwaad te wees. Van der Merwe (1981:55 & 58) weerlê vroeëre navorsingsbevindings dat depressie relatief min onder swart mense in Afrika voorkom, en dat daar min tekens van 'n gewete wat skuldgevoelens meebring, bestaan. Hulle navorsing het die teendeel aangetoon naamlik dat depressie en skuldgevoelens wel onder swartes voorkom.

3.4.3.3 Uitermatige negatiewe gevolge: Uitbranding

(i) Begripsomskrywing

In uiterste gevalle kan persone wat aan langdurige en intensiewe stres onderworpe is, heeltemal uitbrand. Drie kenmerke van uitbranding is fisiese uitputting, emosionele uitputting en geestelike uitputting (Pines & Aronson, 1988:9).

'n Omvattende definisie van uitbranding is in paragraaf 3.2 gegee. Stres kan lei tot uitbranding, maar nie alle individue wat stres ervaar brand uit nie (Handy, 1988:353). Indien stres goed hanteer word, kan uitbranding voorkom word (De Villiers, 1982:52-55; Daley, 1979:379; Zastro, 1984:143-145). Baie mense wat uitermate hard werk en die kers aan albei

kante brand, hanteer die gepaardgaande stres so goed dat dit glad nie tot uitbranding lei nie (Muldary, 1983:19).

Om tussen stres en uitbranding te onderskei, is nie altyd so 'n eenvoudige aangeleentheid nie. Sommige outeurs meen selfs dat uitbranding 'n spesiale vorm van stres is (Zastrow, 1984:143), of dat uitbranding 'n uiterste vlak van stres is, wat progressief toeneem en nie sonder eksterne hulp hanteer kan word nie (Brill, 1984:15). 'n Interessante siening is dié van Handy (1988:354) wat beweer dat beide stres en uitbranding die gevolg is van 'n diskrepans tussen die beskikbare hoeveelheid psigiese energie en die hoeveelheid psigiese energie wat deur die omgewing vereis word. Hierdie verskil kan werklik wees of dit kan 'n subjektiewe verskil, gebaseer op die persepsie van die individu, wees. Meer spesifiek is psigologiese uitbranding volgens hom die gevolg van langdurige ervaring van stres van 'n bepaalde intensiteit, 'n siening wat ooreenstem met die van baie ander outeurs. Die term "chroniese stres" kan ook in hierdie verband gebruik word.

(ii) Simptome van uitbranding

Simptome van uitbranding word deur verskillende outeurs verskillend geklassifiseer, maar daar word redelik algemeen na fisieke simptome, gedragssimptome en emosionele simptome verwys.

• Fisieke simptome

Verskeie fisieke simptome word in die literatuur bespreek, hoewel die verband tussen die ervaring van uitbranding aan die een kant en die voorkoms van die simptomatologie aan die ander kant, nie deurlopende substantief geverifieer word nie. Die volgende fisieke simptome word deur Potter (1993:7-9), Trick (1981:64), Kotze (1986:28), Pines en Aronson (1988:12) en Farber (1984:326) bespreek:

- * Kortasemheid en versteurings van die asemhalingsritme kom dikwels by hoë stresvlakke voor. Fisieke ontspanningstegnieke maak ook algemeen van asemhalingsoefeninge gebruik.

- * **Kardiovaskulêre problematiek kan soms aan uitbranding toegeskryf word, hoewel dit met omsigtigheid geïnterpreteer moet word as gevolg van die kompleksiteit van oorsaaklike faktore van kardiovaskulêre problematiek.**
- * **Skommeling in gewig wat nie met spesifieke biologiese oorsake verband hou nie, kan soms die gevolg van uitbranding wees.**
- * **Gasteo-intestinale probleme, waaronder veral maagsere, kan voorkom.**
- * **‘n Droë mond kan voorkom.**
- * **‘n Afname in konsentrasie en selfs in sig word soms ondervind.**
- * **Fisiese pyne soos nekpyn, rugpyn en borspyn is algemeen.**
- * **Uitputting en moegheid as gevolg van ‘n onvermoë om te ontspan, is ‘n tipiese simptome van uitbranding. Freudenberg en Richelson (1980:62) lê klem daarop dat die verlies aan energie en ‘n onverklaarbare moegheid die eerste simptome van ‘n uitgebrande persoon is, en die beste aanduiding om uitbranding vroeg te identifiseer.**

- **Gedragsimptome**

Gedragsimptome van uitbranding geniet heelwat aandag in die literatuur, en enkele van die simptome soos deur Kotze (1986:30-40), Maslach (1982:3, 70-79), Pines en Aronson (1988:12-16), Zastrow (1984:142), Harris (1984:37), Rose (1986:168), Daley (1979:375), Trick (1981:64), Potter (1993:6-11), Farber (1984:326), Freudenberger en Richelson (1980:52), Brill (1984:16) en Cavanagh (1988:55) bespreek word, word kortliks hier genoem:

Letterlike en figuurlike afwesigheid van werk, 'n gebrekkige vermoë om interpersoonlike verhoudings in stand te hou, rigiede optrede in die sin dat persone volgens vasgestelde reëls en prosedures handel en nie bereid is om daarvan af te wyk nie, 'n onvermoë en onwilligheid om te ontspan, die gebruik van kalmeermiddels, dwelmmiddels en alkohol, verswakte eetlus, traagheid om soggens op te staan, versteurde slaappatrone en ondervinding van nagmerries, vermindering in empatiese respondering as gevolg van lae energievlakke, weerloosheid teen frustrasie, gebrekkige beplanning, toewyding en verbondenheid tot werk as gevolg van min entoesiasme en motivering, die ervaring van voorheen stimulerende uitdagings as bedreigings, geïrriteerdheid, senuweeagtigheid en emosionele uitbarstings. Bogenoemde is van die mees algemene gedragsimptome wat by uitbranding voorkom.

- **Emosionele simptome**

Van Graan (1981:339) spreek die mening uit dat dit tans nog steeds van die individu verwag word om sy emosies te onderdruk. Hierdie onderdrukking vereis 'n hoër energieverbruik wat 'n ideale teelaarde vir psigologiese uitputting kan vorm. Volgens Van Graan en Kotze (1988:6) word die volgende affektiewe simptome by uitbranding aangetref: afstomping van emosies, depressie, swak selfkonsep, agterdogtigheid, 'n gevoel van isolasie, woede, sinisme, ontevredenheid, angs, gapings in geheue en periodes van verwarring, asook gevoelens van passiwiteit, hulpeloosheid, hopeloosheid, betekenisloosheid, verveeldheid, ontugtering en emosionele uitputting, wisseling in gemoedstoestand, gevoelens van minderwaardigheid en in uiterste gevalle oorweging van selfmoord. Die uitgebrande persoon verloor belangstelling in dinge wat voorheen vir hom betekenis gehad het. Emosionele onttrekking kom onder persone in hulpverlenende beroepe voor (Pines & Aronson, 1988:10-17; Kotze, 1986:39; Freudenberger & Richelson, 1980:25,62; Maslach, 1982:5,75, 79, 84; Maher, 1983:390;

Harris, 1984:34; Zastrow, 1984:142; Farber, 1984:325; Farber, 1983:3, Rose, 1986:168; Potter, 1993:8-9; Daley, 1979:375).

- **Simptome binne werksverband**

‘n Hele aantal outeurs skryf uitgebreid oor simptome na uitbranding soos dit in die persoon se werksituasie aangetref word. ‘n Kort samevatting hiervan sal vir die doel van hierdie studie gegee word, soos deur die volgende outeurs genoem: Zastrow (1984:142), Farber (1984:325), Maslach (1982:38, 73-77), Potter (1993:5-15, 37, 264), Pines en Aronson (1988:13-18), Harris (1984:36), Daley (1979:375), Kotze (1986:38-39), Freudenberger en Richelson (1980:62-64), Pines *et al.* (1981:9, 72-75), Gold (1985:254-257), Rose (1986:169) en Muldary (1983:79-80).

Etlike van die outeurs wat oor uitbranding in die werkgemeenskap skryf, beklemtoon dit dat uitbranding nie skielik plaasvind nie, maar ‘n geleidelike proses is wat plaasvind as gevolg van die kumulatiewe effek van stressors in die werksituasie. Faktore wat ‘n rol kan speel by die ervaring van chroniese werkstres wat tot uitbranding kan lei, is byvoorbeeld die hoeveelheid tyd wat ‘n persoon aan ‘n werk bestee, sy vlak van ervaring, die tipe werk en bekwaamheid wat dit vereis, die houding en gedrag van werkgewers teenoor die werknemer, persoonlike eienskappe en nog vele ander, soos ook reeds in paragraaf 3.4.1 bespreek is.

Simptome wat in verband met uitbranding by die werkgemeenskap bespreek word, is onder andere die volgende:

- * ‘n Afname in prestasie en werkseffektiwiteit kom voor wanneer hoë energievlakke, goeie gesondheid en entoesiasme verlore gaan. Ongeluksgeneigdheid en chroniese agtelosigheid kan ook voorkom.
- * Die werk word minder uitdagend ervaar, dikwels as gevolg van ‘n suspisie dat die werker nie waardeer word nie. Dit kan lei tot ‘n toename in fisiese afwesigheid en siekteverlof. Paranoia is net ‘n klein stappie verwyder van die gevoel dat hulle nie waardeer word nie, en selfs vertrap word. Risikonemende gedrag neem ook af.
- * Die werker verloor vertroue in sy vermoë om aktiwiteit by die werk te beïnvloed en te beheer. Dit spruit dikwels voort uit die feit dat werkgewers presiese en rigiede

werksprosedures voorskryf en geen opsie van alternatiewe werkswyses aan die werker gee nie.

- * 'n Toename in negatiewiteit teenoor kliënte en teenoor die werk kom voor, ook onder andere omdat werkers hulleself as misbruik, leeg en opgebruik sien. 'n Afname in kommunikasie vind ook plaas.
- * Uitgebrande werkers kan aggressief en vyandig raak en oor onbenullighede uitvaar. Ongeduld in 'n matige vorm is ingebou in die eienskappe van uitbrandingskandidate. Voordat die punt van uitbranding bereik word, het sulke persone gewoonlik 'n oneindige voorraad energie en kan 'n groot hoeveelheid werk vinnig afhandel, 'n eienskap wat hulle geneig maak om onsimpatiek te wees teenoor die sukkelaar. Soos uitbranding 'n werklikheid word en hulle vermoë om take uit te voer, afneem, neem hulle ongeduld en geïrriteerdheid met mense om hulle toe. Sulke persone is ook geneig om ander te blameer vir probleme wat aan hul eie foute toegeskryf word.
- * Vergoedingsisteme word bevraagteken en veroorsaak ongelukkigheid.
- * Uitgebrande werkers bevraagteken dikwels hul loopbane, soms omdat hulle die gevoel van magteloosheid op hul werk projekteer, wat aanleiding daartoe kan gee dat die werknemer sy of haar werk verlaat.
- * Die ondersteunende rol wat gesinslede ter bereiking van lewens- en werksdoelwitte speel, word ook bevraagteken, sodat gesinsverbintenisse soms daaronder ly.
- * Afsondering begin as selfbeskerming om pyn af te weer, maar soos uitbranding voortgaan voel die individu 'n groeiende verwydering van sy omgewing. Dit vererger tot 'n toestand van ontkoppeling, distansiëring, afstomping en uiteindelik doodsheid.
- * Verveeldheid en sinisme is natuurlike deelgenote wat mekaar in 'n uitbrandingsituasie genereer; afsydigheid genereer albei. Mense wat op die oppervlak van die wêreld in plaas van in die middelpunt daarvan figureer, bevraagteken die sinvolheid van hul werksaktiwiteite en raak skepties met betrekking tot mense se motiewe.
- * 'n Gevoel van betekenisloosheid kom by sommige uitbrandingslagoffers voor, terwyl ander wat wel daarin slaag om selfs oorvloedige belonings vir hul werk te verkry, nie blywende satisfaksie ondervind nie. Hierdie is volgens kenners die mees verraderlike vorm van uitbranding, aangesien geen van hierdie simptome as 'n waarskuwingsteken in die vroeë stadiums voorkom nie.

- * In teenstelling met die trant van die meeste ander simptome, ervaar enkele uitbrandingslagoffers 'n sin van almagtigheid, wat inhou dat hulle dink niemand anders kan sekere dinge doen nie.
- * Depressie kan ook in die uitbrandingstadium voorkom, in welke geval die simptome verskil van dié van 'n algehele depressiewe toestand. In die uitbrandingsfase is depressie gewoonlik tydelik, spesifiek en lokaal en het betrekking op een terrein van die lewe. 'n Uitgebrande persoon kom neerslagtig, wanhopig en bedruk by die werk wees, maar tuis heeltemal goed voel. 'n Ander verskil is dat algeheel depressiewe persone geneig is tot diepgaande skuldgevoelens oor alles wat verkeerd gaan, terwyl die uitgebrande persoon meer geneig is om kwaad te wees.
- * Mense wat meer geneig is om "om te gee" vir andere, is meer geneig tot uitbranding as die minder sensitiewe persoon. Indien so 'n persoon skielik en om geen besondere rede nie, ophou om "om te gee", kan dit 'n teken van uitbranding wees.
- * Ten slotte: een van die gevaarlike simptome van uitbranding in 'n werksituasie is dié van ongevoeligheid, of die ontkenning dat enige iets verkeerd is. So gou as ontkenning in die prentjie verskyn, verander die persoon se simptome in vyande in plaas van in bondgenote. Hulle kan dan nie langer help nie, want hoe hard hulle ookal uitskree, niemand luister nie. Ontkenning is dikwels die tweede fase van uitbranding, dus is dit belangrik om daarteen te waak dat dit nie ongemerk in 'n mens se gedrag inkruip nie.

3.5 SAMEVATTING

In hierdie hoofstuk is gepoog om die betekenis van stres en die wye omvang daarvan te ondersoek. Die streservaring van individue, met spesiale verwysing na die ervaring van stres deur swart huiswerkers, is nagevors deur bronne van stres (individuele stressors) die hantering van stres en verskillende moontlike gevolge van stres soos in die literatuur uiteengesit, te bestudeer.

Kenners is dit eens dat stres nie uitsluitlik nadelige gevolge inhou nie, aangesien 'n mate van spanning nodig is om enige mens optimaal te laat funksioneer. 'n Individue se persoonlike eienskappe en omstandighede, gesinsmilieu en werksituasie kan as stressors optree, maar die uiteindelijke reaksie op stressors word sterk beïnvloed deur hierdie individue se stresbemiddelingsvaardighede. Hoewel hierdie studie nie die empiriese toetsing van

Hoofstuk 3:

respondente se streshanteringsvaardighede ten doel gehad het nie, is dit uiters noodsaaklik dat daar rekening gehou moet word met die individu se vermoë om vaardighede te ontwikkel wat hulle in staat kan stel om stres te hanteer. Die ontwikkeling van kritiese en kreatiewe denkvaardighede kan die mens tot selfkennis bring, waaruit 'n groot mate van selfbeheer kan voortvloei. Verdere faktore wat tot die beheer van stres kan bydra, is kommunikasievaardighede, versorgingsvaardighede en probleemoplossingsvaardighede. Die moontlikheid dat uiterste gevolge van stres vermy kan word deur die vroegtydige bestuur en beheer daarvan, moet by die aanbevelings in hierdie studie ter sprake kom.

Die gevolge van stres word deur die aard en omvang van die individuele stressors én deur die streshanteringsvaardighede gesamentlik bepaal. Die eerste fase van stres is dikwels stimulerend en wanneer dit met motivering en 'n ondersteunende omgewing gepaard gaan, kan dit tot topprestasie in 'n werksituasie lei. In 'n ongunstige omgewing wat met minimale beloning gepaard gaan, kan opeenhoping van stres egter tot distres lei wat mislukkings in die werksituasie tot gevolg kan hê. Simptome van hierdie toestand kan fisiologies en/of psigologies van aard wees en werkers wat 'n toestand van distres bereik het, kan nie optimaal funksioneer nie. Angs en depressie is twee gevorderde psigologiese gevolge van distres.

Wanneer persone aan langdurige hoë stresvlakke onderworpe is, kan uitbranding, wat deur fisiese, emosionele en geestelike uitputting gekenmerk word, plaasvind. Uitbranding is nie 'n toestand wat skielik plaasvind nie; dis 'n geleidelike proses wat die individu algaande van sy omgewing verwyder en dikwels tot 'n toestand van afstomping, ont koppeling en uiteindelik tot geestelike doodsheid lei. Wanneer individue ontken dat enigiets met hulle skort, is hierdie situasie gevaarlik en is hulp aan so 'n persoon dringend nodig.

In die hoofstuk word faktore wat tot stres in die swart huiswerker se werksituasie, sowel as haar gesinsituasie aanleiding kan gee, deurgaans uitgelig. Bevindings van die empiriese ondersoek sal goeie aansluiting hierby vind.

HOOFSTUK 4

4. EMPIRIESE ONDERSOEK EN RESULTATE

4.1 INLEIDING

Die navorsingsraamwerk waarop hierdie studie gebaseer is, is in hoofstuk 1 aangebied. Daarvolgens is faktore wat tot die streservaring van huiswerkers bydra, die volgende: probleme wat hulle ten opsigte van hul werksituasie, ten opsigte van hul eie huishouding en ten opsigte van hul gesinsituasie ondervind. Kompensasiepraktyke kan die reaksie op hierdie stressors beïnvloed.

Ten einde die streservaring van huiswerkers te bepaal en die faktore wat hiertoe bydra, te ondersoek, is 'n gestruktureerde vraelys en twee gevalideerde meetinstrumente om stres te meet, gebruik. Die navorser het alles tydens onderhoudvoering self ingevul.

4.2 KEUSE VAN RESPONDENTE EN STEEKPROEF

Die teikenpopulasie vir hierdie studie was huiswerkers wat minstens vyf dae per week in Potchefstroom werksaam is en wat kinders onder 16-jarige ouderdom het. Die tradisioneel blanke woongebied van Potchefstroom is aan die hand van 'n kaart deur die plaaslike munisipaliteit verskaf en met die hulp van die Statistiese Konsultasiediens van die PU vir CHO in dertien gebiede verdeel. 'n Trossteekproef van 250 huiswerkers is ewekansig uit hierdie 13 gebiedstrosse gekies. Die blokke in elke tros is genommer, waarna vier tot vyf blokke ewekansig met kanssyfers uit elke tros gekies is. Uit elke gekose blok is dan ongeveer vyf huiswerkers getoets, afhangend van die beskikbaarheid en geskiktheid (voldoening aan teikenpopulasievereistes) van die respondente en toestemming van die werkgewers. Daar is gepoog om 'n totaal van 20 respondente in elke tros te toets. Slegs in die middestadgebied kon nie 20 respondente gevind word wat aan die vereistes van die teikenpopulasie voldoen nie, en

hier is met 10 respondente volstaan. Al die respondente was Afrikaans magtig, maar om misverstande te voorkom is hoofbegrippe in die vraelys ook in Tswana vertaal.

4.3 MEETINSTRUMENT

Die meetinstrument, gebaseer op kwantitatiewe navorsing, het uit drie afdelings bestaan, naamlik 'n vraelys om inligting in te samel aangaande die omstandighede en probleme van vroulike huiswerkers in hul werksituasie en ten opsigte van hul eie huishouding en gesinsituasie, asook twee gevalideerde meetinstrumente om stres te meet, naamlik die Berocca stresindeks en die Pines-strestoets.

4.4 Strukturering van die Meetinstrument

4.4.1 Die vraelys (kyk bylae 1) is in Afrikaans en Tswana aangebied en het uit agt afdelings bestaan. Die vrae is ontwerp om met die konseptuele raamwerk en doelstellings van die studie te korreleer.

Afdeling A (vrae 1 tot 5) dek aspekte in verband met demografiese inligting van die respondent.

Afdeling B (vrae 6 tot 14) win inligting in met betrekking tot die beroep van die respondent.

Afdeling C (vrae 15 tot 19) het betrekking op die respondent se eie huishouding.

Afdeling D (vrae 20 tot 22) handel oor die tyd wat die respondent saam met haar man deurbring, asook hulpverlening deur die eggenoot en sy houding teenoor haar werk.

Afdeling E (vrae 23 tot 26) ondersoek aspekte met betrekking tot die respondent se kinders.

Afdeling F (vrae 27 en 28) bepaal wie almal by haar in die huis bly en of die respondent gelukkig is met die situasie.

Afdeling G (vraag 29) bepaal die respondent se betrokkenheid by die samelewing.

Afdeling H (vraag 30) stel ondersoek in na watter van tien moontlike kompensasiëpraktieke die respondent gebruik om probleme die hoof te bied en spanning te verlig.

4.4.2 Die “Berocca Stress Index” strestoets (kyk bylae 2) is in Afrikaans, Engels en Tswana aangebied volgens die taalvoorkeur van die respondente. Die instrument is deur Research Surveys (Edms) Bpk. ontwikkel en Roche Products (Edms) Bpk. het goedgegunstige toestemming verleen vir die gebruik hiervan vir hierdie studie.

Die meetinstrument bestaan uit 52 items wat sekere gevoelens of ervarings beskryf en die respondent moes aandui hoe sy die afgelope drie tot vier dae ten opsigte van elke genoemde item gevoel het. In ‘n tweede kolom moes sy aantoon hoe sy die afgelope een tot twee maande teenoor dieselfde items gevoel het. Elke item het ‘n spesifieke toegekende waarde wat ook verskil vir die eerste en tweede kolom. Omdat Research Surveys egter kopiereg op die toets voorbehou, mag hierdie waardes nie gepubliseer word nie. Die toets het ‘n hoë betroubaarheidsindeks, met ‘n alfa-koëffisiënt van 0,86 vir swart vroue. Inhoudsgeldigheid het aandag geniet, maar word effens vaag beskryf. Geldigheid en betroubaarheid is in hierdie studie getoets en word in paragraaf 4.10 bespreek.

Strestellings word in vyf kategorieë verdeel, volgens ‘n skaal wat vanaf 0 tot 100 strek. Elke kategorie verteenwoordig ‘n sekere mate van stres, wat deur spesifieke toestande, gevoelens en gedrag gekenmerk word. Die interpretasie van die strestellings word deur Research Surveys soos volg uiteengesit (Anon., 1993:2).

0 - 30: Respondente is baie ontspanne, byna onaktief. ‘n Telling van laer as 20 kan beteken dat ‘n persoon se werkverrigting verswak omdat sy aandag deur ander dinge afgetrek word.

30 - 40: Respondente se werkverrigting is ná aan optimaal met ‘n telling van hoog in die dertigs, maar hulle begin die effek van stres ervaar. Hulle voel waarskynlik goed en taamlik ontspanne.

40 - 50: By ‘n telling van 40 begin die positiewe en negatiewe simptome mekaar balanseer. Respondente vertoon tekens van stres, maar kan dit hanteer. Persone met sodanige tellings se

werkverrigting sal baie na aan optimaal of optimaal wees, maar hulle het af en toe 'n ruskans nodig om 'n balans te kan handhaaf. Hierdie persone sal bewus wees van hul stres, en moet voorsorgmaatreëls tref om te verhoed dat dit hulle negatief beïnvloed.

50 - 70: By 'n telling van 50 begin negatiewe simptome dominerend raak. Werkverrigting bereik 'n plato en mag selfs effens afneem. Swartmense vertoon effens meer negatiewe fisiese simptome by hierdie punt, byvoorbeeld energieverlies, nek- en rugpyn, hoers, verkoue en minder ernstige infeksies, terwyl blankes emosioneel meer afgerem mag voel en slaapprobleme mag ervaar. By 'n telling van hoër as 50 verswak 'n persoon se toestand en ook sy werkvermoë vinnig, en sy vermoë om te ontspan neem af.

70 +: Persone met so 'n hoë strestelling is abnormaal gespanne en angstig. Mense voel moeg selfs wanneer hulle wakker word, het aansienlik slaapprobleme, word maklik moeg, is irriteerbaar, ondervind nek- en rugpyne, hoofpyn, spierspanning, krampe en spasmas en is geneig om meer alkohol, tabak, verdowingsmiddels of susmiddels te gebruik. Tee- en/of koffie-inname mag ook styg. Maag en spysverteringsprobleme mag voorkom.

Individue mag verskil ten opsigte van simptome wat hulle vertoon, maar bogenoemde is die meer algemene simptome.

Samevattend: Werkverrigting bereik 'n hoogtepunt by strestellings van hoog in die dertig, met slegs 'n klein afname tot by 50. Daarna neem werkverrigting vinnig af tot by 70, waar sommige mense nog goeie werkverrigting kan lewer, maar waarskynlik sommige elemente in hulle lewe baie neerdrakkend of afwesig kan ervaar.

4.4.3 Die Pines-strestoets (kyk bylae 3) is in Afrikaans, Engels en Tswana aangebied. Hierdie toets is deur Pines *et al.* (1981:202) ontwerp om uitputting, wat sterk met stres verband hou, te meet. Hierdie toets bestaan uit 21 items wat drie aspekte van uitputting verteenwoordig, naamlik fisiese, emosionele en geestelike uitputting.

Fisiese uitputting word gemeet aan die hand van 6 aspekte, naamlik: om moeg te wees, om liggaamlik uitgeput te wees, om afgesloof te voel, om afgerem te voel, om afgemat te voel, om energiek te wees;

Emosionele uitputting word gemeet aan die hand van 7 aspekte, naamlik: om terneergedruk te voel, om emosioneel uitgeput te wees, om uitgebrand te voel, om vasgekeer te voel, om bekommerd te wees, om wanhopig te voel, om angstig te voel;

Geestelike uitputting word gemeet aan die hand van 8 aspekte, naamlik: om gelukkig te wees, om ongelukkig te wees, om 'n lekker dag te ervaar, om nikswerd te voel, om optimisties te voel, om ontnugter of gegrief teenoor mense te voel en om verwerp te voel.

Die items is ewekansig in die skaal versprei en in die oorspronklike instrument word dit op 'n sewepunt frekwensieskaal soos volg geëvalueer: nooit, eenkeer, selde, soms, dikwels, meestal, altyd. Dié fyn indeling van hierdie skaal kon egter nie tydens 'n loodsstudie deur die teikenpopulasie bemeester word nie. Die frekwensieskaal is gevolglik vir die doel van hierdie studie tot 'n driepuntskaal vereenvoudig, waar 1 = nooit, 2 = soms, 3 = altyd. In teenstelling met die oorwegend negatiewe stellings, is items 3, 6, 19 en 20 positief gestel, naamlik: voel energiek, is gelukkig, beleef 'n goeie dag, voel optimisties.

Betroubaarheid

Toets-hertoets betroubaarheid word deur Pines *et al.* (1981:203) gerapporteer as 0,89 vir 'n maand-interval, 0,76 vir 'n twee-maande interval en 0,66 vir 'n vier-maande interval. Alfa-koëffisiëntwaardes het tussen 0,91 en 0,93 gewissel, wat op 'n hoë interne konsekwentheid dui. Die instrument beskik dus oor 'n hoë betroubaarheid. Geldigheid word nie deur Pines bespreek nie, maar is in hierdie studie getoets (kyk paragraaf 4.10).

Berekening van uitputtingsindeks

Vir die doel van hierdie studie is die berekeningsprosedures van Pines *et al.* (1981:203) gevolg, want hoewel die meetinstrument minder responskategorieë bevat het, het die breër indelings met dié van Pines ooreengestem. Die uitputtingsindeks vir hierdie studie is soos volg bereken:

Vir positiewe stellings 3, 6, 19 en 20: responskategorie 1 (nooit) tel 7 punte, responskategorie 2 (soms) tel 4 punte en responskategorie 3 (altyd) tel 1 punt.

Vir negatiewe stellings 1, 2, 4, 5, 7, 8, 9, 10, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 18, en 21; responskategorie 1 (nooit) tel 1 punt, responskategorie 2 (soms) tel 4 punte en responskategorie 3 (altyd) tel 7 punte.

‘n Gemiddelde puntetelling is vervolgens per respondent bereken. Op hierdie basis van puntetoekenning sal ‘n persoon met ‘n hoë vermoedheidsvlak ‘n hoë uitputtingsindeks behaal.

Volgens Pines *et al.* (1981:38) kan die gemiddelde tellings wat respondente vir die toets behaal, soos volg geïnterpreteer word:

1 : kom feitlik nooit voor nie, want so ‘n persoon sal in ‘n permanente euforiese toestand wees.

2 - 3 : So ‘n persoon funksioneer goed. Daar moet miskien seker gemaak word dat die respondente eerlik was met hulle antwoorde.

3 - 4 : Hierdie persone behoort hul lewens- en werksomstandighede te ondersoek en hulle prioriteite te evalueer met die oog op moontlike veranderinge.

Hoër as 4 : ‘n Mate van uitbranding of uitputting word ervaar, in so ‘n mate dat iets daaraan gedoen moet word.

Hoër as 5 : ‘n Akute toestand van uitbranding het ontstaan, en so ‘n persoon het onmiddellike hulp nodig.

7 : Kom feitlik nooit voor nie, aangesien so ‘n persoon nie in die alledaagse wêreld sal kan funksioneer nie, en dus nie aan ‘n studie soos hierdie sal kan deelneem nie.

4.5 NAVORSINGSPROSEDURE

Die vraelys is vooraf deur vyf respondente ingevul om die praktiese uitvoerbaarheid uit te toets en moontlike haakplekke in toetsprosedure uit te stryk en die tydsduur vir die voltooiing van die vraelys by benadering te bepaal. Daar is besluit om nie meer as een respondent op 'n keer te toets nie, aangesien daar onderlinge beïnvloeding mag wees.

Tydens die uitvoering van die navorsing is werkgewers telefonies geskakel of persoonlik besoek om te reël vir 'n toetssessie op 'n geleë tyd. In die meeste gevalle was dit tydens werksure en in ander gevalle is hulle na werk getoets. Die toetsing het meestal by die werkgewers se huise plaasgevind; in uitsonderlike gevalle is die huiswerkers by die navorser se huis getoets.

4.6 VERWERKING VAN DIE RESULTATE

Die samestelling van die vraelys het aan die vereistes van rekenaarverwerking, soos deur die Statistiese Konsultasiediens van die Potchefstroomse Universiteit vir CHO vereis word, voldoen. Die rekenaarverwerkings is dan ook deur hierdie instansie gedoen.

Die Berocca-stresindekse is, volgens toegekende waardes vir die onderskeie items, rekenaarmatig bepaal. Die indekse is ook deur Research Surveys (Edms) Bpk. gekontroleer. Vir die Pines-strestoets is gemiddelde strestellings bereken en frekwensietabelle saamgestel.

4.7 VOORSTELLING EN ANALISE VAN DIE EMPIRIESE BEVINDINGE

'n Frekwensie-analise van die response op die vrae in die vraelys is in tabelle en figure weergegee. Die werklike response (rougetalle) sowel as die persentasies is in die tabelle, staaf- en sirkeldiagramme gegee. Die bespreking van die resultate is in die volgorde van die vrae in die vraelys aangebied.

Vir die Berocca stresindeks is totale stresindekse per respondent bereken en frekwensietabelle is saamgestel. Vir die Pines-strestoets is totale en gemiddelde strestellings asook

frekwensietabelle saamgestel. Korrelasies tussen die strestellings en enkele werks- en huisomstandighede van die respondente is bereken.

4.8 RESPONSE OP DIE VRAELYS

Slegs die resultate van die empiriese navorsing word in hierdie afdeling gegee. Die bespreking en toepassing daarvan sal in Hoofstuk 5 aangebied word.

4.8.1 Afdeling A: Demografiese gegewens

Tabel 4.1 Ouderdom van respondente en hulle mans, indien getroud (Vraag 1)

Ouderdomsgroep	Vroue		Mans	
	N	%	N	%
Jonger as 20 jaar	0	0,0	0	0,0
20 - 35 jaar	128	53,3	47	32,6
36 - 50 jaar	102	42,5	72	50,0
51 jaar en ouer	10	4,2	25	17,4
Totaal	240	100,0	144	100,0

Geen respondent was jonger as 20 jaar nie. Die grootste groep vroulike respondente, naamlik 128 (53,3%) was 20 tot 35 jaar oud. Honderd-en twee vroue (42,5%) was tussen 36 en 50 jaar en slegs 10 (4,2%) was 51 jaar en ouer. Die grootste groep mans, naamlik 72 (50%) val in die groep 36 tot 50 jaar oud. Van die res was 47 (32,6%) tussen 20 en 35 jaar en 25 (17,4%) was 51 jaar en ouer.

Tabel 4.2 Opvoedkundige kwalifikasies van respondente en hulle eggenotes, indien getroud (Vraag 2)

Hoogste opvoedkundige kwalifikasie	Vroue		Mans	
	N	%	N	%
Geen skoolopleiding	68	28,3	32	22,2
Graad 1 / Sub A tot stander 2	46	19,2	28	19,4
Stander 3 tot stander 5	76	31,7	38	26,4
Stander 6 tot stander 10	48	20,0	45	31,2
Opleiding by Boskop	2	0,8	0	0,0
Graad of Diploma	0	0,0	1	0,7
Totaal	240	100,0	144	100,0

Die grootste groep vrouens, naamlik 76 (31,7%), het 'n st. 3 - st. 5 vlak bereik. 'n Groot groep vrouens, 68 (28,3%), het geen skoolopleiding nie, terwyl 48 (20%) se opvoedkundige kwalifikasies tussen st. 6 en st. 10 is. Byna 'n vyfde, naamlik 46 (19,2%) het 'n vlak tussen gr. 1 en st. 2 bereik. Slegs 2 van die vroulike respondente het opleiding by Boskop gehad en geeneen het 'n graad op diploma nie. Die grootste groep mans, naamlik 45 (31,2%) het die st. 6 - st. 10 vlak bereik. Verder het 38 (26,4%) 'n vlak tussen st. 3 en st. 5 bereik. 'n Groep van 32 (22,2%) het geen skoolopleiding nie, terwyl 28 (19,4%) skool gegaan het tot op 'n vlak van tussen gr. 1 en st. 2. Slegs een man het 'n graad of diploma verwerf.

Tabel 4.3 Hoeveelheid respondente met mans of mansvriende wat by hulle inwoon (Vraag 3)

Inwonende mans/manlike vriende	N	%
Ja	143	59,6
Nee	97	40,4
Totaal	240	100,0

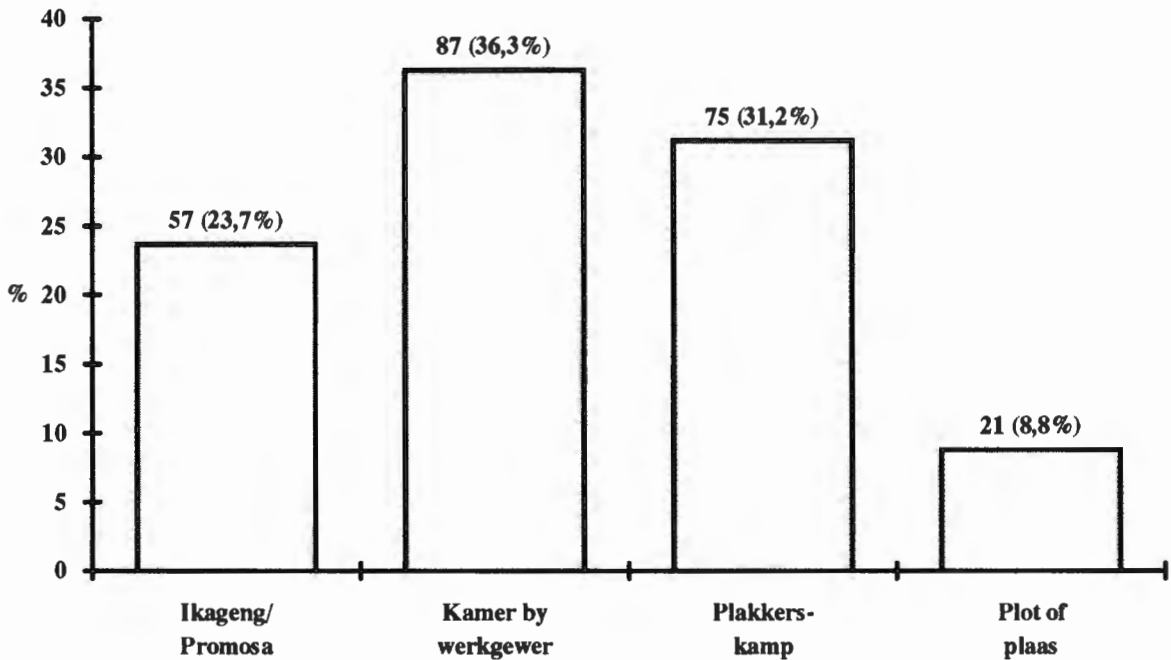
Dit blyk dat 143 (59,6%) van die respondente mans of mansvriende het wat by hulle inwoon, terwyl 97 (40,4%) nie mans het wat by hul bly nie.

Tabel 4.4 Aantal kinders in verskillende ouderdomsgroepe (Vraag 4)

Ouderdomskategorie			Subtotale		
	N	%	N	%	
Kinders jonger as 3 jaar:	1 kind	31	12,9		
	2 kinders	1	0,4	32	13,3
Kinders van 3 tot 5:	1 kind	53	22,1		
	2 kinders	3	1,3	56	23,3
Kinders van 6 tot 12:	1 kind	113	47,1		
	2 kinders	50	20,8		
	3 kinders	6	2,5		
	4 kinders	1	0,4	170	70,8
Kinders 13 jaar en ouer:	1 kind	54	22,5		
	2 kinders	40	16,7		
	3 kinders	27	11,3		
	4 kinders	16	6,7		
	5 kinders	16	6,7		
	6 kinders	2	0,8		
	7 kinders	2	0,8		
	8 kinders	1	0,4		
	9 kinders	1	0,4	159	66,3

Van die respondente het 31 (12,9%) 1 kind jonger as 3 jaar, terwyl een (0,4%) 2 kinders in hierdie ouderdomsgroep het. In die kategorie 3 tot 5 jaar het 53 (22,1%) van die respondente 1 kind en 3 (1,3%) het 2 kinders. In die groep tussen 6 en 12 jaar het 113 (47,1%) respondente een kind, 50 (20,8%) het 2 kinders, 6 (2,5%) 3 kinders en 1 (0,4%) het 4 kinders. In die ouderdomsgroep van 13 jaar en ouer het 54 (22,5%) van die respondente een kind, 40 (16,7%) het 2 kinders, 27 (11,3%) 3 kinders, 16 (6,7%) het 4 kinders en dieselfde hoeveelheid van die respondente 5 kinders. Vier (1,6%) het 6 of 7 kinders, terwyl 2 (0,8%) 8 of 9 kinders in die kategorie 13 jaar en ouer het. Wanneer na ouderdomskategorieë in die geheel gekyk word, is dit duidelik dat die grootste groep ouers, naamlik 170 (70,8%) kinders tussen 6 en 12 jaar het, terwyl byna net soveel, naamlik 159 (66,3%) kinders ouer as 13 jaar het.

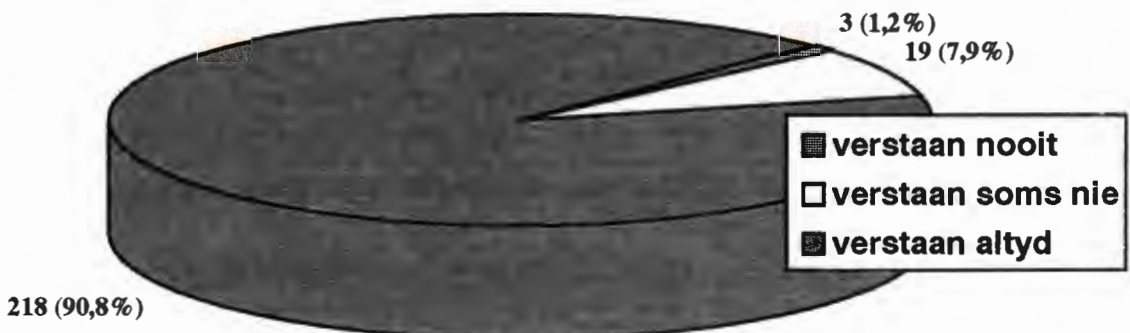
Figuur 4.1 Woonplek van die respondente (Vraag 5)



In Figuur 4.1 word die woonplek van die respondente aangedui. Die grootste groep van 87 (36,3%) bly in 'n kamer by die werkgewer. Daarteenoor bly 75 (31,2%) in 'n plakkerskamp, terwyl 57 (23,7%) van die respondente in Ikageng of Promosa bly en 21 (8,8%) op 'n plot of plaas bly.

4.8.2 Afdeling B: Beroep

Figuur 4.2 Begrip van opdragte van werkgewer (Vraag 6)



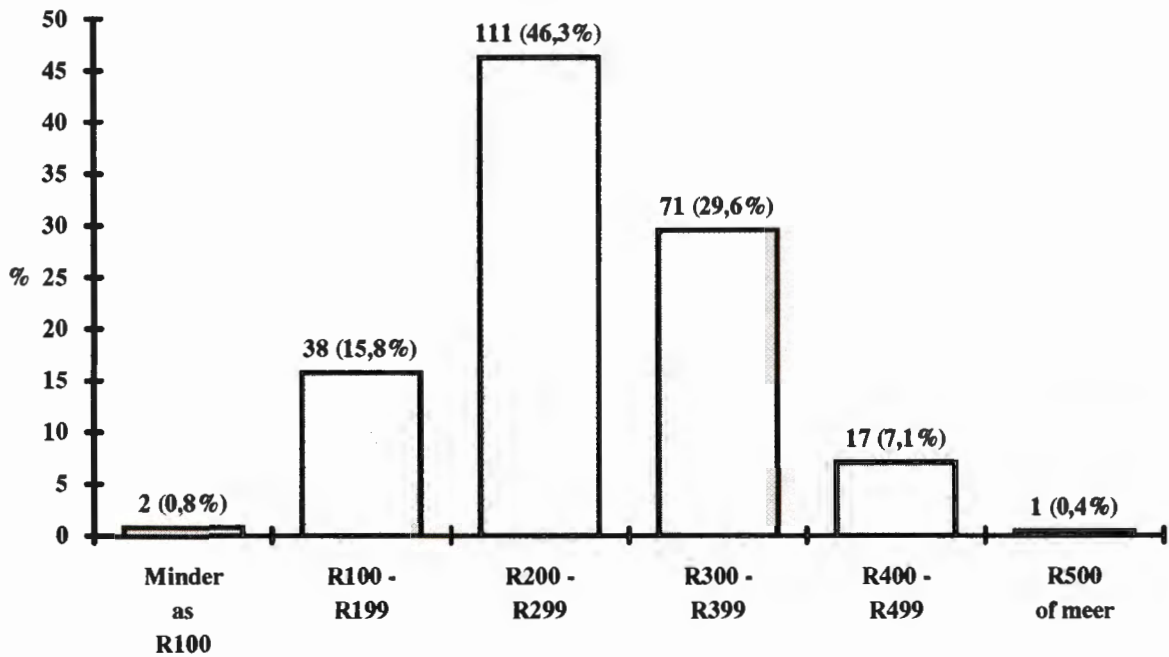
Figuur 4.2 toon dat 218 (90,8%) van die respondente altyd hulle opdragte van hul werkgewer verstaan. Negentien (7,9%) verstaan soms nie as hulle werkgewers met hul praat nie. Slegs 3 (1,2%) verstaan nooit as hulle werkgewers met hulle praat nie.

Tabel 4.5 Tipe huiswerk deur respondente verrig (Vraag 7)

Tipe huiswerk	N	%
Kook die kos en maak die huis skoon	3	1,2
Kook kos, maak huis skoon en stryk	80	33,3
Kook die kos en doen die strykwerk	1	0,4
Maak huis skoon, kook, stryk en pas kinders op	36	15,0
Maak die huis skoon en pas die kinders op	2	0,8
Stryk en pas die kinders op	1	0,4
Maak die huis skoon en stryk	93	38,8
Doen net strykwerk	1	0,4
Ander	23	9,6
Totaal	240	99,9

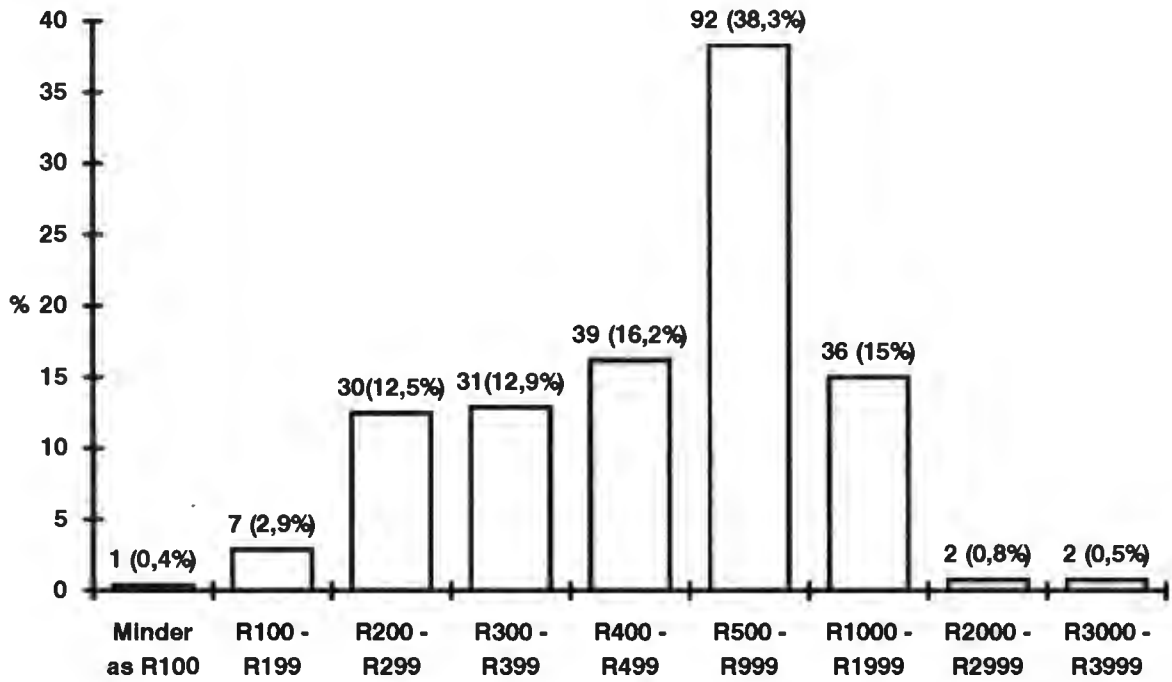
Slegs dié kategorieë wat deur die respondente gekies is, naamlik 9 uit die moontlike 13, is in Tabel 4.5 opgeneem. Die grootste groep respondente, naamlik 93 (38,8%) maak die huis skoon en stryk, terwyl die tweede grootste groep, 80 (33,3%), die kos kook, die huis skoonmaak en stryk. 'n Kleinere groep van 36 (15%) maak die huis skoon, kook die kos, stryk en pas die kinders op. Min respondente, 23 (9,6%), doen ander werk soos om die huis skoon te maak, te stryk en die kinders op te pas of om byvoorbeeld 'n bejaarde op te pas. Baie min, 3 (1,2%), kook die kos en maak die huis skoon en slegs 2 (0,8%) maak die huis skoon en pas die kinders op. In 'n enkele geval kook die respondent en doen die strykwerk ook, of stryk en pas die kinders op, of doen net strykwerk.

Figuur 4.3 Maandelikse inkomste van respondente (Vraag 8)



In Figuur 4.3 word die maandelikse inkomste van al die respondente aangedui. Die grootste groep, naamlik 111 (46,3%), verdien tussen R200 en R299 per maand, terwyl 71 (29,6%) tussen R300 en R399 verdien. Van die res verdien 38 (15,8%) 'n inkomste van R100 tot R199, 17 (7,1%) tussen R400 en R499, terwyl 2 (0,08%) minder as R100 en slegs 1 (0,4%) meer as R500 per maand verdien.

Figuur 4.4 Gesamentlike maandelikse inkomste van die gesinne (Vraag 9)



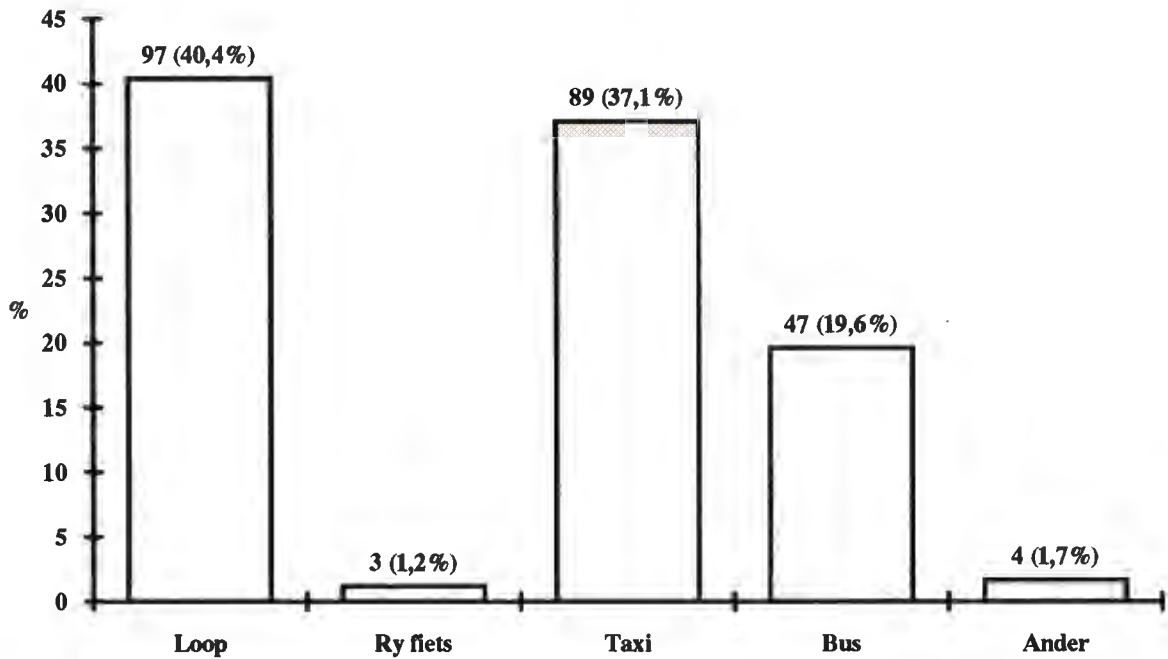
In die geval van die gesamentlike maandelikse inkomste het 92 (38,3%) van die huishoudings 'n totale inkomste van tussen R500 en R999 terwyl 39 (16,2%) 'n inkomste van R400 tot R499 per maand verdien. Verder het 36 (15,0%) 'n inkomste van tussen R1 000 en R1 999, 31 (12,9%) van R300 tot R399 en 30 (12,5%) van R200 tot R299. Op die uiteindes van die skaal het 7 (2,9%) van die huishoudings 'n gesamentlike inkomste van R100 tot R199, slegs 2 (0,8%) verdien R2 000 tot R2 999, nog 2 tussen R3 000 en R3 999 en 1 (0,4%) moet leef van minder as R100 per maand.

Tabel 4.6 Dae van die week en aantal ure per dag wat huiswerkers werk (Vraag 10)

Dae van die week	Aantal ure per dag							
	tot 6 ure		6 tot 8 ure		meer as 8 ure		Totaal	
	N	%	N	%	N	%	N	%
Maandag	38	15,8	110	45,8	92	38,3	240	100,0
Dinsdag	40	16,7	113	47,1	87	26,3	240	100,0
Woensdag	41	17,2	110	46,0	88	36,8	239	99,6
Donderdag	42	17,6	109	45,8	86	36,1	237	98,8
Vrydag	39	16,2	113	47,1	88	36,8	240	100,0
Saterdag	78	32,5	13	5,4	16	6,7	107	44,6
Sondag	42	17,5	10	4,2	13	5,4	65	27,1

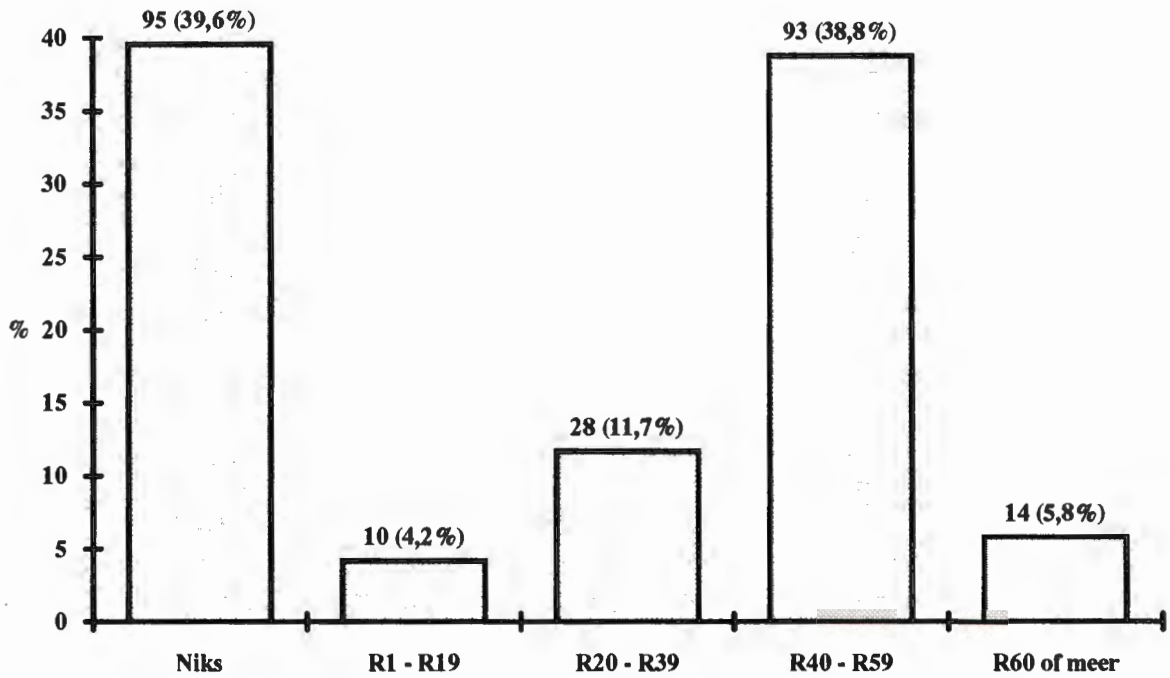
Uit Tabel 4.6 blyk dit dat byna die helfte van die respondente (45,8% tot 47,1%) vanaf Maandag tot Vrydag tussen 6 en 8 ure per dag werk, terwyl net meer as 'n derde (36,1% - 38,3%) weksdae langer as 8 ure werk. Slegs 107 (44,6%) van die respondente werk Saterdag, terwyl nog minder, naamlik 65 (27,1%), Sondag werk. Saterdag en Sondag geld dus in die meeste gevalle as "rusdae". Klaarblyklik werk slegs inwonende huiswerkers, wat die volle week vir hulle werkgewers beskikbaar is, ook oor naweke. In laasgenoemde geval is 'n korter werksdag van minder as 6 ure meestal van toepassing. Die oorgrote meerderheid (64,6% - 72,9%) van die wat Saterdag en Sondag werk, werk minder as 6 ure per dag.

Figuur 4.5 Vervoermiddels na en van die werk (Vraag 11)



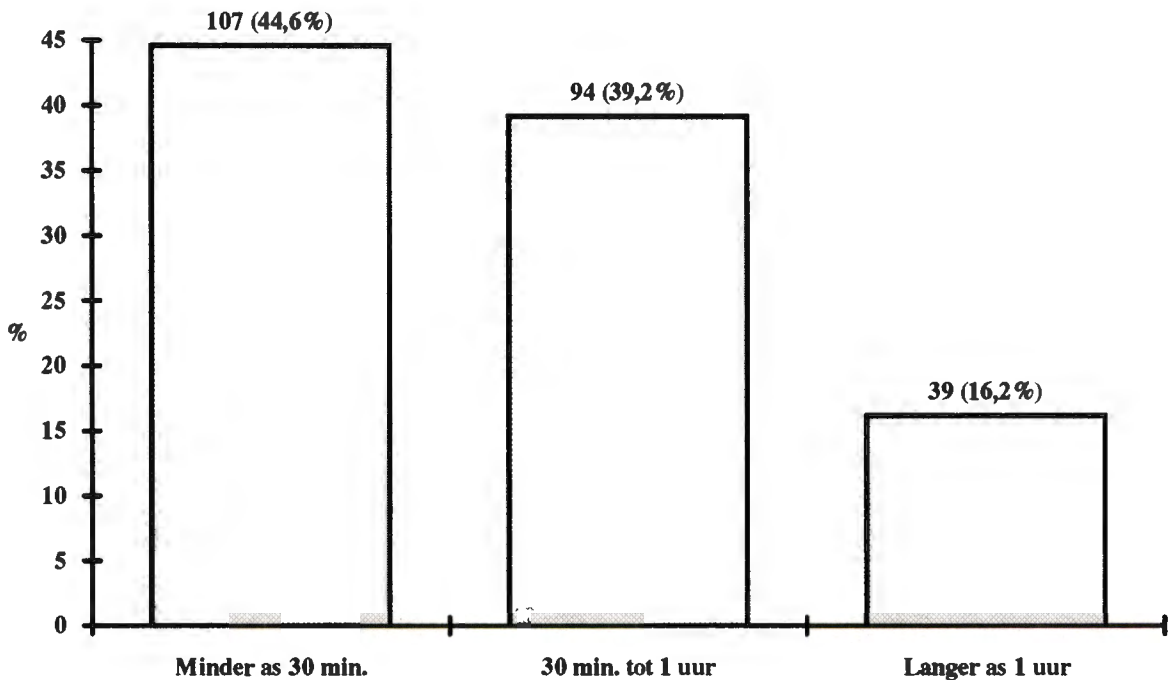
In Figuur 4.5 word die manier waarop respondente by die werk kom, uiteengesit. Hieruit blyk duidelik dat die meerderheid van 97 (40,4%) van die huiswerkers werk toe loop. Dit is meestal as gevolg van die feit dat hierdie respondente in kamers by hul werkgewers woon. Hierteenoor ry 89 (37,1%) met 'n taxi terwyl 47 (19,6%) met 'n bus ry. Slegs 3 (1,2%) ry met 'n fiets werk toe, terwyl 4 (1,7%) op 'n ander manier by hul werk kom, byvoorbeeld 2 word met 'n bakkie opgelaai en 2 word per motor vervoer.

Figuur 4.6 Maandelikse onkoste aan vervoer (Vraag 12)



In Figuur 4.6 word aangedui hoeveel die respondente se vervoer na hul werk per maand kos. Omtrent eweveel van die huiswerkers, naamlik 95 (39,6%) en 93 (38,8%), spandeer respektiewelik niks en tussen R40 en R59 aan vervoer. Van die res betaal 28 (11,7%) R20 tot R39, terwyl 14 (5,8%) meer as R60 per maand vir hul reiskoste moet betaal. Slegs 10 (4,2%) betaal tussen R1 en R19.

Figuur 4.7 Tydsduur van rit na werk (Vraag 13)



Dit blyk duidelik uit Figuur 4.7 dat omtrent eweveel respondente, naamlik 107 (44,6%) en 94 (39,2%) respektiewelik, minder as 30 minute en tussen 30 en 60 minute neem om by die werk te kom. 'n Kleiner groep, naamlik 39 (16,2%) neem selfs langer as een uur om by die werk te kom. Die groep respondente wat by hul werkgewer inwoon val natuurlik almal onder dié wat minder as 30 minute nodig het om by die werk te kom.

Tabel 4.7 Gesondheidsprobleme deur respondente ondervind (Vraag 14)

Gesondheidsprobleem	N	%
Geen	129	53,8
Siekte soos suikersiekte	1	0,4
Swak liggaam	7	2,9
Ander	103	42,9
Totaal	240	100,0

In Tabel 4.7 word 'n aanduiding van die gesondheidsprobleme van die respondente gegee. Hieruit blyk dit dat meer as die helfte, naamlik 129 (53,8%), geen gesondheidsprobleme vermeld nie. Slegs 1 (0,4%) het vermeld dat sy suikersiekte het, terwyl 7 (2,9%) liggaamswakte rapporteer. Onder die ander probleme wat 103 (42,9%) van die respondente

genoem het, het 20 (8,3%) hoë bloeddruk genoem, 12 (5%) onderskeidelik rumatiek en hoesbuie, 9 (3,75%) hoofpyne en 8 (3,3%) hartmoeilikheid. Verder word rugmoeilikheid, voetprobleme, probleme met hul baarmoeder, maagpyn, lae bloeddruk, asma, senuwees, allergiese toestande, niermoeilikheid, blindheid, emfiseem, vallende siekte, velprobleme en mangelmoeilikheid genoem.

4.8.3 Afdeling C: Eie huishouding

Tabel 4.8 Evaluering van die hoeveelheid werk by die respondente se eie huise (Vraag 15)

Oormatige hoeveelheid werk	N	%
Ja	83	34,6
Nee	157	65,4
Totaal	240	100,0

In Tabel 4.8 dui die respondente aan of hulle te veel werk by hul eie huise het. Ongeveer een derde, naamlik 83 (34,6%), voel hulle het te veel werk, terwyl 157 (65,4%) te kenne gee dat hulle nie te veel werk het nie.

Tabel 4.9 Aspekte wat die huiswerkers se werkstaak sal verlig (Vraag 16)

Aspekte ter verligting	N	%
Niks	112	46,7
Korter ure by die werk	7	2,9
Een dag per week af	7	2,9
Meer as een dag per week af	0	0,0
Hulp van man of kinders	14	5,8
Ander	100	41,7
Totaal	240	100,0

Die meeste respondente, naamlik 112 (46,7%) meen dat niks hulle taak by die huis sal verlig nie. Ewe veel, naamlik 7 (2,9%) meen korter ure by die werk en een dag per week af sal hul

taak verlig. Verder voel 14 (5,8%) dat hulp van hul man of kinders verligting sal bring. “Ander” aspekte word deur 100 (41,7%) genoem, soos die behoefte aan ‘n wasmasjien by 42 (17,5%), elektriese krag by 35 (14,5%) en om meer dikwels huis toe (na ouers en/of kinders) te kan gaan by 18 (7,55%). Swak watervoorsiening is ‘n probleem by 20 (8,3%) van die respondente terwyl ander voel dat hul huise ongerieflik is of dat die ander inwoners te min help; een wil meer dikwels naweke af hê en een noem dat sy een dag per week vroeër huis toe wil gaan, terwyl nog een graag by haar ma sal wil bly. Geen respondent voel dat sy meer as een dag per week moet afkry nie.

Tabel 4.10 Respondentevaluering van hul eie kombuise (Vraag 17)

Gerieflik	N	%
Ja	93	38,8
Nee	147	61,2
Totaal	240	100,0

Die meerderheid, naamlik 147 (61,2%), voel dat hul kombuise nie gerieflik is nie, terwyl 93 (38,8%) wel tevrede is met hul kombuise soos dit tans is.

Tabel 4.11 Hulpverlening met huishoudelike take (Vraag 18)

Huishou- delike take	Persoon wat met take help							
	Man		Kinders		Ander		Niemand	
	N	%	N	%	N	%	N	%
Kosmaak	10	4,2	58	24,2	110	45,8	62	25,8
Koop van kos	40	16,7	28	11,7	99	41,3	73	30,4
Wasgoed was	2	0,8	52	21,7	105	43,8	81	33,8
Huis skoonmaak	1	0,4	84	35,0	97	40,4	58	24,2
Klere maak/klere herstel	4	1,7	14	5,8	77	32,1	145	60,4
Werf skoonmaak/tuinmaak	23	9,6	77	32,2	98	41,0	41	17,2
Versorging van klein kinders	4	3,5	9	7,9	64	56,1	37	32,5

Hoofstuk 4:

Uit die response blyk dit dat in 62 (25,6%) van die gevalle daar niemand is wat help kosmaak nie. In 110 (45,8%) gevalle help ander, in 58 (24,2%) gevalle help kinders, terwyl die man in net 10 (4,2%) van die gevalle help.

By die aankoop van die kos is dit veral ander persone wat by 99 (41,3%) respondente help. Niemand help in 73 (30,4%) gevalle nie. In 40 (16,7%) gevalle help die mans kos koop. Kinders help in 28 (11,7%) van die gevalle.

Ander persone help in die meeste gevalle om die wasgoed te was, naamlik by 105 (43,8%) respondente, terwyl in 'n derde van die gevalle, 81 (33,8%), die respondente self hierdie taak moet verrig. By 52 (71,7%) help kinders, terwyl mans by 2 (0,8%) respondente help.

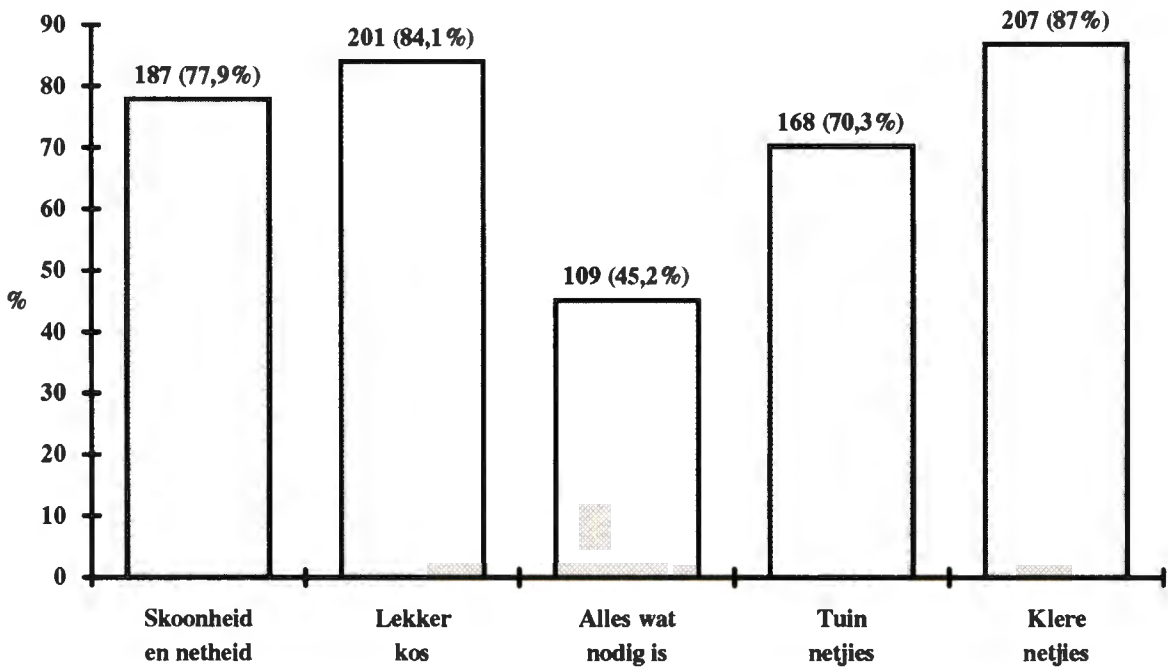
In 97 (40,4%) gevalle help ander huisskoonmaak. Kinders help in 84 (35,0%) gevalle. In 58 (24,2%) gevalle help niemand, en slegs 1 man (0,4%) help met hierdie taak.

Die versorging van klere is hoofsaaklik die respondente se eie taak. In 145 (60,4%) van die gevalle doen sy dit self, hoewel daar by 77 (32,1%) van die respondente ander is wat help. Die kinders help in 14 (5,8%) gevalle. Vier mans (1,7%) help met hierdie taak.

Ander help meesal die erf skoonmaak, naamlik by 98 (41%) respondente. Kinders help in 77 (32,2%) van die gevalle terwyl daar by 41 (17,2%) niemand is wat help nie. Slegs in 23 (9,4%) gevalle help die mans.

Met die versorging van klein kinders is dit meestal ander persone wat by 64 (56,1%) van die respondente met hierdie taak help, terwyl daar in 'n derde van die gevalle, naamlik 37 (32,5%), niemand is wat help nie. In 9 (7,9%) gevalle help kinders, en mans help net in 4 (3,5%) gevalle.

Figuur 4.8 Aantal respondente wat tevrede is met hulle eie huishouding (Vraag 19)



Dit blyk dat 207 (87%) van die respondente baie tevrede is met die netheid van die klere van die gesin en 187 (77,9%) en 201 (84,1%) is respektiewelik baie tevrede met die skoonheid en netheid van die huis en smaaklikheid van die etes. Minder respondente, naamlik 168 (70,3%), is tevrede dat die tuin netjies is en nog 'n kleiner groep van 109 (45,2%) voel dat alles wat nodig is, nie altyd in die huis is nie.

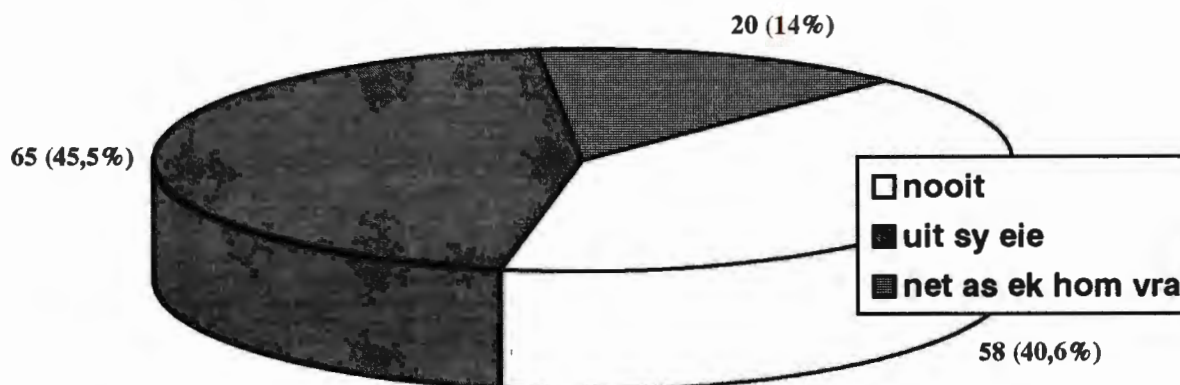
4.8.4 Afdeling D: Eggenoot

Tabel 4.12 Tevredenheid met die hoeveelheid tyd per daag saam met eggenoot (Vraag 20)

Tevrede	N	%
Ja	99	69,2
Nee	44	30,8
Totaal	143	100

Die meeste respondente, naamlik 99 (69,2%) van die 143 wat 'n man het, is tevrede met die hoeveelheid tyd wat hulle per dag saam met hul eggenote deurbring. Net 44 (30,8%) was nie tevrede nie.

Figuur 4.9 Hulpverlening deur die respondente se eggenote (Vraag 21)



In Figuur 4.9 kan gesien word dat 65 (45,5%) van die respondente se mans hulle uit hul eie help met die huiswerk, terwyl 58 (40,6%) se mans nooit help nie en 20 (14%) help net as hulle gevra word om te help.

Tabel 4.13 Eggenoot se houding teenoor respondent se werk (Vraag 22)

Houding	N	%
Positief	140	97,2
Negatief	3	2,1
“Weet nie”	1	0,7
Totaal	144	100,0

Uit Tabel 4.13 blyk dit dat feitlik al die eggenote, naamlik 140 (97,2%) positief gesind is ten opsigte van die respondent se werk. In slegs 3 gevalle (2,1%) was die mans gekant teen die vrou se werk. Een respondente (0,7%) het gesê sy weet nie of haar man tevrede is dat sy werk nie. Die 96 respondente wat nie ‘n man het nie, kon natuurlik nie die vraag beantwoord nie.

4.8.5 Afdeling E: Kinders

Tabel 4.14 Tevredenheid met tyd aan kinders bestee (Vraag 23)

Voldoende tyd	N	%
Ja	171	71,3
Nee	69	28,7

Dit blyk uit Tabel 4.14 dat die meeste respondente, naamlik 171 (71,3%) voel dat hulle genoeg tyd by hul kinders deurbring terwyl net 69 (28,7%) nie so voel nie.

Tabel 4.15 Getal voorskoolse kinders (Vraag 24)

Getal voorskoolse kinders	N	%
Geen	138	58,7
1 kind	87	37,0
2 kinders	9	3,8
3 kinders	1	0,4

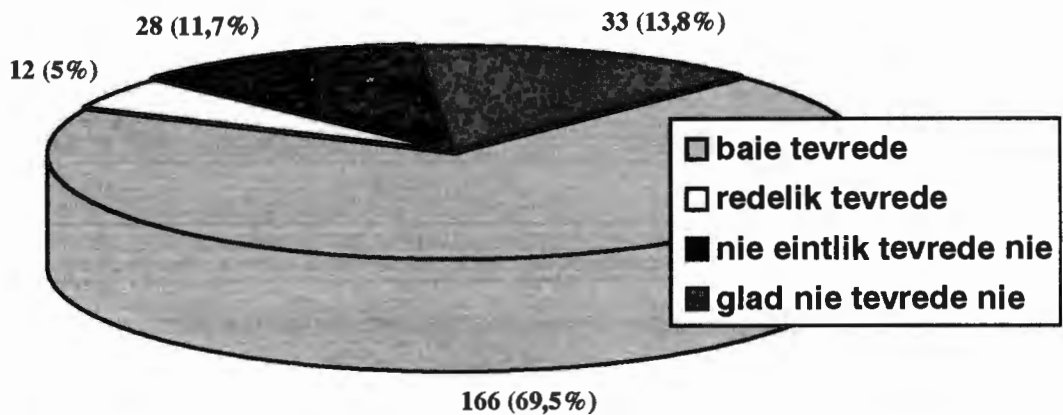
Uit Tabel 4.15 blyk dit dat 138 (58,7%) van die respondente geen voorskoolse kinders het nie, terwyl 87 (37,0%) een kind, 9 (3,8%) twee kinders en een (0,4%) drie voorskoolse kinders het. Die vyf respondente wat nie op die vraag geantwoord het nie, het waarskynlik geen voorskoolse kinders nie.

Tabel 4.16 Versorging van voorskoolse kinders (Vraag 25)

Persone of instansies wat kinders versorg	N	%
Familie byvoorbeeld ouma of tante	48	49,0
Bure of vriende	11	11,2
Kleuterskool of dagsorg	27	27,6
Ander	12	12,2

In Tabel 4.16 word aangedui hoe die huiswerkers se voorskoolse kinders versorg word. 'n Uitgebreide gesinslid, byvoorbeeld 'n ouma of tante, versorg 48 (49,0%) van die vroue se voorskoolse kinders. Kleuterskole of dagsorg (chreches) word in 27 (27,6%) van die gevalle gebruik. Ander persone versorg in 12 (12,2%) gevalle die kinders, terwyl bure of vriende in 11 (11,2%) gevalle hierdie taak verrig.

Figuur 4.10 Tevredenheid met die versorging van kinders (Vraag 26)



In Figuur 4.10 kan gesien word dat die meeste respondente, naamlik 166 (69,5%), baie tevrede is met die versorging van hul kinders, terwyl 33 (13,8%) glad nie tevrede is nie, 28 (11,7%) nie eintlik tevrede is nie, en slegs 12 (5,0%) redelik tevrede is.

4.8.6 Afdeling F: Getal gesinsiede en ander inwoners

Tabel 4.17 Inwoners in die respondent se huis (Vraag 27)

Inwoners	N ₁	N ₂	%	Inwoners	N ₁	N ₂	%
man/vriend	1	143	59,6	tantes	1	7	2,9
ooms	1	9	3,8		2	1	0,4
	2	2	0,8		4	1	0,4
eië kinders	1	51	22,3	ander kinders	1	39	16,3
	2	73	30,4		2	28	11,7
	3	36	15,0		3	14	5,8
	4	38	15,8		4	10	4,2
	5	20	8,3		5	12	5,0
	6	7	2,9		6	4	1,7
	7	1	0,4		7	2	0,8
	8	2	0,8		8	1	0,4
	9	1	0,4		9	2	0,8
eië ma/man se	1	98	40,8	eië pa/man se pa	1	49	20,4
ma							
broers	1	52	21,7	susters	1	50	20,8
	2	20	8,3		2	22	9,2
	3	6	2,5		3	12	5,0
	4	3	1,3		4	3	1,3
vriende	1	8	3,3	vriendinne	1	6	2,5
	2	1	0,4		2	2	0,8
	3	2	0,8		3	1	0,4
	5	1	0,4		4	1	0,4

N₁ = aantal inwoners

N₂ = aantal respondente

Tabel 4.17 gee 'n aanduiding van watter en hoeveel inwoners by die respondente bly. In 102 (42,5%) van die gevalle woon daar 'n man of vriend saam met haar. Slegs 'n klein aantal respondente, naamlik 11 (4,6%) het 1 tot 2 ooms, en 9 (3,8%) het 1 tot 4 tantes wat by hulle inwoon. Wat eië kinders betref, het die grootste groep, naamlik 73 (30,4%) 2 kinders wat by

hulle inwoon. Verder het 74 (30,8%) 3 of 4 kinders wat by hulle inwoon, 20 (8,3%) het 5 kinders wat inwoon en slegs enkele het meer as 5 eie kinders wat by hulle inwoon. Benewens hulle eie kinders, het sommige respondente ook nog ander kinders wat by hulle inwoon. Agt-en-negentig (40%) van die respondente het 'n inwonende moeder of skoonmoeder terwyl 49 (20,4%) 'n inwonende vader het. 'n Beduidende groep van 72 respondente (30%) huisves 1 of 2 broers, terwyl 'n ewe groot groep 1 of 2 susters huisves. Enkeles huisves 3 tot 4 broers en/of susters. Min respondente huisves vriende of vriendinne. 'n Groep van 8 (3,3%) huisves 1 vriend, terwyl 6 (2,5%) 'n vriendin huisves. Enkeles huisves meer vriende of vriendinne, maar niemand huisves meer as 5 vriende en/of 4 vriendinne nie.

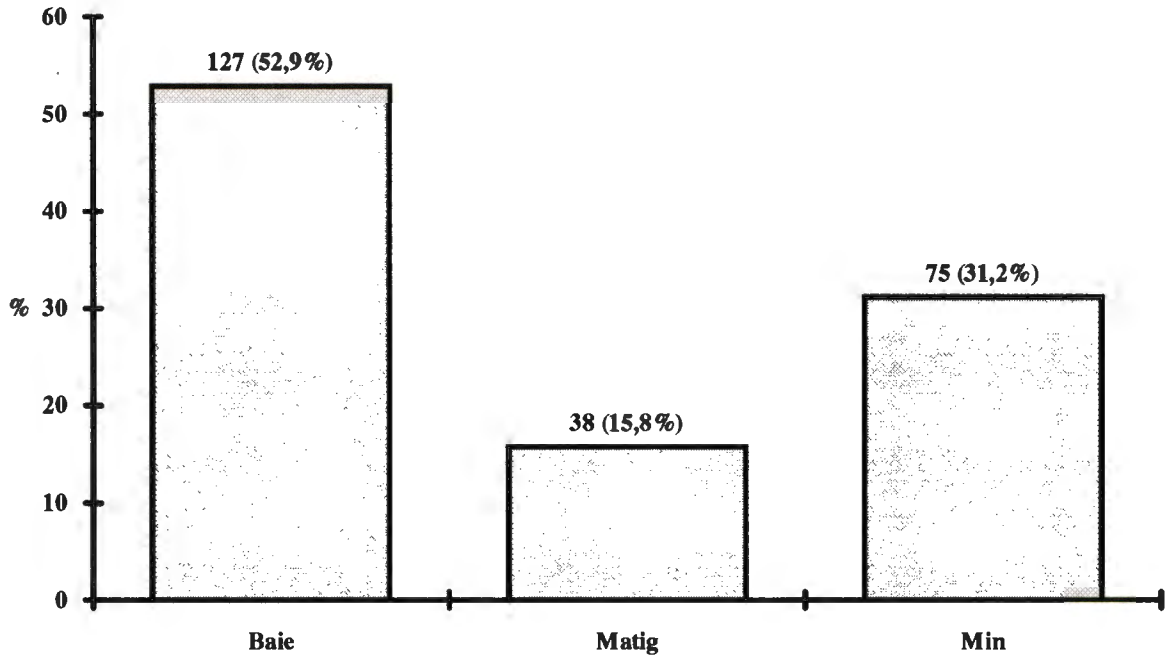
Tabel 4.18 Houding oor ander inwoners (Vraag 28)

Houding	N	%
Positief	212	88,3
Negatief	28	11,7
Totaal	240	100

In Tabel 4.18 word aangedui wat die huiswerkers se houding teenoor die ander inwoners (nie-gesinslede) is en of hulle hul teenwoordigheid positief of negatief ervaar. Die meerderheid van die respondente, naamlik 212 (88,3%) het te kenne gegee dat hulle tevrede is en slegs 28 (11,7%) was nie gelukkig en tevrede met die ander inwoners nie.

4.8.7 Afdeling G: Betrokkenheid by die samelewing

Figuur 4.11 Tyd in die gemeenskap bestee (Vraag 29)



In Figuur 4.11 word aangedui dat 127 (52,9%) respondente baie tyd in die samelewing spandeer terwyl 38 (15,8%) 'n matige hoeveelheid tyd bestee om byvoorbeeld werk vir die kerk te doen, koor te sing of om vergaderings by te woon. Verder is daar 75 (31,2%) van die respondente wat min tyd in die samelewing bestee.

4.8.8 Afdeling H: Kompensasiëpraktike

Tabel 4.19 Kompensasiëpraktike deur respondente gebruik (Vraag 30)

Kompensasiëpraktik van respondente	N	%
Doen soms iets wat lekker is	217	90,4
Behoort aan 'n organisasie buite haar huis	75	31,2
Doen gereeld oefeninge	43	17,9
Het 'n plek in haar huis waar sy alleen kan wees	145	60,4
Rook	83	34,6
Drink	18	7,5
Sing tydens werk	221	92,1
Drink pille om te slaap	35	14,6
Drink pille om te ontspan	92	38,3
Gaan gereeld by vriende kuier	179	74,9

Tabel 4.19 toon dat heelwat kompensasiëpraktike om stres te verlig, gebruik word. Die grootste groep van 221 (92,1%) sing tydens werk, 217 (90,4%) doen soms iets wat vir hulle lekker is, 179 (74,9%) gaan gereeld by vriende kuier, 145 (60,4%) maak gebruik van 'n plekkie in hulle huis om alleen te wees, 92 (38,3%) drink pille om te ontspan, 83 (34,6%) rook, 75 (31,2%) behoort aan 'n sosiale organisasie, 43 (17,9%) doen gereeld oefeninge, 35 (14,6%) drink slaappille en 18 (7,5%) drink sterk drank.

4.9 RESULTATE VAN DIE STRESTOETSE

Tabel 4.20 Stresvlakke van die respondente volgens die Berocca stresindeks

Stresvlakke	N	%	
0 - 29	64	26,7	
30 - 39	21	8,7	
40 - 49	18	7,5	
50 - 69	37	15,4	
70+	100	41,7	
Totaal	240	100,0	SA = 37,6

Tabel 4.20 gee 'n verdeling van die response volgens 'n klasindeling wat deur Research Surveys, wat die toets vir Berocca Calcium opgestel het, voorgestel word. Die tellings word naamlik in vyf kategorieë verdeel, wat elk 'n spesifieke stressoestand verteenwoordig, soos in paragraaf 4.4.2 verduidelik word.

Uit die resultate is dit duidelik dat die grootste groep respondente, naamlik 100 (41,7%), se stresvlakke in die kategorie van 70 tellings en hoër val, wat daarop dui dat 'n aansienlike persentasie van die respondente abnormaal gespanne en angstig is. Net meer as 'n kwart, naamlik 64 (26,7%), se stresvlakke val in die kategorie van tussen 0 en 30 tellings, wat dui op ontspanne, byna onaktiewe persone. Sewe-en-dertig (15,4%) van die respondente se stressellings lê tussen 50 en 69, 'n vlak waar negatiewe simptome dominerend raak en werkverrigting deur die spanning 'n plato bereik en selfs effe kan afneem. Feitlik ewe groot groepe van 21 (8,7%) en 18 (7,5%) respondente vertoon stresvlakke van 30-39 en 40-49 onderskeidelik, wat op optimale of na aan optimale werkverrigting dui. Die laasgenoemde groep sal bewus wees van hulle stres, maar met die nodige voorsorgmaatreëls sal dit hulle nie negatief beïnvloed nie.

Tabel 4.21 Stresvlakke van die respondente volgens die Pines-strestoets

Stresvlakke	N	%
0 - 1,9	39	16,2
2,0 - 2,9	35	14,6
3,0 - 3,9	70	29,2
4,0 - 7,0	96	40,0
Totaal	240	100,0

Tabel 4.21 gee 'n verdeling van die response volgens 'n klasindeling wat deur Pines *et al.* (1981:38) voorgestel word. Die tellings word in 4 kategorieë verdeel, wat elk 'n spesifieke stresstoestand verteenwoordig. Die grootste groep, naamlik 96 (40%), val in die kategorie 4,0-7,0, en ly dus volgens Pines *et al.* (1981:38) aan 'n hoë graad van uitputting ("tedium") en streservaring - in so 'n mate dat optrede om die situasie te verbeter, noodsaaklik is. Die tweede grootste groep van 70 (29,2%) val in die kategorie van 3,0-3,9 - 'n telling wat ook te veel stres verteenwoordig, en waar veranderinge in lewens- en werksomstandighede oorweeg behoort te word. 'n Groep van 39 (16,2%) respondente val in die eerste kategorie (0-1,9), wat 'n baie ontspanne toestand verteenwoordig, terwyl 35 (14,6%) 'n telling van 2-2,9 behaal het, en dus volgens Pines *et al.* (1981:38) goed funksioneer.

4.10 GELDIGHEID EN BETROUBAARHEID VAN DIE STRESTOETSE IN HIERDIE STUDIE

4.10.1 Betroubaarheid

Die betroubaarheid van 'n toets of skaal dui die mate van konsekwentheid in die resultate van die skaal aan, ongeag wanneer dit toegepas word of in watter vorm dit gebruik word (Huysamen, 1983:25). Daar bestaan verskeie metodes om betroubaarheid te meet (Anastasi, 1988:116-127; Huysamen, 1983:24-34). Bepaling van toets-hertoets-betroubaarheid was in hierdie studie nie moontlik nie weens die praktiese probleem om so 'n groot groep respondente vir 'n tweede keer te bereik. Die verdeeldehelfte-metode kan ook probleme oplewer, want die verdeling in twee gelyke dele van items wat gesamentlik 'n toets of skaal vorm kan arbitrêr wees, byvoorbeeld wanneer 'n onewe getal items voorkom (soos by die

Pines-strestoets) of wanneer subkonstrukte in die skaal voorkom (wat waarskynlik by albei die toetse die geval is). Om hierdie rede kan dit meer sinvol wees om alle moontlik verdelings in twee helftes te beskou en die gemiddelde betroubaarheidskoëffisiënt daarvan te bereken, soos deur Cronbach se formule gedoen word (Anastasi, 1988:124). Die alfakoëffisiënte wat deur hierdie formule bereken word, is gebaseer op die aantal items in die toets, die som van die variansie van die individuele items, en die variansie van die toetstotaal. Alfakoëffisiënte is vir die doel van hierdie studie by albei strestoetse bereken om die betroubaarheid van elke toets te bepaal.

4.10.1.1 Betroubaarheid van die Pines-strestoets

Hier is 'n betroubaarheid (α -koëffisiënt) van 0,94 verkry, wat daarop dui dat die toets hoogs betroubare resultate gelewer het.

4.10.1.2 Betroubaarheid van die Berocca stresindeks

Vir hierdie toets is 'n α -koëffisiënt van 0,96 verkry, wat eweneens op 'n hoogs betroubare toets dui.

4.10.2 Geldigheid

Om vas te stel of 'n toets meet wat dit veronderstel is om te meet, kan die geldigheid daarvan bepaal word. Vier verskillende strategieë word algemeen gebruik om vier verskillende soorte geldigheid te bepaal, naamlik inhoudsgeldigheid, konstruktorgeldigheid, voorspellingsgeldigheid en saamvallende geldigheid. Beide inhouds- en konstruktorgeldigheid word gebruik om vas te stel of 'n toets 'n geldige maatstaf vir 'n spesifieke attribuut of kenmerk is (Murphy & Davidshofer, 1994:107).

4.10.2.1 Inhoudsgeldigheid

Inhoudsgeldigheid word bepaal deur vas te stel of die gedrag wat deur 'n toets ondersoek word, verteenwoordigend is van die attribuut (in hierdie geval stres) wat gemeet word. Daar kan reeds 'n idee van 'n toets se inhoudsgeldigheid gevorm word deur bloot na die toetsitems

te kyk. As dit voorkom asof alle items individueel die attribuut meet wat die toets veronderstel is om te meet, is daar reeds getuigenis van inhoudsgeldigheid. Murphy en Davidshofer (1994:109) wys egter daarop dat daar ook na die inhoudsdomein gekyk moet word. 'n Inhoudsdomein verteenwoordig die volledige omvang van gedrag wat gebruik kan word om 'n sekere attribuut by individue te meet. Inhoudsdomeine het grense en is gestruktureerd. Die basiese stappe vir die bepaling van inhoudsgeldigheid is dan drieërlei, naamlik

- beskrywing van die inhoudsdomein
- bepaling van die areas van die inhoudsdomein wat deur elke toetsitems gemeet word
- vergelyking van die toetsstruktuur met die struktuur van die inhoudsdomein.

Vir die doel van hierdie studie is gepoog om die inhoudsdomein te beskryf deur informele onderhoude met huiswerkers te voer en vas te stel watter simptome deur hulle in 'n stressituasie ondervind word. Die individuele items van elke toets is afsonderlik met hierdie omskrywings vergelyk, en daar is gevind dat albei toetse se toetsitems verteenwoordigend van stresvolle gedrag by huiswerkers was. Die items het ook nie die grense van hierdie gedrag oorskry nie.

Die verwysingsraamwerk van die respondente is ook in ag geneem by die beoordeling van die toepaslikheid van individuele items om stres by huiswerkers te toets. Aangesien daar tot dusver nog geen statistiese metode in die literatuur beskryf is om inhoudsgeldigheid te bepaal nie, het die navorser met bogenoemde stappe volstaan, en is tevrede dat beide die Pines-strestoets en die Berocca stresindeks bevredigende inhoudsgeldigheid weerspieël.

4.10.2.2 Konstruktigheid

Daar word na abstrakte attribute soos geluk, intelligensie, motivering, houding en ook spanning, as konstrunkte verwys, hoewel konstrunkte nie noodwendig abstrak hoef te wees nie. Enige groep soortgelyke dinge of gebeure mag dien om 'n konstrunkte te definieer. Konstrunkte is wel altyd aan gedrag of ervaring verwant (Murphy & Davidshofer, 1994:115). Die konstruktigheid van 'n toets verwys na die mate waarin 'n meetinstrument 'n aanduiding is van konstrunkte wat waarskynlik die tellings in 'n toets bepaal. Anastasi (1988:374-390) gee 'n uitvoerige bespreking van die statistiese basis waarop bepalings van konstruktigheid berus.

Hieruit is dit duidelik dat konstrugeldigheidsbepalings gedoen word om meer te wete te kom van die inherente eienskappe wat die variansie van die toetsitems of stellings ten opsigte van die toets verklaar.

Faktoranalise is uiters geskik om konstrugeldigheid te bepaal. Faktoranalise word in statistiese ontledings gebruik om die basiese onderliggende veranderlikes of konstrukte wat vir die korrelasies tussen toetsitemtellings verantwoordelik is, te identifiseer. Hierdie veranderlikes staan in statistiese terme as faktore bekend. 'n Gemeenskaplike faktor wat 'n groot deel van die totale variansie van die toets verklaar, word normaalweg as genoegsame bewys beskou dat die toets 'n hoofkonstruk weerspieël. Volgens Smith *et al.* (1988:23), is 'n faktoranalise wat die volgende eienskappe besit, 'n goeie aanduiding van konstrugeldigheid:

- Min faktore wat gesamentlik 'n groot persentasie van die totale variansie verklaar.
- Hoë kommunaliteite op elke toetsitem of stelling.

Vir die Pines-strestoets is konstrugeldigheid deur middel van hoofkomponent faktoranalise bepaal. Drie faktore is volgens die Kaiser-MINEIGEN kriterium onttrek. Hierdie drie faktore het gesamentlik 59 % van die toetsvariensie verklaar. Kommunaliteite op individuele toetsitems het tussen 0,38 en 0,75 gewissel, maar 14 van die items het kommunaliteite van 0,6 of hoër gehad, terwyl slegs 3 items se kommunaliteite laer as 0,5 was. Die resultate het dus voldoen aan die kriteria wat deur Smith *et al.* (1988:23) vir 'n geldige toets gestel word, en daar kan aanvaar word dat die Pines-strestoets oor 'n aanvaarbare konstrugeldigheid beskik.

Vir die Berocca stresindeks kan konstrugeldigheid nie bepaal word nie, aangesien die toetsitems verskillende gewigte het, wat berekening van onderlinge korrelasies tussen toetsitems onmoontlik maak. Murphy en Davidshofer (1994:120) stel dit egter eksplisiet dat een van die basiese metodes vir bepaling van konstrugeldigheid, dié is om toetstellings van verskillende toetse wat dieselfde konstruk meet, te korreleer. Die toetstellings van die Berocca stresindeks vir hierdie studie is met die toetstellings van die Pines-strestoets gekorreleer, en 'n groot statisties en hoogs betekenisvolle korrelasie ($r=0,8$; $p=0,0001$) is gevind. Aangesien die Pines-strestoets op grond van faktoranaliseresultate geldig bevind is, kan dus met veiligheid afgelei word dat die Berocca stresindeks ook oor genoegsame konstrugeldigheid beskik.

4.11 STATISTIES BETEKENISVOLLE VERBANDE TUSSEN STRETELLINGS EN PERSOONLIKE VERANDERLIKES VAN RESPONDENTE

Statisties betekenisvolle verbande tussen strestellings vir albei strestoetse en demografiese gegewens asook persoonlike en huislike omstandighede van die respondente is ondersoek. Die enkele statisties betekenisvolle verbande wat gevind is, word in Tabel 4.22 weergegee.

Volgens die resultate in Tabel 4.22 is dit duidelik dat daar 'n hoë positiewe en statisties betekenisvolle korrelasie is tussen die aantal ure wat die huiswerker op 'n Sondag moet werk, en hul stresvlak soos deur albei strestoetse bepaal. Daar is matige positiewe, maar wel statisties betekenisvolle korrelasies tussen die respondente se stresvlakke en die aantal ure wat hul op Saterdag moet werk, hul tevredenheid met die versorging van hul kinders en die tyd wat hulle by hul kinders deurbring. Baie klein positiewe, statisties betekenisvolle verbande het voorgekom tussen stresvlakke van huiswerkers en die hoeveelheid werk by hul eie huise, hul persepsie van die ongerieflikheid van hul eie kombuise, hul ontevredenheid met die hoeveelheid tyd wat hulle saam met hul mans deurbring en ontevredenheid met ander inwoners behalwe hul eie gesinslede, in hulle huise.

Tabel 4.22 Enkele statisties betekenisvolle verbande tussen strestellings en persoonlike veranderlikes van respondente

Strestoets	Verbandhoudende veranderlike	Korrelasie (r)	p-Waarde
Berocca	Aantal werksure op 'n Saterdag	0,37	< 0,01
Pines	Aantal werksure op 'n Saterdag	0,44	< 0,01
Berocca	Aantal werksure op 'n Sondag	0,54	< 0,01
Pines	Aantal werksure op 'n Sondag	0,57	< 0,01
Berocca	Genoegsame tyd by kinders deurgebring	0,27	< 0,01
Pines	Genoegsame tyd by kinders deurgebring	0,26	< 0,01
Berocca	Tevredenheid met versorging van kinders tydens werkstyd	0,36	< 0,01
Pines	Tevredenheid met versorging van kinders met werkstyd	0,39	< 0,01
Berocca	Hoeveelheid werk by respondent se eie huis	0,17	< 0,05
Pines	Hoeveelheid werk by respondent se eie huis	0,24	< 0,01
Berocca	Respondentevaluering van eie kombuis	0,14	< 0,05
Pines	Respondentevaluering van eie kombuis	0,20	< 0,01
Pines	Tevredenheid met tyd saam met man deurgebring	0,14	< 0,05
Berocca	Tevredenheid met ander inwoners in huis (ouers, ooms, tantes, vriende)	0,20	< 0,01
Pines	Tevredenheid met ander inwoners in huis (ouers, ooms, tantes, vriende)	0,24	< 0,01

HOOFSTUK 5

5. SAMEVATTING, GEVOLGTREKKINGS EN AANBEVELINGS

5.1 ORIËNTERING TEN OPSIGTE VAN DIE STUDIE

Swart vroue regoor die wêreld, maar veral in Suid-Afrika, is weens hul omstandighede dikwels aangewese op huiswerk as 'n beroep. Hulle het in hierdie beroep soms met moeilike werksomstandighede te kampe soos byvoorbeeld lang werksure, lae lone, min erkenning en kommer oor hul eie gesinsituasie. Hierdie werksituasie het vroeë aangaande spesifieke probleme en stres wat swart huiswerkers mag ondervind, laat ontstaan. Die doel van hierdie studie was om te bepaal watter *mate van stres* swart vroulike huiswerkers met kinders onder sestien jaar in Potchefstroom ondervind, watter *faktore* 'n rol daarby speel, die *verband* tussen hierdie faktore en die *AGIL-paradigma* en hoe die huiswerker poog om die stres te *hanteer*. Om hierdie doelstelling te kon bereik, is 'n vraelys ontwikkel om die studiepulasie se moontlike probleme te ondersoek en twee gestandaardiseerde strestoetse is gebruik om hulle stres te bepaal.

5.2 LITERATUUROORSIG

HOOFSTUK 2:

Enige gesin kan beskou word as 'n sub sisteem met 'n *funksionalistiese samehang*. Uit 'n funksionalistiese oogpunt argumenteer Talcott Parsons dat 'n sisteem aan *vier funksionele voorvereistes* (volgens die Agil-paradigma) moet voldoen ten einde die behoeftes van sodanige sisteem te bevredig en op so 'n wyse te kan voortbestaan (Parsons *et al.*, 1953:183-185).

Teen die agtergrond van die *aanpassingsfunksie*, wat vereis dat die huiswerker by haar *eksterne omgewing* ('n wit gesin met ander waardes en norme) moet *aanpas*, is dit moontlik

dat die huiswerker se beroepsrol, tesame met ander gepaardgaande rolle, *rolkonflik* teweeg kan bring as gevolg van swak aanpassing. Sekere fasette binne haar beroepsrol kan ook tot *rolspanning* aanleiding gee. Hierdie situasie verwys na die subsisteem se verhouding met die eksterne omgewing en met ander subsisteme en die verkryging van middele om die doelstellings te bereik (in hierdie geval huiswerkers wat 'n loon verdien ten einde te oorleef, maar in die proses moet aanpas by die eksterne omgewing).

In die *doelbereikingsfunksie* staan die bereiking van doelstellings voorop en in noue verband met die persoonlikheid, waarby motivering ook 'n vername rol speel.

Die *integrasiefunksie* kan beskou word as die stabiliserende funksie van sisteme omdat struktuurkomponente byvoorbeeld waardes en norme op grond van waardekonsensus geïntegreerd bly. As struktuurkomponent staan norme voorop en dra dit daartoe by dat die sosiale netwerk van verhoudinge gerig, gereguleer en geïntegreer word.

Verskillende kultuuragtergronde en uiteenlopende waardestelsels kom in die *patroonhandhawing-* en *spanningsbeheerfunksie* aan die orde omdat dit patroonmatigheid verseker.

HOOFSUK 3:

Die ervaring van stres behels oorsake, die hantering en die gevolge van stres. Stres hou nie uitsluitlik nadelige gevolge in nie, aangesien 'n mate van stres die mens optimaal laat funksioneer. 'n Individu se persoonlike eienskappe en omstandighede, gesinsmilieu en werksituasie kan as stressors optree. Die uiteindelige reaksie op stressors word sterk deur die individu se stresbemiddelingsvaardighede beïnvloed. Die reaksie op stres verloop in verskillende fases, waarvan die eerste fase gewoonlik gesonde stres is wat mense, wat in 'n motiverende en ondersteunende omgewing werk, tot top-prestasie kan aanspoor. Opeenhoping van stres kan egter tot *distres* lei, met gevolglike mislukkings in die werksituasie. Langdurige onderworpenheid aan hoë stresvlakke kan uitbranding tot gevolg hê - 'n toestand wat gekenmerk word aan afstomping, ontkoppeling en uiteindelik geestelike doodsheid. Persone in hierdie toestand het dringend hulp nodig.

5.3 GEVOLGTREKKINGS

Die samevatting en gevolgtrekkings gebaseer op die empiriese bevindings (kyk Hoofstuk 4), word aan die hand van die oorkoepelende doelstelling, subdoelstellings en die sentrale teoretiese stellings van hierdie studie bespreek (kyk paragraaf 1.3 en 1.4). Die vrae in die vraelys en die strestoetse korreleer met die subdoelstellings van die studie.

5.3.1 Die mate van stres wat deur swart huiswerkers met kinders onder 16 jaar in Potchefstroom ondervind word en die verband daarvan met die funksionele voorvereistes van die AGIL-paradigma (Doelstelling 1.3.1)

Resultate van die Berocca stresindeks (kyk paragraaf 4.9) toon dat meer as 40% van die respondente abnormaal gespanne en angstig is, terwyl 'n verdere 15% onder die hoë spanningsvlak, waar negatiewe stressimptome dominerend raak, ressorteer. Soortgelyke resultate is met die Pines-strestoets (kyk paragraaf 4.9) verkry, waar bevind is dat 40% van die huiswerkers aan 'n hoë graad van uitputting en streservaring ly, terwyl 'n verdere 29% onder 'n kategorie ressorteer wat ook te veel stres verteenwoordig. Tussen 55% en 70% van die swart vroulike huiswerkers gaan dus gebuk onder ongesonde stresvlakke, wat onder andere aantoon dat daar waarskynlik nie volledig aan die funksionele voorvereistes van die AGIL-paradigma, wat die gladde funksionering van 'n sisteem moet verseker (vergelyk hoofstuk 2), voldoen is nie. Vervolgens sal die faktore wat in hierdie studie ondersoek is en wat moontlik tot die relatief hoë stresvlakke aanleiding kon gee, aan die hand van hierdie funksionele voorvereistes bespreek word.

Die aanpassingsfunksie (vergelyk 2.2.2) het moontlik nie in *alle* opsigte by die swart huiswerker met jong kinders tot sy reg gekom nie, gesien dat meer as die helfte van die respondente aan ongesonde - hoë stresvlakke ly, omdat die aanpassing by die eksterne omgewing problematies was. Die ouderdom van die werkers kan moontlik een van die stressors wees wat met aanpassing verband hou. Uit Tabel 4.1 is dit duidelik dat meer as die helfte van die respondente (53,3%) jonger as 35 jaar is, terwyl 'n eweneens betekenisvolle groep (42,5%) tussen 36 en 50 jaar oud is. Daar word beweer dat jonger mense tussen 24 en 34 jaar aansienlik meer stres ervaar as mense bo 50 jaar, terwyl Pines en Aronson (1988:32) dit stel dat die ouderdom tussen 40 en 50 jaar 'n periode van herwaardering van die self, lewe

en werk is wat dikwels gepaardgaan met leegheid, ontnugtering en diepe wanhoop, wat uiteraard tot stres mag lei. Die vrou tussen 24 en 34 jaar oud het dikwels te kampe met 'n situasie van jong kinders tuis terwyl sy as gevolg van finansiële druk genoodsaak is om buitenshuis te werk en terselfdertyd haar eie huishouding waar te neem - 'n veeleisende situasie waaraan die verhoogde stres wat by hulle aangetref word, heel waarskynlik toegeskryf kan word. Meeste van die respondente in hierdie studie (95,8%) val dus in een van die twee ouderdomsgroepe waar hoë stres aangetref word.

By die aanpassingsfunksie kom rolspelers en rolle met betrekking tot die eksterne, nuwe omgewing (die wit gesin) waarby die swart huiswerker moet aanpas, uiteraard ook ter sprake (vergelyk 2.2.2). *Rolspanning* kan gegenereer word deur die tipe en hoeveelheid werk wat aan die swart huiswerker opgedra word. Meleis en Bernal (1995:396) bevestig dat huiswerkers aan hoë stresvlakke ly en noem aspekte soos roloorlading en abnormale lang werksure as aanleidende oorsake van die stres. 'n Derde van die respondente moet volgens Tabel 4.5 'n volledige huishouding behartig wat kosmaak, huisskoonmaak en stryk insluit, maar Meleis en Bernal (1995:396) het bevind dat swart huiswerkers van hierdie tipe werk hou, en dat dit nie noodwendig vir hulle spanningsvol is nie. Die hoeveelheid werk wat hulle in 'n *beperkte tyd* moet afhandel, kan volgens bogenoemde outeurs wel 'n probleem wees. Sommige van die huiswerkers moet, bo en behalwe hul huishoudelike take, ook na klein kinders van die werkgewer omsien. Afgesien van hierdie rolspanning wat in die beroepsituasie ondervind mag word, het ongeveer 'n derde van die respondente volgens Tabel 4.8 aangedui dat hulle ook tuis te veel werk het, wat moontlike rolspanning in die hand kan werk.

Die swart huiswerker se arbeidsrol en haar rol as moeder kan ook tot *rolkonflik* aanleiding gee. Ongeveer twee vyfdes van die respondente het volgens Tabel 4.15 voorskoolse kinders. Die grootste groep respondente (70%) het volgens Tabel 4.4 kinders in die ouderdomsgroep tussen 6 en 12 jaar oud, terwyl byna net soveel (66%) kinders van ouer as 12 jaar het. Wat hier opvallend is, is dat die respondente gemiddeld slegs ongeveer twee kinders per persoon het, maar die meeste se kinders is nog op laerskool, wat rolkonflik in die hand kan werk as die moeder nog nie tuis is wanneer die kinders na skool tuis kom nie. Ook tydens skoolvakansies is hierdie kinders dikwels sonder die moeder se toesig. Madiba (1987:52) berig dat swart huiswerkers se kinders soms ver van hulle gesinne inwoon, omdat hulle nie die nodige daaglikse sorg by hul eie huise kan reël nie, wat 'n groot verlange na hul eie kinders ontketen,

terwyl hulle dikwels na die werkgewer se kinders moet omsien. Misdaad, alkoholisme en dwelmmisbruik waarin kinders verval, asook swangerskap van ongehude dogters, is maar 'n paar van die probleme waarmee swart huiswerkers te kampe het en wat aansienlik tot hoë stresvlakke en rolkonflik kan bydra. Ten spyte van hierdie oënskynlik negatiewe kinderversorgingsituasie, het byna 70% van die respondente (kyk Figuur 4.10) aangetoon dat hulle baie tevrede met die versorging van hul kinders is, wat in geval van die voorskoolse kinders moontlik verklaar kan word aan die hand van die feit dat bykans die helfte van hierdie swart huiswerkers se uitgebreide gesinslede volgens Tabel 4.16 by die versorging van hierdie kinders betrokke is.

'n Verdere vraag is of die situasie ten opsigte van die respondente se huisvrourol moontlik tot rolkonflik kan bydra. Volgens Tabel 4.8 het bykans twee derdes van die respondente gevoel dat hulle nie te veel werk in hul eie huise het nie, wat moontlik verband kan hou met die feit dat ongeveer sestig persent van hierdie vroue se mans hulle met hulle huiswerk help (kyk Figuur 4.9). In aansluiting hierby het bykans die helfte van die respondente in Tabel 4.9 te kenne gegee dat hulle niks verlang ten einde hulle werkstaak tuis te verlig nie. Ten opsigte van die onderskeie huishoudelike take wat verrig moet word, het ongeveer veertig persent van die respondente volgens Tabel 4.11 in elke geval aangetoon dat ander mense, hul mans en kinders uitgesluit, met hierdie take behulpsaam is. Dié situasie dra beslis ook by tot die vermindering van rolkonflik. Dat weinig rolkonflik deur die twee rolle naamlik werknemer enersyds en huisvrou, eggenote en moeder andersyds, gegenerer word, word verder bevestig deur die feit dat bykans 70% van die respondente tevrede is met die hoeveelheid tyd wat hulle saam met hulle eggenoot (kyk Tabel 4.12) en saam met hulle kinders (kyk Tabel 4.14) deurbring. Hulle skeep ook nie hulle eie huishouding af nie, soos blyk uit die feit dat 70% en meer volgens Figuur 4.8 aandui dat hulle tevrede is met die skoonheid en netheid van hulle huise, die kos wat hulle maak en die versorging van die gesin se klere en die tuin.

Enkele aspekte wat uit hierdie studie blyk moontlike bydraende faktore tot rolkonflik te wees is die feit dat meer as sestig persent volgens Tabel 4.10 van mening is dat hul kombuise nie gerieflik ingerig is nie, en die feit dat ongeveer 55% voel dat hulle nie alles in hulle huise het wat hulle nodig het nie (kyk Figuur 4.8). Hierdie stand van sake is nie verbasend nie in die lig van hulle lae maandelikse inkomste, wat in Figure 4.3 en 4.4 weerspieël word.

Die mate waarin die *doelbereikingsfunksie* (vergelyk 2.2.3) by die swart huiswerker met jong kinders tot verwesenliking gekom het, kom in Tabele 4.12, 4.14 en 4.16 en Figure 4.10 en 4.11 aan die orde. Sekere doelstellings van hierdie studiepopulasie, byvoorbeeld die algemene versorging van hul gesinslede asook gemeenskapsbetrokkenheid, is volgens die resultate in 'n groot mate bereik. So was ongeveer 70% tevrede met die hoeveelheid tyd wat hulle by hulle kinders en mans deurbring en die wyse waarop die kinders in hul afwesigheid versorg word. Hoewel nie so 'n groot aantal nie, is tog meer as die helfte van hierdie respondente ook tevrede met hul bydrae tot die gemeenskap. Dat doelbereiking met betrekking tot die uitvoer van pligte in 'n groot mate plaasgevind het, is duidelik uit Figuur 4.8, aangesien 70% en meer tevrede is dat hulle verskillende aspekte van hul eie huishouding onder beheer het. 'n Implisiete aspek van doelbereiking kan vergestalt word in die beplanning met betrekking tot die veelvuldige take wat aan die huiswerker oorgedra word, soos uit Tabel 4.5 blyk.

Doelbereiking wat moontlik nie by hierdie studiepopulasie tot sy reg gekom het nie en te make het met prestasie en gratifikasie, word in Tabel 4.2 en Figuur 4.3 weerspieël. Volgens Tabel 4.2 het bykans vier vyfdes óf geen skoolopleiding, óf 'n kwalifikasie nie hoër as standaard vyf nie. Wat vergoeding betref, is dit uit Figuur 4.3 duidelik dat bykans helfte van die respondente minder as R300 per maand verdien, terwyl slegs 7,5% meer as R400 per maand verdien. Riglyne vir die vasstelling van loonvlakke ontbreek helaas steeds in Suid-Afrika. Volgens Bethlehem (1996:59) is dit een van die mees kontroversiële aangeleenthede met betrekking tot arbeidsverhoudings.

Die *integrasiefunksie* wat onder andere dui op die gehegtheid aan en kohesie tussen verskillende akteurs, vind neerslag in Tabele 4.12 en 4.14 en Figuur 4.9. Enkele van die indikatore van die aanpassings- en doelbereikingsfunksies is dus ook indikatore van die integrasiefunksie. Die feit dat ongeveer 70% van die respondente tevrede is met die hoeveelheid tyd wat hulle saam met hul mans en kinders deurbring, en dat bykans 60% aandui dat hulle mans hul met huiswerk bystaan, is 'n aanduiding van die bevredigende funksionering van die integrasiefunksie. Integrasie blyk ook binne die kulturele raamwerk van hierdie studiegroep met betrekking tot die uitgebreide gesin te funksioneer. Tabel 4.17 toon aan dat daar heelwat ander inwoners bo en behalwe slegs mans en kinders inwoon terwyl dit uit Tabel 4.18 duidelik is dat die oorgrote meerderheid van die swart huiswerkers (88%) positief

ingestel is teenoor hierdie ander inwoners. Die bykans 53% van die respondente wat volgens Figuur 4.11 tyd in die gemeenskap bestee, dui op 'n redelike mate van gemeenskapsintegrasie.

Die belangrike rol wat formele norme as deel van 'n werksooreenkoms by die integrasiefunksie speel, is ook in hierdie studie empiries aangeraak deurdat die maandelikse inkomste (Figuur 4.3), werksure (Tabel 4.6) en wyse asook koste van vervoer (Figure 4.5 - 4.6) van die respondente ondersoek is.

Basiese patrone (byvoorbeeld werkpatrone en vakansiedae) wat gehandhaaf moet word, vorm onlosmaaklik deel van die *latensiefunksie* (vergelyk 2.2.5). Onvergenoegdheid met ongunstige werkpatrone kan uiteraard stres genereer. So byvoorbeeld dui gegewens uit Tabel 4.6 aan dat minder as die helfte van die respondente 'n normale 6-8-ure-werkdag het, terwyl meer as 'n derde langer ure per dag werk. Verder werk byna die helfte op Saterdag, terwyl meer as 'n kwart ook nog op Sondag werk. Dat veral diegene wat op Saterdag en Sondag moet werk, juis as gevolg daarvan stres ervaar, word bevestig deur die gegewens in Tabel 4.22. Hiervolgens korreleer werk op Saterdag matig (0,37 - 0,44) en statisties betekenisvol met die respondente se stresindekse, terwyl werk op Sondag nog hoër statisties betekenisvolle korrelasies (0,54 - 0,57) met hul stresindekse toon.

Die verantwoordelikheid rondom die versorging van jong kinders stel hoë eise aan ouers en kan uiteraard 'n bron van stres wees. Baie kinders gee waarskynlik aanleiding tot hoër stresvlakke. In hierdie studie blyk dit egter dat die respondent nie buitengewoon baie kinders het nie, aangesien Tabelle 4.4 en 4.15 toon dat die grootste groepe respondente slegs een kind in die onderskeie ouderdomskategorieë het. Bogenoemde tendens kan ook daarop dui dat iets van *kultuurdiffusie* asook *kultuurgelykmaking* by hierdie studiepopulasie voorkom. Bo en behalwe die feit dat die respondente nie buitengewoon baie kinders het nie, het die latensiefunksie ook nabehore gefunksioneer ten opsigte van die versorging van die kinders. Tabel 4.16 en Figuur 4.10 bevestig dat daar kultuurpatrone asook fisiese versorgingspatrone in plek was wat die gesin as subsisteem se gladde werking verseker het.

Die belangrikheid van taal en kommunikasie as kulturele konsepte in die voorkoming van stres is in 2.2.5 bespreek. Dat goeie kommunikasie tussen werkgewer en werknemer nie vir

hierdie respondente 'n probleem was nie, word weerspieël deur Figuur 4.2, waaruit blyk dat meer as 90% altyd hulle opdragte verstaan.

'n Laaste kulturele konsep, naamlik kulturele agterstand kan moontlik met die opvoedkundige kwalifikasies van hierdie studiepopulasie in verband gestel word. Blykens Tabel 4.2 is die opvoedkundige kwalifikasies van hierdie respondente laag, soos reeds onder die doelbereikingsfunksie bespreek is.

Samevattend kan gesê word dat die streservaring van swart huiswerkers met jong kinders in Potchefstroom sinvol aan die hand van die AGIL-paradigma beredeneer kon word. Uit die resultate blyk dat heelwat van die moontlike probleme wat tot stres aanleiding kon gee, deur goeie *aanpassing* oorbrug is. Probleme wat waarskynlik nie deur aanpassing oorkom kon word nie, het te make met groot hoeveelhede werk wat in 'n beperkte tyd by die werkgewer sowel as by haar eie huis, afgehandel moes word asook die inrigting van en benodigdhede in haar eie huis.

Uit 'n *doelbereikingsoogpunt* is daar moontlik nie aan die studiepopulasie se verwagtinge voldoen ten opsigte van vergoeding en opvoedkundige kwalifikasies nie.

Die *integrasiefunksie* het goed tot sy reg gekom, soos blyk uit die bevredigende resultate met betrekking tot integrasie in die gesin en die gemeenskap.

Wat *patroonhandhawing*- en *spanningsbeheer* betref, het ongunstige werkpatrone ('n langer as 6-8-ure-werkdag, werk op Saterdag en veral werk op Sondag) tot stres aanleiding gegee. Kleiner gesinne in geval van hierdie spesifieke studiepopulasie, asook die bemeestering van die taal waarin die werkgewer kommunikeer, dui op 'n mate van kultuurdiffusie en kultuurgelykmaking wat plaasgevind het en wat waarskynlik ook tot beter streshantering gelei het.

5.3.2 Faktore wat 'n rol speel by die stres wat swart vroulike huiswerkers in Potchefstroom ondervind (Doelstelling 1.3.2)

Hierdie bespreking sal aan die hand van die faktore wat in die navorsingsraamwerk (kyk Figuur 1.1, faktore 1 - 5) aangestip word, naamlik die *demografiese profiel* van die respondente, *beroepsverwante faktore*, *persoonlike huishoudelike omstandighede*, *persoonlike gesinsomstandighede* en die *uitgebreide gesin-situasie*, hanteer word.

5.3.2.1 Demografiese profiel (Doelstelling 1.3.2.1)

Die resultate van paragraaf 4.8.1, afdeling A, word hier bespreek. Meer as die helfte van die respondente (53,3%) was volgens Tabel 4.1 tussen 20 en 35 jaar oud en amper net soveel (42,5%) was tussen 36 en 50 jaar oud. Daar is dus 'n taamlike eweredige verspreiding van respondente in die verskillende ouderdomsgroepe, en soos by doelstelling 1.3.1, paragraaf 5.3.1 bespreek, kan albei hierdie ouderdomsgroepe weens hulle verskillende lewensfases aan stres onderworpe wees. Hulle mans is in die algemeen effens ouer, aangesien 50% tussen 36 en 50 jaar oud is, terwyl 17,4% ouer as 50 jaar is. Dit kan as 'n moontlike rede vir die gesagsposisie van die mans beskou word.

Wat opvoedkundige kwalifikasies betref, (kyk Tabel 4.2), het die huiswerkers relatief min skoolopleiding gehad. 'n Groot groep (28,3%) het nooit enige skoolopleiding gehad nie, terwyl slegs 'n vyfde hoërskoolopleiding ondergaan het. Ongeveer die helfte het dus slegs laerskoolkwalifikasies. Hoewel hulle mans nie noemenswaardig meer skoolopleiding gehad het nie, was daar tog 11% meer mans met hoërskoolopleiding. Segal (1992:18) bevestig dat huiswerkers oor die algemeen, selfs wêreldwyd, 'n lae vlak van opleiding het. Hierdie faktor kan tot stres in hierdie beroep lei, veral as daar meer van werkers verwag word as waartoe hulle deur hul opleiding in staat is. Een van SADWU (*South African Domestic Workers Union*) se vroeë doelstellings was om onderrig- en opleidingskemas te vestig om huiswerkers te help om hul opleiding te verbeter (Madiba, 1987:52), 'n doelstelling wat volgens hierdie bevindinge steeds baie aktueel is, maar wat by die respondente in hierdie studie helaas nie verwesenlik is nie.

Ten opsigte van huwelikstatus (kyk Tabel 4.3) is dit opvallend dat slegs 60% van die respondente getroud is of 'n man het wat by hulle bly, terwyl almal kinders het. Veertig persent van die huiswerkers is dus enkelouers. Hulle moet sonder enige ondersteuning hul hele huishouding behartig, wat stres in die hand kan werk. Volgens Taylor *et al.* (1990:1005) is dit in die VSA ook 'n toenemende tendens dat swart vroue aan die hoof van huishoudings met kinders staan, wat hoofsaaklik toe te skryf is aan die afnemende neiging van swart mans en vroue om te trou. Hierdie neiging word gekoppel aan die hoë vlakke van werkloosheid en die swak verdienste van jong swart mans. Die rol wat die respondente se kinders (kyk Tabel 4.4) by hul stresvlakke speel, is omvattend onder doelstelling 1.3.1, paragraaf 5.3.1 bespreek.

Die feit dat meer as 'n derde van die respondente in 'n kamer by die werkgewer bly (kyk Figuur 4.1), versterk die moontlikheid van bekommernis oor kinders wat elders versorg word. Die byna een derde wat in plakkershutte woon, se woonomstandighede is waarskynlik ook nie té rooskleurig nie, wat alles tot verdere stres kan bydra. Delpont (1990:6) beklemtoon dat behuisingstekorte dikwels die oorsaak is dat huiswerkers van hul gesinne geskei word.

5.3.2.2 Beroepsverwante faktore (Doelstelling 1.3.2.2)

Aspekte soos kommunikasie tussen die huiswerker en haar werkgewer, tipe en hoeveelheid werk wat sy verrig, lone, werksure, vervoer na en van die werk en gesondheid is beroepsverwante faktore wat in afdeling B van paragraaf 4.8.2 bespreek word en wat moontlik verband kan hou met die stresvlakke van swart vroulike huiswerkers.

Kommunikasieprobleme kan wedersyds heelwat irritasie veroorsaak, maar by hierdie groep respondente skyn dit nie 'n probleem te wees nie, aangesien minder as 10% volgens Figuur 4.2 soms probleme ondervind om opdragte te verstaan. Beide Persell (1990:58) en Schaefer en Lamm (1992:75) is van mening dat taal een van die belangrikste simbole is wat die mens gebruik. Dit is dus logies dat generering van rolspanning en rolkonflik in 'n werksituasie as gevolg van swak kommunikasie, in 'n groot mate vermy sal word indien werkgewer en werknemer mekaar begryp.

'n Belangriker stresbydraende faktor is die tipe en hoeveelheid werk wat aan hulle opgedra word. Hierdie aspek het ook onder die bespreking van doelstelling 1.3.1 in paragraaf 5.3.1 aan die orde gekom.

Onvoldoende lone (kyk Figuur 4.3) is waarskynlik die ernstigste knelpunt vir die respondente, aangesien byna die helfte minder as R300 per maand verdien. Die gesamentlike gesinsinkomste is vir byna 40% onder R1 000 per maand, en slegs 16% van die gesinne het 'n inkomste van meer as R1 000 per maand. Die vergoeding wat 'n huiswerkers vir haar werk ontvang, kan met die doelbereikingsfunksie en die integrasiefunksie van Parsons (vergelyk Hoofstuk 2, Figuur 2.1) in verband gestel word. Een van die redes waarom swart huiswerkers werk, is om 'n inkomste te verdien wat sy kan aanwend om haar gesin se materiële welsyn te bevorder. Indien sy as gevolg van genoemde lae lone nie hierdie doel kan bereik nie, is verdeling van die doelbereikingsfunksie ter sprake en dit kan tot verhoogde stres lei. Meleis en Bernal (1995:396) noem ekonomiese onsekerheid en onveiligheid as 'n belangrike bron van stres by swart huiswerkers.

Nog 'n stresbydraende faktor is werksure, wat ook onder doelstelling 1.3.1, paragraaf 5.3.1 bespreek is. Meer as 'n derde van die respondente werk volgens Tabel 4.6 gemiddeld meer as 8 ure per dag, maar dis veral die verpligte werksure op Saterdag en Sondag wat hoog en statisties betekenisvol positief met hulle stresvlakke korreleer. Madiba (1987:52) wys daarop dat huiswerkers nie supermenslike robotte is wat sewe dae per week, en meer as 12 ure per dag kan werk nie. Delport, (1990:5) berig oor die lang werksure van swart huiswerkers in die RSA, terwyl Segal (1992:18) pleit vir wetgewing in hierdie verband.

Vervoer na en van die werk bly vir die huiswerkers wat nie by hul werkgewers inwoon nie, 'n groot probleem. Volgens Figuur 4.5 is meer as die helfte van taxi's en busse afhanklik, byna 40% bestee volgens Figuur 4.6 tussen R40 en R60 per maand aan vervoer en vir ongeveer dieselfde getal neem dit volgens Figuur 4.7 tot 'n uur om tussen hul huis en hul werk te pendel, terwyl 16% selfs langer as 'n uur nodig het om by hul werk te kom. Vervoerprobleme kan 'n groot bron van stres wees.

Fisiese gesondheidsprobleme skyn nie 'n ernstige probleem vir hierdie groep respondente te wees nie. Meer as die helfte ondervind volgens Tabel 4.7 geen gesondheidsprobleme nie,

maar 43% het tog minder ernstige probleme ondervind. So byvoorbeeld het respondente aangedui dat hulle aptytverlies ondervind, asook maagkwale, sooibrand en soms hoofpyne. Soortgelyke probleme word deur De Villiers (1986:54) as simptome van stres beskryf.

Samevattend kan dus gesê word dat oorbelading van die huiswerkers, lae lone, lang werksure en veral werk op Saterdag en Sondag, asook duur en tydrowende vervoer na hul werksplek die beroepsverwante faktore is wat tot hoë stresvlakke van huiswerkers bydra.

5.3.2.3 Persoonlike huishoudelike omstandighede (Doelstelling 1.3.2.3)

In paragraaf 4.8.3, afdeling C, word die hoeveelheid werk wat swart huiswerkers by hul eie huise moet verrig, faktore wat hul taak tuis sal verlig, die gerieflikheid van hul kombuise, hulpverlening en hul tevredenheid met hul eie huishoudings bespreek in terme van moontlike stres wat hierdie faktore in die hand kan werk.

Byna twee derdes van die swart huiswerkers is volgens Tabel 4.8 van mening dat hulle nie 'n oormatige werklading tuis het nie, en byna die helfte het volgens Tabel 4.9 geen faktore genoem wat hul werkstaak sal verlig nie, terwyl ongeveer 42% van opinie was dat geriewe soos meer huishoudelike apparaat, elektrisiteit en beter watervoorsiening hul taak aansienlik sal verlig. Byna twee derdes het berig dat hulle kombuise ongerieflik is (kyk Tabel 4.10). Verder bly die feit staan dat huiswerkers by hul werkgewers sowel as by hul eie huise grootliks vir alle huishoudelike take verantwoordelik is. Om die roleise van hierdie konflikterende rolle saam te snoer is 'n moeilike taak en pogings daartoe kan stres in die hand werk (vergelyk paragraaf 2.2.2).

Wat hulpverlening met huishoudelike take betref, kry minstens twee derdes van die huiswerkers (kyk Tabel 4.11) wel hulp van mans, kinders en ander inwoners in hul huise met algemene huishoudelike take soos kosmaak, skoonmaak en versorging van klein kinders. Mans se bydraes is egter maar min, wat nie verrassend is nie in die lig van Broman (1991:517) se verduideliking dat binnenshuise take soos kosmaak en skoonmaak wat deur die swartman verrig word, sy tevredenheid met sy gesinslewe verlaag. Kinders help 'n bietjie meer, maar dit wil voorkom asof die grootste aandeel met hulpverlening van ander inwoners in die huis

(uitgebreide gesinslede en vriende) kom. Hierdie hulpverlening kan die rolkonflik wat die huiswerkers noodwendig sal ervaar, enigsins verlig.

Volgens Figuur 4.8 is meer as 70% van die huiswerkers tevrede met die netheid van hul eie huis, tuin en klere en 84% is tevrede met die gehalte van hul maaltye. Hulle skyn ook nie besonder ongelukkig te wees met hul eie huishouding oor die algemeen nie, behalwe vir die feit dat hulle meer geriewe soos tydbesparende huishoudelike apparaat sou verwelkom. Oënskynlik is hul eie huishouding dus nie 'n belangrike bron van stres nie.

5.3.2.4 Persoonlike gesinsomstandighede (Doelstelling 1.3.2.4)

In paragraaf 4.8.4, afdeling D, word resultate met betrekking tot die persoonlike gesinsomstandighede van hierdie respondente bespreek. Aspekte soos die tyd wat hulle by hul mans en kinders deurbring en die versorging van hul kinders tydens werktyd is ter sprake.

Ongeveer sestig persent van die huiswerkers het volgens Tabel 4.3 wettige mans of mansvriende met wie hulle saamwoon. Meer as twee derdes van hierdie groep is volgens Tabel 4.12 die mening toegedaan dat hulle genoegsame tyd met hulle mans deurbring. Bykans die helfte (kyk Figuur 4.9) het ook aangetoon dat hulle tuis deur hul mans bygestaan word. Dit kan op wederkerige liefde en sekuriteit tussen egliede dui, wat nodig is vir stabiliteit in primêre groepe (Melville & Keller, 1988:326). Vannoy en Philliber (1992:397) sluit hierby aan met hul bewering dat die kwaliteit van die huwelik sterk beïnvloed word deur die vermoë van beide egliede om ondersteuning te gee en te ontvang. Die mans is ook in byna al die gevalle (kyk Tabel 4.13) tevrede en selfs verheug dat die vroue werk. Daar word dus as't ware van die huiswerker verwag om die buitenshuise rol ook te vervul.

Die huiswerkers is volgens Tabel 4.14 oënskynlik nie besonder ontevrede met die hoeveelheid tyd wat hulle by hulle kinders deurbring nie, in ooreenstemming met bevindings van Meleis en Bernal (1995:395) wat ook gevind het dat dit nie 'n probleem vir swart huiswerkers is nie, waarskynlik omdat werkgewers begrip vir die probleem het en tegemoetkomend is wat werkstye betref as die huiswerkers klein kinders het. Byna 60% van hierdie respondente het volgens Tabel 4.15 geen voorskoolse kinders nie, wat waarskynlik die probleem van kinderversorging vir hulle minder ernstig maak. Van die res het die oorgrote meerderheid

slegs een voorskoolse kind, en die helfte van die voorskoolse kinders word volgens Tabel 4.16 deur 'n ouma of 'n ander uitgebreide gesinslid versorg. Volgens Spitze (1988:607) maak werkende vroue met 'n lae vlak van geletterdheid graag van uitgebreide gesinslede gebruik om hulle kinders te versorg. Meer as twee derdes van die respondente is baie tevrede met die versorging van hulle kinders, en tog is daar amper 'n vyfde wat bekommerd is dat hulle kinders nie goed versorg word nie (kyk Figuur 10). Madiba (1987:52) maak melding van swart huiswerkers wat dikwels die kinders van hul werkgewers versorg, terwyl hulle bekommerd is oor die versorging van hul eie kinders tuis. Volgens Melville en Keller (1988:236) is dit veral in gevalle waar ouers voorskoolse kinders het dat daar baie stres by die moeders is. In die algemeen blyk dit ook dat skoolkrisisse met kinders meestal deur die vrou hanteer word (Lamanna & Riedman, 1994:518-524).

5.3.2.5 Die uitgebreide gesin-situasie (Doelstelling 1.3.2.5)

By baie van die swart huiswerkers woon meer mense as net hulle gesinslede in (kyk Tabel 4.17). In byna 40% van die gevalle woon 'n moeder van een van die egliede by hulle in, terwyl by 20% minstens een broer, een suster en een vader woon. Amper 'n derde het ook een of meer kinders van ander persone wat by hulle inwoon, met die gevolg dat meeste van hierdie gesinne, wat gemiddeld sewe lede per huishouding huisves, as uitgebreide gesinne geklassifiseer kan word. In die literatuur word dit telkens bevestig dat swart gesinne sterk geneig is om uitgebreide gesinne te vorm (Hofferth, 1984:792; Taylor, 1986:74, Taylor *et al.*, 1990:997). Daar is ook bewerings dat enkelouers dikwels aan die hoof van swart gesinne staan en dat hierdie gesinne dikwels uitgebreid is (Hofferth, 1984:804), wat ooreenstem met bevindings in hierdie studie.

Ten spyte van die feit dat hierdie addisionele inwoners vir die respondente 'n bykomende ekonomiese en werkklas meebring en ruimte in hul reeds beknopte wonings beset, het slegs twaalf persent die teenwoordigheid van die addisionele lede as negatief ervaar (kyk Tabel 4.18). Hulle ondervind dus ongetwyfeld ook voordele in die uitgebreide gesin-situasie, soos byvoorbeeld dat meeste van die hulp wat hulle met die huishouding ontvang, van nie-gesinslede wat by die gesin inwoon, afkomstig is. Gerstel en Gallagher (1993:606) het bevind dat normatiewe verpligtinge teenoor lede van 'n uitgebreide gesin, byvoorbeeld die versorging van ouers, dankbaarheid tot gevolg het en nie distres in die hand werk nie. Verdere voordele

van 'n uitgebreide gesin soos deur Peterson (1993:571) genoem word, is die moontlikheid om korttermyn huishoudelike verpligtinge te koördineer, die sorg van kinders en ander afhanklikes onderling te reël, rolle uit te ruil en hulpbronne saam te snoer en volgens uiteenlopende behoeftes van die gesin daagliks te benut. Dat die middeljarige vroue in uitgebreide gesinne egter die hoofverantwoordelikheid vir dienste aan bejaardes en volwasse kinders dra, of sy buitenshuis werk of nie, is 'n voldonge feit. Werkende volwasse kinders het skynbaar gewoonlik nie addisionele hulpverleningsverpligtinge nie (Spitze, 1988:608). Ander voordele van 'n uitgebreide gesin wat deur bevindings van Taylor (1986:74) na vore gebring word, is die *sosiale ondersteuningsnetwerk*, *affektiewe gesinsbande* en 'n hoë vlak van *gesinslewebevrediging* wat dit bied. Hy bevestig ander navorsers se uitsprake dat swart vroue meer ondersteunend as mans optree en 'n groter verantwoordelikheid vir die uitgebreide gesinsnetwerke aanvaar. Inkomstevlak skyn ook 'n belangrike rol te speel, aangesien gesinslede met laer inkomstes groter ondersteuningsmoontlikhede geniet. Die uitgebreide gesin-situasie is dus oënskynlik nie 'n bron van stres vir respondente nie.

5.3.3 Kompensasiepraktyke wat swart vroulike huiswerkers aanwend om hul stres te verlig (Doelstelling 1.3.3)

Ongeveer die helfte van swart huiswerkers in hierdie studiepulasie, bring heelwat tyd aan diens in die samelewing deur (kyk Figuur 4.11), waar hulle diens vir die kerk doen, in 'n koor sing of vergaderings bywoon. Verder doen byna almal volgens Tabel 4.19 soms iets waarvan hulle hou, byvoorbeeld om te sing by die werk en om by vriende te kuier. Meer as 'n derde rook om te ontspan en nog meer drink pille om dieselfde rede. Meleis en Bernal (1995:398) het ook bevind dat swart huiswerkers graag met vriende praat om hulle stres te verlig, terwyl bid, rook en musiek luister ook as strategieë genoem word om stres die hoof te bied. Van hierdie strategieë hou moontlik verband met die verkryging van selfkennis, wat volgens die bespreking in paragraaf 3.4.2.2 die beste basis van stresshantering is.

5.4 AANBEVELINGS

5.4.1 Stresvlakke

5.4.1.1 In hierdie studie is bevind dat meer as die helfte van die swart vroulike huiswerkers aan abnormaal hoë of hoë stres ly. Daar word aanbeveel dat 'n nasionale nie-polities gefundeerde vereniging, wat die belange van hierdie werkers bevorder, gestig word. Hierdie vereniging moet onder andere hulpverlening ten opsigte van stresvermindering en -hantering ten doel hê. *Voorligting en opleiding* aan die huiswerkers ten opsigte van die volgende streshanteringsvaardighede moet deur hierdie vereniging of soortgelyke instansie gekoördineer word:

- Kritiese en kreatiewe denke, waardeur die huiswerker opgelei moet word om haar situasie te ontleed en proaktief te beplan om dit te verbeter (Laster, 1981:19).
- Verkryging van selfkennis, sodat 'n huiswerker haar eie stressors kan identifiseer en verwerk (Nelson & Quick, 1985:213).
- Beoefening van selfbeheer, sodat 'n huiswerker haar situasie deur 'n interne lokus van kontrole kan verbeter (Nelson & Quick, 1985:214).
- Interaksievaardighede, waardeur die huiswerker die kommunikasie tussen haar en haar werkgewer, gesinslede en ander inwoners in haar huis kan verbeter. Gebrekkige kommunikasie kan 'n groot bron van stres wees (Nelson & Quick, 1985:208).
- Versorgingsvaardighede, sodat huiswerkers bewus kan word van die noodsaaklikheid om ander by te staan, waardeur hul agting en erkentlikheid verdien en hul eie hulpbronne in tye van stres versterk (Laster, 1981:18-19).
- Probleemoplossings- en handelingsvaardighede, wat die huiswerker uiteindelik sal bemagtig om strategieë te vind om probleme op te los, asook om doelwitte te formuleer en te bereik (Coffey, 1985:28-30).

5.4.1.2 Die *opleidings- en voorligtingsprogramme* wat in paragraaf 5.4.1.1 ter sprake is, moet sodanig wees dat die deelnemers die inligting kan verstaan en toepas. Hierdie spesifieke teikengroep het oor die algemeen 'n lae vlak van onderrig bereik en inligting wat op praktiese en visueel treffende wyse oorgedra word, sal meer trefkrag hê. Reitsma (1996:126) wys daarop dat kommunikasie 'n belangrike rol speel in die effek wat 'n boodskap op 'n

teikengroep het. Sy stel voor dat aanbiedingsmetodes wat vir spesifiek teikengroepe geskik sal wees, ondersoek behoort te word. Die navorser is van mening dat aktiewe deelname van die groep, byvoorbeeld deur gespreksgroepe en rolspel, die trefkrag van die inligting sal verhoog.

5.4.1.3 Die *programleiers* moet deur die swart huiswerkers aanvaar word en laasgenoemde moet ook met hierdie programleiers kan identifiseer, omdat dit die sukses van kommunikasie beïnvloed. Dit is volgens Reitsma (1996:127) veral belangrik in transkulturele situasies, waar die vertrouensverhouding meer sensitief is. Spesiale aandag moet daarom aan die keuse van programleiers en voorligters geskenk word.

5.4.2 Faktore wat stres kan verminder

Sekere voorsorgmaatreëls en proaktiewe optrede aan die kant van beide swart huiswerker en haar werkgewer kan bydra tot die verlaging van stresvlakke by huiswerkers. Aanbevelings in die verband kan ten opsigte van enkele faktore gemaak word.

5.4.2.1 Die *demografiese milieu* van die huiswerker kan gewysig word deur die vlak van onderrig waarop sy verkeer, te verbeter. 'n Hoër onderrigkwalifikasie sal nie alleen haar verworwe status verhoog nie, maar ook sorg vir meer selfvertroue en haar ook in staat stel om meer opgewasse te wees vir haar veeleisende taak (Madiba, 1987:52). Moontlikhede vir verdere opleiding, miskien spesifieke beroepsopleiding soos aan die Boskopopleidingsentrum aangebied word, moontlik op deeltydse basis, moet ondersoek word.

5.4.2.2 Wat *beroepsverwante faktore* betref, is dit dringend noodsaaklik dat werkgewers van swart huiswerkers bewus gemaak moet word van die onderskeie probleme wat die huiswerkers ten opsigte van hul werk, sowel as hul persoonlike omstandighede ondervind. Aspekte waarvan die werkgewers kennis moet neem en waaraan hulle 'n verskil moet probeer maak indien dit in hul geval nodig is, sluit in:

- Realistiese lone, sodat die huiswerker minstens in haar en haar gesin se basiese behoeftes van kos en klere kan voorsien, veral as sy 'n enkelouer is (Gordon, 1985:168). Indien die huiswerker nie oor hierdie verpligtinge hoef te bekommer nie, kan dit haar stres baie verminder.

- Oorlading betreffende normale sowel as sporadiese werk wat aan huiswerkers opgedra word. 'n Huiswerker se aandeel in haar werkgewer se huishoudelike verantwoordelikhede is dikwels buite verhouding met die tyd wat daarvoor toegelaat word (Maforah, 1993:5; Madiba, 1987:52).
- Abnormale werksure, wat tot oormatige uitputting lei. Werkgewers moet daarvan bewus wees dat die huiswerker nie langer as agt ure per dag vir vyf dae per week behoort te werk nie, aangesien sy daarbenewens ook nog haar eie huishouding moet behartig (Madiba, 1987:52; Delpont, 1990:5). Hulle moet veral daarvan kennis neem dat werk op Saterdag en Sondag, stres by huiswerkers genereer.
- Voordele soos jaarlikse verlof, siekteverlof, pensioen- of ander voorsieningskemas vir die aftreetydperk, mediese versekering, werkloosheidsversekering en kraamverlof, wat dikwels deur werkgewers geïgnoreer (Gordon, 1985:XIII; Delpont, 1990:9-13).
- Begrip vir die huiswerker se persoonlike omstandighede. Daar word dikwels van huiswerkers verwag om addisionele insette te lewer wanneer die werkgewer krisisse soos siekte in die gesin of onverwagse gaste beleef, maar werkgewers moet daarop ingestel wees om wederkerige ondersteuning aan die huiswerker te verleen wanneer nodig (Meleis & Bernal, 1995:396; Gordon, 1985:XXII).
- Gebrekkige kommunikasie, wat tot misverstande ten opsigte van opdragte, en gevolglik onwenslike gesindhede kan lei. Die werkgewer moet seker maak dat die werknemer deeglik verstaan en ook dat die huiswerker tydens kommunikasie reg verstaan word.

5.4.2.3 Ten opsigte van die huiswerker se *persoonlike huishoudelike omstandighede*, word aanbeveel dat die huiswerker se gesinslede aan 'n opvoedings- en voorligtingsprogram onderwerp word waarin verduidelik word dat die gesinsmoeder se rol in die afgelope jare drasties verander het en dat sy nie haar dubbele rol as buitenshuise werker en huishouer van haar eie huishouding sonder hulp kan behartig nie. Die tradisionele gebruik dat veral mans geen hulp met die huishouding verleen nie (Broman, 1991:517) moet hier aangespreek word. Wat betref geriefliker inrigting van hul huise, kan aan die huiswerkers inligting oor kleiner tydsbeparende toerusting, byvoorbeeld meganiese wasmasjiene, verskaf word.

5.4.2.4 Om die swart huiswerker se bekommernis oor die *versorging en welsyn van haar kinders tuis* (Melville & Keller, 1988:236) aan te spreek, word aanbeveel dat moontlikhede

ondersoek word om hierdie kinders by kleuterskole, dagsorgsentrums en naskoolsentrums te laat inskakel.

5.4.2.5 Ten einde die *uitgebreide gesin-situasie* ten volle te benut, word aanbeveel dat die huiswerkers aangemoedig word om addisionele inwoners in hul huise se volle potensiaal as hulpbron te gebruik, byvoorbeeld in die vorm van hulp met die versorging van kinders, huisskoonmaak en voedselvoorbereiding, asook finansiële bydraes.

5.4.3 Kompensasiepraktyke as teenwig vir stres

Daar word aanbeveel dat praktyke geïdentifiseer en ontgin word wat tot stresvermyding of -verligting sal lei. Die swart huiswerker moet, na aanleiding van die uitkoms van sodanige ondersoek aangemoedig word om van sodanige praktyke gebruik te maak en fasiliteite om dit moontlik te maak, moet daargestel word.

5.4.4 Verdere navorsing

Daar word aanbeveel dat verdere navorsing ten opsigte van die voorafgenoemde aanbevelings onderneem word. Psigoloë, sosioloë en maatskaplike werkers kan met groot vrug by sodanige navorsing betrek word, veral met die ontwikkeling van opleidingsprogramme, streshanteringsvaardighede asook die invloed van sosiale faktore op die rol van die huiswerker.

5.5 SLOT

Huiswerkers is tradisioneel in hierdie beroepsrol gedwing weens omstandighede en gebrekkige opleiding. Feite soos dat hulle in hul werksituasie dikwels nie opgewasse vir die taak is nie, gebrekkige kommunikasie tussen werkgever en werknemer, oorbelading van die huiswerker en onbegrip vir haar probleme, asook spanningsvolle situasies by haar eie huis, veroorsaak stres vir die huiswerker. Hierdie studie het gepoog om sodanige stresvlakke te bepaal en probleme wat die huiswerkers ondervind, te ondersoek. Die verband tussen die funksionele voorvereistes soos deur Talcott Parsons geïdentifiseer (die AGIL-paradigma) en stres by swart huiswerkers is ook ondersoek. Aanbevelings ten opsigte van die bevindings is

gemaak. 'n Verdere bydrae is gemaak deurdat die stresmeetinstrumente gevalideer is, en dus in die toekoms met vertroue vir soortgelyke populasie gebruik kan word. Die navorser wil graag die hoop uitspreek dat hierdie studie 'n bydrae sal maak vir beter begrip vir huiswerkers se situasie en vir daadwerklike pogings van alle belanghebbendes om haar lewenskwaliteit te verbeter en haar stresvlakke te verlaag.

VRAELYS

No.

--	--

 1-2**Vraelys aangaande omstandighede van vroulike huiswerkers by hul werk en by hul eie huise**

Voltooi die volgende vraelys asseblief so volledig as moontlik. Alle inligting is vertroulik.

Merk jou antwoorde met 'n kruisie (x) tensy anders vermeld.

A. Demografiese inligting

1. In watter ouderdomsgroep val jy (en jou man, as jy getroud is)?
- O na le dilemo di le kae?

Jonger as 20 jaar oud
 20 jaar tot 35 jaar oud
 36 jaar tot 50 jaar oud
 51 jaar en ouer

vrou	man	
		1
		2
		3
		4

3-4

2. Wat is jou (en jou man, as jy getroud is) se hoogste opvoedkundige kwalifikasie?
- Monna wa gago o rutegile go fitlha kae?

Geen skoolopleiding
 Gr 1/Sub A tot St 2
 St 3 tot St 5
 St 6 tot St 10 / Matriek
 Opleiding by Boskop
 Graad of Diploma

vrou	man	
		1
		2
		3
		4
		5
		6

5-6

3. Het jy 'n man wat by jou en jou kinders bly?
- A o na le monna yo o nnang le wena le bana?

Ja		1
Nee		2

7

4. Hoeveel kinders het jy in die volgende ouderdomsgroepe? Skryf die getalle neer.
- O na le bana ba le kae ba ba dilemo tse di latelang? Kwalo palo.

jonger as 3 jaar
 van 3 tot 5 jaar
 van 6 tot 12 jaar
 13 jaar en ouer as 13 jaar

	8
	9
	10
	11

8-11

5. Waar woon jy?

- O agile kae?

Ikageng/Promosa

In 'n kamer by my werkgewer

Plakkerskamp

Op 'n plot/plaas

	1
	2
	3
	4

12

B. Beroep

6. Verstaan jy altyd as jou werkgewer met jou praat?

- A o tlhologanya sentle fa mothapi wa gago a bua le wena?

Ja	1
Nee	2
Soms	3

13

7. Watter soort werk doen jy waar jy werk?

- O dira tiro ya mofuta ofe?

Kook net die kos

Kook die kos en maak die huis skoon

Maak net die huis skoon

Kook die kos, maak huis skoon en stryk

Kook die kos en doen strykwark

Maak huis skoon, kook kos, stryk, pas kinders op

Pas net die kinders op

Maak die huis skoon en pas die kinders op

Kook die kos en pas die kinders op

Stryk en pas die kinders op

Maak die huis skoon en stryk

Doen net strykwark

Ander (noem): _____

	01
	02
	03
	04
	05
	06
	07
	08
	09
	10
	11
	12
	13

14-15

8. Hoeveel geld kry jy per maand? (tel die ekstra bedrae soos busgeld by)

- O amogela bokae ka kgwedi? Akanyetsa le a bese

Minder as R100

R100 tot R199

R200 tot R299

R300 tot R399

R400 tot R499

R500 of meer

Weier om te sê

	1
	2
	3
	4
	5
	6
	7

16

9. Hoeveel geld kry almal wat tot die huishouding bydra saam per maand (salarisse, toelaes en ander inkomste wat spandeer kan word)?

- Lona lotlhe mo legaeng la lona lo amogela bokae? (Madi otlhe a a ka dirisiwang.)

Minder as R100	01	17-18
R100 tot R199	02	
R200 tot R299	03	
R300 tot R399	04	
R400 tot R499	05	
R500 tot R999	06	
R1 000 tot R1 999	07	
R2 000 tot R2 999	08	
R3 000 tot R3 999	09	
R4 000 tot R4 999	10	
R5 000 en meer as R5 000	11	
Weier om te sê	12	

10. Watter dae van die week werk jy en hoe lank op elke dag?

- O dira malatsi afe mo bekeng? O dira diura di le kae mo malatsing ao?

	tot 6 uur (1)	6 tot 8 uur (2)	meer as 8 uur (3)	
Maandag				19
Dinsdag				20
Woensdag				21
Donderdag				22
Vrydag				23
Saterdag				24
Sondag				25

11. Hoe kom jy meestal by die werk?

- O tla gantsi jang mo tirong?

Loop	1	26
Ry fiets	2	
Met 'n taxi	3	
Met die bus	4	
Ander (noem): _____	5	

12. Hoeveel kos jou vervoer (bv. bus of taxi) per maand?

- O duela sepalamo bokae ka kgwedi?

Niks	1	27
R1 tot R19	2	
R20 tot R39	3	
R40 tot R59	4	
R60 of meer	5	

13. Hoe lank neem dit jou om by die werk te kom?
 • O tsamaya sebaka se se kana ka eng go fitlha kwa tirong?
- | | | |
|---------------------|---|----|
| Minder as 30 minute | 1 | 28 |
| 30 minute tot 1 uur | 2 | |
| Langer as 'n uur | 3 | |
14. Het jy enige gesondheidsprobleem wat dit vir jou moeilik maak om te werk?
 • A o na le bolwetse bongwe bo bo tshwenyang mo tirong?
- | | | |
|---|---|----|
| Geen probleme nie | 1 | 29 |
| Siekte soos suikersiekte (noem):
_____ | 2 | |
| Swak liggaam | 3 | |
| Ander (noem): _____ | 4 | |

C. Eie huishouding Kwa lapeng la gago

15. Het jy te veel werk by jou eie huis?
 • A tiro kwa gae e ntsi thata?
- | | | | |
|--|-----|---|----|
| | Ja | 1 | 30 |
| | Nee | 2 | |
16. Wat sal jou werk by jou eie huis makliker maak?
 • Ke eng se se tla nolofatsang tiro ya gago kwa gae?
- | | | |
|---|---|----|
| Niks | 1 | 31 |
| Korter ure by die werk | 2 | |
| Een dag per week af by die werk | 3 | |
| Meer as een dag per week af by die werk | 4 | |
| As my man en/of kinders my help | 5 | |
| Ander (noem): _____ | 6 | |
17. Is jou kombuis gerieflik?
 • A boapeelo ba ntlo ya gago bo a tshwanetse?
- | | | |
|-----|---|----|
| Ja | 1 | 32 |
| Nee | 2 | |

18. Wie help jou meesal met jou eie huishoudelike take?

- Ke mang yo o go thusang ka ditiro tse di latelang kwa gae?

	man	kinders	ander	niemand	
Kosmaak					33
Koop van kos					34
Wasgoed was					35
Huis skoonmaak					36
Klere maak/ heelmaak					37
Werf skoonmaak/ tuinmaak					38
Versorging van klein kindertjies					39

19. Voel jy tevrede met die volgende in jou huis?

- A o kgotsofadiwa ke dintho tse di latelang tsa ntlo ya gago?

	Ja 1	Nee 2	
Is die huis skoon genoeg			40
Is die kos lekker?			41
Is alles wat jy nodig het altyd in die huis?			42
Is jou tuin netjies?			43
Is almal se klere netjies en skoon?			44

D. Eggenoot Magatso

20. Voel jy dat jy genoeg tyd op 'n dag saam met jou man deurbring?

- A o gapola gore o na le nako e e lekaneng le mogatso ka letsatsi?

Ja		1	45
Nee		2	

21. Help jou man jou met die huiswerk?

- A mogatso o go thusa ka ditironyana kwa gae?

nooit nie		1	46
net as ek hom vra		2	
uit sy eie		3	

22. Is jou man bly dat jy werk? • A mogatso o itumela o na le tiro?

Ja		1	47
Nee		2	
Weet nie		3	

E. Kinders Bana

23. Voel jy dat jy genoeg tyd by jou kinders deurbring?

- A o gopola gore o na le nako e e lekaneng le bana ba gago?

Ja		1	48
Nee		2	

24. Hoeveel voorskoolse kinders het jy?

- O na le bana ba le kae ba ba iseng ba tsene sekolo?

0		49
1		
2		
3		

25. Wie versorg jou voorskoolse kinders terwyl jy werk?

- Ke mang yo o tlhokomelang bana ba gago ba ba iseng ba tsene sekolo fa ile kwa tirong?

Familie, bv. ouma of tante		1	50
Bure of ander vriende		2	
Kleuterskool of dagsorg (crèche)		3	
Ander (noem): _____		4	

26. Hoe tevrede is jy met die versorging van jou kinders?

- A go thlokomelwa ga bana ba gogo go a kgotsofatsa?

baie tevrede		1	51
redelik tevrede		2	
nie eintlik nie		3	
glad nie tevrede nie		4	

F. Ander inwoners

27. Wie bly almal by jou in die huis? (Skryf die getal neer waar van toepassing).

- Ke bomang botlhe ba ba nnang le wena mo ntlong?

	getal	
(1) Jou man/vriend (wat by jou bly asof hy jou man is)		52
(2) Jou eie kinders		53
(3) Ander kinders		54
(4) Jou of jou man se ma		55
(5) Jou of jou man se pa		56
(6) Jou broers		57
(7) Jou susters		58
(8) Jou ma of pa se broers		59
(9) Jou ma of pa se susters		60
(10) Vriende		61
(11) Vriendinne		62

28. Voel jy gelukkig dat hulle by jou bly?
 • A o ba itumeletse go nna le wena

Ja		1
Nee		2

63

G. Samelewing

29. Hoeveel tyd gebruik jy om werk vir die kerk te doen, om koor te sing of om vergaderings by te woon?
 • O tsaya nako e e kana ka eng go direla kereke, go opela mo khoiring kgotsa go ya kopanong?

baie 1	matig 2	min 3

64

H. Kompensasiëpraktyke

30. Doen jy partymaal iets wat vir jou lekker is?
 • A o tle o dire sengwe se o se ratang?
 Behoort jy aan 'n organisasie buite jou huis?
 • A o tokololo ya lefapha/komiti nngwê?
 Doen jy gereeld oefeninge?
 • A o ikatisa kametlha?
 Het jy 'n plek in jou huis waarheen jy kan gaan om alleen te wees?
 • A o na le felo mo ntlong ya gago fa o ka yang gona fa o batla go nna o le nosi?
 Rook jy?
 • A o a goga?
 Drink jy?
 • A o a nwa?
 Sing jy partymaal as jy werk?
 • A o tle o opele kwa tirong?
 Drink jy pille om jou te laat slaap?
 • A o nwa dipilisi tsa go robala?
 Drink jy pille om jou te laat ontspan?
 • A o nwa dipilisi tse di go sidilang?
 Gaan jy gereeld by vriende kuier?
 • A o etela ditsala ka metlha?

Ja	Nee	
		65
		66
		67
		68
		69
		70
		71
		72
		73
		74

31. The Berocca Calcium stress test

Tick in Column 1 all those words or phrases which describe how you have been feeling over the past 3 to 4 days.

Tick in Column 2 those words which best describe how you have generally felt over the last 1 to 2 months. Just tick the ones that have been the main things you have felt.

	Record no 2 1		
	1	2	
Able to relax			2
Alive			3
Calm			4
Cheerful			5
Concerned			6
Daring			7
Decisive			8
Depressed			9
Difficulty in falling a-sleep			10
Difficulty in staying a-sleep			11
Drinking more tea and coffee			12
Easily startled			13
Easy going			14
Eating and drinking habits much as always			15
Energetic			16
Fall asleep easily			17
Feeling keyed up and on edge			18
Feeling shaky or trembly			19
Feeling tired when you wake up			20
Feelings of being unworthy			21
Feelings of emotional emptiness			22
Fine			23
Frightened			24
Frustrated			25
Generally healthy			26
Get tired easily			27
Good appetite			28
Guilty			29
Happy			30
Headaches			31
Heartburn/Indigestion			32
Hopeless			33
Hostile			34
Irritable			35
Joyful			36
Lonely			37
Loss of appetite			38
Mind goes blank or memory problems			39
Neck and backache			40
Nervous			41
Nightmares			42
No real stomach problems			43
Optimistic			44
Panicky			45
Poor concentration or easily distracted			46
Rebellious			47
Restless or fidgety			48
Sad			49
Sleep well			50
Stomach upsets/diarrhoea			51
Troubled			52
Using more alcohol or tobacco or tranquilisers or drugs			53

31. Berocca Calcium stress test

Kaya mo Kolomono ya 1 mafoko a a tlhalosong boikutlo ba gago mo malatsing a 3 kgotsa 4 a a fetileng.

	1	2	
O kgonne go ikhutsa			2
O ikutlwa o tshela fela			3
O ne o sisibetse			4
O ikutlwile o itumetse			5
O ikutlwile o kgathelela			6
O ne o le pelokgale			7
O ne o tlhola o tiisitse			8
O ne o ka re o ne o hutsafetse			9
O ne o le bothata ba go thulamela			10
O ne o sa kgone go tshwara boroko			11
O ne o ikutlwa go ka nwa tee le kofi gantsi			12
O ne o tshoga feela			13
O ne o ikutlwa monate			14
O ne o bona gore mekgwa ya go ja le go nwa e ntse o tshwana			15
O ne o ikutlwa o le mafolofolo			16
O kgonne go thulamela ga bonola			17
O ne o ikutlwa o sa phuthuloga pelo			18
O ikutlwile o roroma			19
O ikutlwile o kgathetse ga o tsoga			20
O ikutlwa o se na masola			21
O ikutlwa o fellwa ke maikutlo			22
O ikutlwa o siame			23
O ikutlwile o boifa			24
O ne o ka re o kgoreletsegile			25
O ikutlwile o itekanetse			26
O ikutlwile o lapa fela			27

Kaya mo Kolomong ya 2 mafoko a a tlhalosang boikutlo ba gago mo dikgweding tse 1 kgotsa 2 tse di fetileng.

	Record no[2]1		
	1	2	
O ikutlwile o eletsa di jo			28
O ne o ipona molata			29
O ne o itumetse			30
O ne o opiwa ke tlhogo			31
O ne o na le lesokelela			32
Go se nne le tshepo			33
O ne o tlhamaladitse moriri			34
O ne o tenega			35
O ne o itumetse			36
O ne o tshwerwe ke bodutu			37
O ne o na le keletso ya go ja			38
O ne o latlhegelwa ke tlhaloganyo			39
O ne o opiwa ke molala le mokotla			40
O ne o fafamogile			41
O ne o lora ditoro tse di tshosang			42
O ne o se na le bothata jwa mala			43
O ne o ngunanguna			44
O ne o tshoga fela			45
O ne o sa ele tlhoko			46
O ne o ka re o a rukhutlha			47
O ne o ikutlwa o ka re o khidiegile			48
O ne o hutsafetse			49
O ne o kgona go robala sentle			50
O ne o na le mala a a tshololang			51
O ne o tshwenyegile			52
O ne o dirisa bojalwa, motsoko, le diretebatsi go feta selekanyo			53

Pines toets: Uitputting - Tedium - Phêlêlo

How often do you have any of the following experiences? Please use the following scale:
 Hoe dikwels ervaar jy enige van die volgende? Gebruik asseblief die volgende skaal:
 O ikutlwa gantsi jang jaaka o bolelelwa mo dipolelong tse di latelang. Dirisa sekale se se latelang:

1	2	3
Never / Nooit Ka gope	Sometimes / Partykeer Motlhamongwe	Always / Altyd Ka metlha yotlhe

	1	2	3	
1. Being tired / Is moeg, uitgeput / O ikutlwa o lapile				1
2. Feeling depressed / Voel neerslagtig / O ikutlwa o hutsafetse				2
3. Having a good day / Ervaar 'n lekker dag / Dilo tsotlhe letsatsi le, di go siametse				3
4. Being physically exhausted / Is liggaamlik uitgeput / O ikutlwa o ka re mmele o feletse				4
5. Being emotionally exhausted / Is emosioneel uitgeput / O ka re o kgathetse				5
6. Being happy / Is gelukkig / Go ikutlwa o itumetse				6
7. Being "wiped out" / Is afgesloof / O ne o ka re o latlhilwe				7
8. Feeling "burned out" / Voel "uitgebrand" / O ne o ka re o a palelwa				8
9. Being unhappy / Is ongelukkig / O ikutlwa o sa itumela				9
10. Feeling rundown / Voel afgerem / O ikutlwa o nyemile moko				10
11. Feeling trapped / Voel vasgekeer / O ka re o pitlaganyetswe				11
12. Feeling worthless / Voel nikswerd / O ikutlwa o le selo fela				12
13. Being weary / Is sat, afgemat / O ka re o nyemile moko				13
14. Being troubled / Is bekommerd / O ikutlwa o ka re o a tshwengwa				14
15. Feeling disillusioned and resentful about people / Voel ontugter en gegrief teenoor mense / O ikutlwa o ka re o ila batho				15
16. Feeling weak / Voel swak / Go ikutlwa o le bokoa				16
17. Feeling hopeless / Voel wanhopig / Go ikutlwa o solofologile				17
18. Feeln rejected / Voel verwerp / Go ikutlwa o ka re o kgoromeletswe gosele				18
19. Feeling optimistic / Voel optimisties / O ne o kare o a ngunangana				19
20. Feeling energetic / Voel energiek / O ke ra o kwanatlegile				20
21. Feeling anxious / Voel angstig / O ka re o tlhoba e legile				21

LITERATUURVERWYSINGS

ANASTASI, A. 1988. Psychological testing. 6th ed. New York: Macmillan.

ANON. 1993a. Berocca Stress Index Survey. Johannesburg: Roche Pharmaceuticals Industry.

ANON. 1993b. Stress news. Johannesburg: Research Surveys.

BAUM, A., SINGER, J.E. & VALIUS, S. 1978. Advances in environment psychology. Hillsdale, N.J.: Erlbaum.

BELL, R.R. 1983. Marriage and family interaction. Homewood, Ill: Dorsey Press.

BENZLEY, J.J. 1990. Household tasks: An equity issue for home economics. *Journal of home economics*, 82(4):25-31.

BETHLEHEM, L. 1996. Re-shaping labour market policy in South Africa. *South African Labour Bulletin*, 20(4):57-63.

BIRD, W.G. & FORD, R. 1985. Sources of role strain among dual career couples. *Home economics research journal*, 14(2):189.

BLANK, R.M. 1989. Labor market transitions of women. The role of part-time work in women's labour market choices over time. *AEA Papers and proceedings*, 79(2):295-299.

BOBERG, J. 1990. Maids lament: personal finance. *Finance Week*, 44(8):43.

- BRIEF, A.P., RANDALL, S.S. & VAN SELL, M. 1981. Managing job stress. Boston: Little, Brown and Company.
- BRILL, P.L. 1984. The need for an operational definition of burnout. *Family and community health*, 6(4):12-24.
- BRITZ, E. 1993. Stres en angs. Die prys wat SA se mense nou betaal. *Bult (Nuustydskrif van die UOVS)*, 41(3):8-11.
- BRODERICK, C.B. 1984. Marriage and the family. Englewood Cliffs, N.J.: Prentice-Hall.
- BROMAN, C.L. 1991. Work family roles and psychological well-being of blacks. *Journal of Marriage and the family*, 53(2):509-520.
- CAVANAGH, M.E. 1988. What you don't know about stress. *Personnel journal*, 7(26):53-59.
- CHAMPION, D.J., KURTH, S.B., HASTINGS, D.W. & HARRIS, D.K. 1984. Sociology. New York: Dryden Press.
- CHUSMIR, L.H. & DU RAND, D.E. 1987. Stress and the working woman. *Personnel*, 64(5):38-43, May.
- COFFEY, K.R. 1985. Solving family and work role problems: An academic department case study. *Journal of home economics*, 77(1):28-30.
- CONKLIN, J.E. 1987. Sociology: An introduction. New York: Macmillan.
- COOLEY, C.H. 1964. Human nature and the social order. New York: Schocken Books.
- CRONJE, J.F. 1986. Ongehude moederskap beskou vanuit Talcott Parsons se handelingsverwysingsraamwerk. Potchefstroom: PU vir CHO. (Verhandeling - M.A.)

- CRONJE, J.F. 1991. Die invloed van verarming op bepaalde struktuur-funksionele komponente van die Wes-Transvaalse plattelandse gesin. Potchefstroom: PU vir CHO. (Proefskrif (D.Phil.))
- DALEY, M.R. 1979. Burnout: smoldering problem in protective services. *Social work*, 9:375-379.
- DAY, R. 1977. Home economics environmental conditions in the home. *Home economics*, 23(7):14-15.
- DE VILLIERS, A.C. 1986. Streshantering van 'n risikogroep. Johannesburg: RAU (Skripsie - M.Cur.)
- DE VILLIERS, F.J.M. 1982. Die uitgebrande verskynsel by die moderne beroepsmens. *Curationis*, 5(4):52-55.
- DELPOR, E. 1990. The skeleton in the kitchen. *Codicillus*, 31(2):4-15.
- DOUTHITT, R.A. 1991. Children's time use in single and two parent families: Does household organization matter? *Home economics research journal*, 20(1):42-51.
- DU TOIT, D.A. & VAN STADEN, S.J. 1989. Verpleegsosiologie. Pretoria: Academica.
- DU TOIT, J.P.J. 1992. Psigiese uitbranding by personeelkundiges in Suid-Afrika. Potchefstroom: PU vir CHO. (Skripsie - MA.)
- FARBER, B.A. 1983. Stress and burnout in the human service professions. Teachers College, New York, Columbia: Pergamon Press.
- FARBER, B.A. 1984. Stress and burnout in suburban teachers. *Journal of educational research*, 77(6):325-331.
- FERRANTE, J. 1992. Sociology: A global perspective. Belmont, Calif.: Wadsworth.

- FREUDENBERGER, H.J. & RICHELSON, G. 1980. Burn-out: the high cost of high achievement. New York: Anchor Press.
- GERSTEL, N. & GALLAGHER, S.K. 1993. Kinship and distress: Gender recipients of care, and work-family conflict. *Journal of marriage and the family*, 55(3):598-607.
- GOLD, Y. 1985. Does teacher burnout begin with student teaching. *Education*, 105:254-257.
- GOODLOE, A., BENSAHEL, J. & KELLY, J. 1984. Managing yourself. New York: Franklin Watts.
- GORDON, S. 1985. A talent for tomorrow. Johannesburg: Ravan Press.
- GOUWS, L.A., LOUW, D.A., MEYER, W.F. & PLUG, C. 1979. Psigologie woordeboek. Johannesburg: McGraw-Hill.
- GREENBERG, S.F. & VALLETUTTI, P.J. 1980. Stress and the helping professions. Baltimore: Brookes.
- HANDY, J.A. 1988. Theoretical and methodological problems within occupational stress and burnout research. *Human relations*, 41(5):351-369.
- HARRIS, P.L. 1984. Assessing burnout: The organizational and individual perspective. *Family and community health*, 6:32-43.
- HENSLIN, H.M. 1995. Sociology: A down to earth approach. 2nd ed. London: Allyn & Bacon.
- HOFFERTH, S.L. 1984. Kin networks, race, and family structure. *Journal of marriage and the family*, 46(4):791-805.
- HUBER, M. & SACK, P. 1993. Jy en jou huiswerker. Parow: Metz Press.

- HUISAMEN, G.K. 1993. Metodologie vir die sosiale en gedragswetenskappe. Halfweghuis: Southern Boekuitgewers
- JOHNSON, A.G. 1986. Human arrangements. San Diego: Harcourt Brace Javanovich.
- JUSTICE, B., GOLD, R.S. & KLEIN, J.P. 1981. Life events and burnout. *The Journal of psychology*, 108:219-226.
- KAMMEYER, K.C.W., RITZER, G. & YETMAN, N.R. 1994. Sociology: Experiencing changing societies. 6th ed. London: Allyn & Bacon.
- KOTZÉ, A. 1986. Die verband tussen spanning, uitbranding en bestuurstyl by 'n groep bestuurders in 'n geïntegreerde staalnywerheid. Potchefstroom: PU vir CHO. (Skripsie - MBA.)
- LAMANNA, A.M. & RIEDMANN, A. 1994. Marriages and families. Belmont, Calif.: Wadsworth.
- LASSWELL, M. & LASSWELL, T. 1991. Marriage and the family. Belmont, Calif.: Wadsworth.
- LASTER, J.F. 1981. Toward an understanding of stress. *Journal of home economics*, 73(3):17-19.
- LIGHT, D., KELLER, S. & CALHOUN, C. 1989. Sociology. New York: Knopf.
- LORENTZ, K.V. & DAVIS, D.L. 1981. Strategies for public health. New York: Van Nostrand.
- LOUDON, D.L. & DELLA BITTA, A.J. 1988. Consumer behaviour concepts and applications. New York: McGraw-Hill.

- LOUW, D.A. 1989. Suid-Afrikaanse handboek van abnormale gedrag. Bergvlei, Johannesburg: Southern Boekuitgewers.
- MADIBA, M. 1987. Domestic call for better living wages. *African business & chamber of commerce review*, 14(6):52.
- MAFORAH, N.F.1993. Black, married, professional and a woman. *Agenda*, 18:5-7.
- MAHER, E.L. 1983. Burnout and commitment: A theoretical alternative. *Personnel and guidance journal*, 61(1):390-393.
- MASLACH, C. 1982. Burnout the cost of caring. Englewood Cliffs N.J.: Prentice-Hall.
- MEDERER, H.J. 1993. Division of labor in two-earner homes: Task accomplishment versus household management as critical variables in perceptions about family work. *Journal of marriage and the family*, 55(1):133-145.
- MELEIS, A.I. & BERNAL, P. 1995. The paradoxical world of daily domestic workers in Cali, Colombia. *Human organization*, 54:393-400.
- MEINTJIES-VAN DER WALT, L. 1989. Die huishulp se dilemma. *De Kat*, 4(11):28-32.
- MELLVILLE, K. & KELLER, S. 1988. Marriage and family today. New York: Random House.
- MILLER, J.S. & ACKERMAN, N.M. 1990. Predictors of time allocation to food tasks in dual-earner families. *Home economics research journal*, 18(4):286-301.
- MULDARY, T.W. 1983. Burnout and health professionals: Manifestations and management. Appleton-Century-Crofts.
- MURPHY, K.R. & DAVIDSHOFER, C.D. 1994. Psychological testing: principles and applications. 3rd ed. Englewood Cliffs: Prentice Hall.

NELSON, D.L. & QUICK, J.C. 1985. Professional women: Are distress and disease inevitable? *Academy of management review*, 10(2):206-217.

NELSON, T.P. & NELSON, C.W. 1981. Personal and family stress management. *Journal of home economics*, 73(3):34-46.

OLSON, D.H. & McCUBBIN, H.I. 1983. Families: What makes them work. Beverley Hills, California: Sage.

OOSTHUIZEN, C.M. 1992. Stresshantering en die sekretaresse: 'n bedryfspsigologiese ondersoek. Potchefstroom: PU vir CHO. (Skripsie - MA.)

ORGAN, D.W. & BATEMAN, T. 1986. Organization behaviour: An applied psychological approach. 2nd ed. Ill.: Homewood.

PARSONS, T. & SHILLS, E.A. 1951. Toward a general theory of action. Cambridge: Harvard University Press.

PARSONS, T. 1952. The social system. London: Tavistock.

PARSONS, T. 1956a. The American family: Its relations to personality and to the social structure. (In Parsons, T. & Bales, R.F., eds. Family: Socialization and interaction process. London: Routledge & Kegan Paul. p. 3-34.)

PARSONS, T. 1956b. Family structure and the socialization of the child. (In Parsons, T. & Bales, R.F., eds. Family: Socialization and interaction process. London: Routledge & Kegan Paul. p.35-132.)

PARSONS, T. 1966. Societies, evolutionary and comparative perspectives. Englewood Cliffs, N.J.: Prentice-Hall.

PARSONS, T. 1971. The system of modern societies. Englewood Cliffs, N.J.: Prentice-Hall.

- PARSONS, T. 1977. *Social systems and the evolution of action theory*. New York: Free Press.
- PARSONS, T., BALES, R.F. & SHILLS, E.A. 1953. *Working papers in the theory of action*. New York: Free Press.
- PERSELL, C.H. 1990. *Understanding society: An introduction to sociology*. New York: Harper & Row.
- PETERSON, J.T. 1993. Generalized extended family exchange: A case from the Philippines. *Journal of marriage and the family*, 55(3):570-584.
- PIECHOWSKI, L.D. 1992. Mental health and women's multiple roles. Families in society. *The journal of contemporary human services*, 20:131-138.
- PINES, A.M. & ARONSON, E. 1988. *Career burnout: Causes and cures*. New York: The Free Press.
- PINES, A.M., ARONSON, E. & KAFRY, D. 1981. *Burnout from tedium to personal growth*. New York: The Free Press.
- POPENOE, D. 1989. *Sociology*. Englewood Cliffs, N.J.: Prentice Hall.
- POTTER, B. 1993. *Beating job burnout*. Berkeley, California: Roninpublishers.
- QUICK, J.C., SCHKADE, L. & EAKIN, M.E. 1986. Thinking styles and job stress. *Personnel*, 63(5):44-48.
- REITSMA, G.M. 1996. Invloed van 'n voedingsprogram op die kennis van en houding oor gesonde eetgewoontes van swart vroue. Potchefstroom: PU vir CHO. (Verhandeling - M.Sc. Huishoudkunde.)

ROCHER, G. 1972. Talcott Parsons and American sociology. London: Nelson.

RONALD, L.S., JAY, B., RAND, D.C. & WEI, C. 1993. Stress, support and antisocial behavior trait as determinants of emotional well-being and parenting practices among single mothers. *Journal of marriage and the family*, 55(2):385-389.

ROSE, R.G. 1986. Burnout. *Journal of accountancy*, 162(5):168-174.

SAXTON, L. 1993. The individual marriage and the family. Belmont, Calif.: Wadsworth.

SCHAEFER, R.T. & LAMM, R.P. 1992. Sociology. 4th ed. New York. McGraw-Hill.

SCHIFFMAN, L.G. & KANUK, L.L. 1987. Consumer behaviour. 3rd ed. New York: Prentice-Hall.

SEGAL, S. 1992. A home front. *Finance week*, 55(11):18.

SMITH, W.P., BARNARD, A.L., & STEYN, H.S. 1988. Prestasiebeoordeling: 'n Faktoranalitiese geldigheidstudie. *Journal of industrial psychology*, 14(2):19-24.

SPITZE, L. 1988. Women's employment and family relations. A review. *Journal of marriage and the family*, 50(3):595-618.

STARK, R. 1992. Sociology. 4th ed. Belmont, Calif.: Wadsworth.

STEYN, A.F. & BREEDT, A. 1977. Die veranderende gesin. Pretoria: Academica.

STEYN, A.F. & VAN RENSBURG, H.C.J. 1985. Sosiologie. Pretoria: Academica.

STEYN, A.F., VAN WYK, D. & LE ROUX, T. 1987. Die gesin: gister en vandag. Pretoria: Academica.

TAYLOR, J.R. 1986. Receipt of support from family among black Americans: Demographic and familial differences. *Journal of marriage and the family*, 48:67-77.

TAYLOR, R.J., CHATTERS, L.M., TUCKER, M.B., LEWIS, E. 1990. Developments in research on black families: A decade review. *Journal of marriage and the family*, 52:993-1014.

THEODORSON, G.A. & THEODORSON, A.G. 1970. A modern dictionary of sociology. New York, N.Y.: Cromwell.

THIO, A. 1992. Sociology: An introduction. 3rd ed. New York: Harper Collins.

TISCHLER, H.L. 1996. Introduction to sociology. 5th ed. New York: The Harcourt Press.

TOWNLEY, K.E., EDMONDSON, M.E. & MESZAROS, P.S. 1991. Self-sufficiency for single-parent families. An integral approach. *Journal of home economics*, 83(2):16-19.

TRICK, K. 1981. Steps to steer clear of mental breakdown. *International management*, 10:64.

VAN DER MERWE, G. 1981. Die begrip van die kwaad by swart Christene in Suid-Afrika soos dit veral in die Sionistiese Onafhanklike kerke na vore kom en die implikasies daarvan vir die verkondiging van die evangelie. Pretoria: Universiteit van Pretoria. (Proefskrif - D. Divinitatis.)

VAN DYK, A.C. 1990. Voorspellers van etniese houdings in 'n noue kontak situasie. *Afrikaanse tydskrif vir sielkunde*, 20(3):206-213.

VAN GRAAN, F. 1981. Werkspanning: 'n Bedryfspsigologiese ondersoek. Vanderbijlpark: PU vir CHO. (Proefskrif - D.Comm.)

VENTER, M. 1989. Werkspanning onder 'n groep bestuurders: 'n Empiriese ondersoek. Potchefstroom: PU vir CHO. (Skripsie - MA.)

VONNOY, D, & PHILLIBER, W.W. 1992. Wife's employment and quality of marriage. *Journal of marriage and the family*, 54(2):387-398.

WALLACE, R.C. & WALLACE, W.D. 1989. *Sociology*. 2nd ed. London: Allyn & Bacon.

ZASTROW, C. 1984. Understanding and preventing burnout. *British journal of social work*, 14:141-155.

ZELDITCH, M. 1956. A note on the analysis of equilibrium systems. (In Parsons, T. & Bales, R.F., eds. *Family: Socialization and interaction process*. London: Routledge & Kegan Paul. p. 401-408.)