

**Selfreguleringsstrategieë in die behoud van maagdelikheid
by jong volwasse dames**

C.E. Cawood

12090425

Skripsie (in artikel formaat) voorgelê ter gedeeltelike nakoming van die vereistes vir die graad Magister Artium in Navorsing Psigologie aan die Noordwes-Universiteit: Potchefstroomkampus.

Studieleier: Prof K.F.H. Botha

April 2012

INHOUDSOPGAWE

Bedankings	3
Voorwoord	4
Opsomming	6
<i>Summary</i>	7
<i>Author Guidelines: Health SA Gesondheid</i>	8
Manuskrip:	
Opsomming	10
<i>Abstract</i>	10
Inleiding	11
Doel	15
Metode	15
Ontwerp	15
Deelnemers	15
Data Insameling	18
Data Ontleding	20
Etiese aspekte en vertrouenswaardigheid	20
Resultate	20
Bespreking	25
Gevolgtrekking, Leemtes en Aanbevelings	29
Bronverwysings	30

BEDANKINGS

Graag wil ek die persone wie se hulp en ondersteuning dit vir my moontlik gemaak het om hierdie uitdaging aan te pak bedank.

My Hemelse Vader wat my die talente en geleentheid gee om my drome uit te leef.

Prof Botha vir sy onderskraging, ondersteuning en motiverende leiding. Sonder hom sou hierdie skripsie nie moontlik gewees het nie.

My familie en vriende vir hul ondersteuning, bystand en hulp.

Cecilia van der Walt vir die taalversorging.

VOORWOORD

Artikelformaat

Hierdie skripsie is deel van die vereiste vir die voltooiing van die Meestersgraad in Navorsing Psigologie en is volgens reël A13.7 van die Noordwes Universiteit in artikelformaat voorberei.

Tydskrif

Die skripsie is saamgestel volgens die vereistes van die Tydskrif *Health SA Gesondheid*.

Bladsynommers

Vir die eksamineringsproses sal die bladsye vanaf die titelbladsy genommer word en dienoreenkomstig op mekaar volg.

Toestemmingsbrief

Ek, as die mede-outeur gee toestemming dat Chevón Cawood die manuskrip met die titel: *Selfreguleringsstrategieë in die behoud van maagdelikheid by jong volwasse dames* mag indien as skripsie vir die voldoening aan die vereiste vir die voltooiing van haar meestersgraad in Navorsing Psigologie. Dit mag ook aan die Tydskrif *Health SA Gesondheid* gestuur word vir publikasie doeleindes.

Prof K.F.H. Botha

Studieleier

OPSOMMING

Jong volwasse dames word toenemend uitgedaag om binne die konteks van seksuele behoeftes, die media en sosiale druk, keuses ten opsigte van veilige seksuele gedrag te maak ten einde sosiale en religieuse norme te gehoorsaam en voorkomend op te tree met betrekking tot hul eie emosionele en fisiese gesondheid. Die doel van hierdie studie was dus om die selfreguleringsstrategieë van jong volwasse dames, met betrekking tot maagdelike behoud, te verken. Meer spesifiek is gepoog om te verken en te probeer verstaan watter rol motivering, selfmonitering, selfbeheersing en aanpassingsstrategieë by die langtermyn-regulering van maagdelike behoud speel. Daar is van 'n verkennende, kwalitatiewe gevallestudie van vyf Afrikaanssprekende, jong volwasse dames met 'n gemiddelde ouderdom van 25.2 jaar gebruik gemaak. In-diepte semi-gestruktureerde onderhoude is gevoer en gerigte tematiese inhoudsanalise is gebruik om die data te ontleed.

Geloof het die belangrikste rol by motivering gespeel en maagdelikheid is daarom nie vir die deelnemers 'n spesifieke keuse nie, maar is eerder deel van wie hulle as gelowige mense is. Nie een van die deelnemers het duidelike, alternatiewe planne nie, maar maak oorwegend staat op streng reëls en grense wat hulle vir hulleself stel. Hulle maak voorts van subjektiewe gevoel, gesprekke met vriende en God en selfrefleksie as selfmonitering-strategieë gebruik. Dit blyk dat die meeste deelnemers nog nie in situasies beland het waarin selfbeheersing van kritieke belang was nie, maar dat dit wel vir hulle moontlik was om in ongemaklike of moeilike situasies hulle aandag weg te fokus en sodoende selfbeheersing te verseker. Dit was nog nie vir een van die deelnemers nodig om drastiese aanpassings ten opsigte van hulle gedrag te maak nie, veral omdat elkeen van hulle tot dusver by hulle doelwitte kon en wou hou. Dit is duidelik dat hierdie klein groepie deelnemers se selfreguleringsstrategieë, ter behoud van hulle maagdelikheid, baie sterk deur geloof beïnvloed word. Daar is ook tot die gevolgtrekking gekom dat die deelnemers tot dusver slaag ten opsigte van hulle maagdelike behoud, omdat hulle ondermeer streng reëls en grense vir hulleself neerlê, dat hulle verskeie selfmoniterings- en selfbeheersingsstrategieë toepas, en volharding en deursetting toon in die hoofsaaklik assimilerende aanpassings wat gemaak word. Die resultate kan geensins veralgemeen word nie, terwyl dit ook nie duidelik is of geloof in alle gevalle van maagdelike behoud so 'n sentrale rol speel nie. Die bevindinge van die studie dra egter beslis by tot nuwe vrae oor die verwantskap tussen die behoud van maagdelikheid en selfreguleringsstrategieë wat in verdere navorsing meer indringend verken en vasgestel behoort te word.

SUMMARY

Young adult females are challenged, within the context of their own sexual needs, the media and social pressure, to make choices regarding safe sexual behaviour to ensure compliance to social and religious norms and to act preventively regarding their own emotional and physical well-being. The purpose of this study was therefore to explore the self-regulation strategies of young adult women, with regard to maintaining their virginity. More specifically, the aim was to explore and understand the role motivation, self monitoring, self-control and adjustment strategies play in the long term regulation of maintaining their virginity. An exploratory, qualitative case study of five Afrikaans speaking young adult females with an average age of 25.2 years was used. In-depth semi-structured interviews were conducted and directed thematic content analysis was used to analyse the data.

Religion played the main role in regards to motivation and virginity was therefore not a specific choice for the participants, but rather formed part of who they are as people of faith. Religion also provides clear guidelines for their relationships. Virginity is considered a special way of obtaining a reward and by some participants as a way to avoid negative consequences. None of the participants had clear alternative plans, but they mostly rely on strict rules and boundaries they set for themselves. The self-monitoring strategies that the participants used are subjective feelings, conversations with friends and God and to reflect on their actions. It appears that most participants have not yet been in situations in which self-control was critical, although they were able, in uncomfortable or difficult situations, to do something else to focus their attention away and thus ensure more self-control. The participants did not need to make any drastic adjustments to their behaviour, especially because thus far they were able to and wanted to maintain their goals. It is clear that the participants' self-regulation strategies, in order to maintain their virginity, are strongly influenced by religion. It was further concluded that they have been successful in maintaining virginity because they have set themselves strict rules and boundaries, they are able to apply a variety of self-monitoring and self-control strategies, and they show persistence in the assimilative adjustments they make. The results cannot be generalised and it is still uncertain whether religion plays a central role in all cases where virginity is maintained. The findings of the study, however, certainly contribute to new questions about the relationship between the preservation of virginity and self-regulation strategies that can be more thoroughly explored in future research.

AUTHOR GUIDELINES: HEALTH SA GESONDHEID

Structure adherence

Please ensure that you keep to this structure when formulating your article to the journal

HOUSE STYLE

Abbreviations

Abbreviations should be used as sparingly as possible. They can be defined when first used or a list of abbreviations can be provided preceding the acknowledgements and references.

Typography

- Please use 1.5 line spacing.
- Font size in 12pt
- Type the text unjustified, without hyphenating words at line breaks.
- Insert line numbers
- Use hard returns only to end headings and paragraphs, not to rearrange lines.
- Capitalise only the first word, and proper nouns, in the title.
- All pages should be numbered.
- First heading: FIRST HEADING (upper case, bold, and 14pt) ; Second heading: Second heading (normal case, bold, 14pt); Third heading: Third heading (normal case, bold, 12pt); Fourth heading: Fourth heading (normal case, bold, running in-text and separated by a colon)
- Use the Health SA Gesondheid reference format.
- Footnotes to text should not be used.
- Greek and other special characters may be included. If you are unable to reproduce a particular special character, please type out the name of the symbol in full.
- For quotations use single quote marks. For quotes within quotes use double marks. Quotations of more than 30 words are to be indented. Do not use quotation marks for indented quotes unless direct speech e.g. interviewee response.
- In the text (but not the references) titles of books should be in italics and titles of articles in quotation marks.
- Foreign language words should be given in italics unless they are part of normal usage, example et al.
- Use dashes (or two hyphens) in text and single hyphens in ranges of numbers, dates etc.
- Format dates as follows: '20th century,' except at the beginning of sentences; hyphenate when used adjectivally; '1960s'; '10 October 2006.'
- Spell out 'per cent/ percentage' except in cases of exact statistical usage.

- Spell out the numbers one to nine, from 10 on use numerals, except at the beginning of a sentence – which should be avoided.
- Use a space for thousands (10 000 and above).
- Use decimal points (not decimal commas).
- Units should follow the SI standard.
- Avoid Americanisms (use ‘s’ not ‘z’)

Please ensure that all special characters used are embedded in the text, otherwise they will be lost during conversion to PDF.

Tables: Tables should be self-explanatory, clearly organised and supplemental to the text of the manuscript. Each table should include a clear descriptive title on top and should be numbered in Arabic numerals (1, 2, etc) in order of its appearance as called out in text. Tables must be inserted in the correct position in the text, and uploaded separately as supplementary files each in their own excel sheet. Authors should place explanatory matter in footnotes, not in the heading. Explain all nonstandard abbreviations in table footnotes. For footnotes use the following symbols, in sequence: *, †, ‡, §, ||, **, ††, ‡‡.

Figures: All figures must be inserted in the appropriate position of the electronic document, or uploaded separately as supplementary files. Symbols, lettering and numbering (in Arabic numerals e.g. 1, 2, etc. in order of appearance in the text) should be placed below the figure, clear and large enough to remain legible after the figure has been reduced. Figures must have clear descriptive titles. Figure legends: The legends should be included in the main manuscript text file immediately following the references, rather than being a part of the figure file. For each figure, the following information should be provided: Figure number (in sequence); short title of figure (maximum 15 words); detailed legend, up to 50 words.

Photographs and images: If photographs of patients are used, the human subject should not be identifiable and use of the picture should be authorised by an enclosed written permission from the subject. The position of photographs and images should be clearly indicated in the text. Electronic images should be saved as either .jpeg or .gif files. All photographs should be scanned at a high resolution (300dpi, print optimised). Provision is made to upload individual images on the website as supplementary files. Please number the images appropriately.

Permission: Permission should be obtained from the author and publisher for the use of quotes, illustrations, tables, and other materials taken from previously published works which are not in the public domain. The author is responsible for the payment of any copyright fee(s) if these have not been waived. Letters of permission should accompany the manuscript. The original source(s) should be mentioned in the figure legend or as a footnote to a table.

OPSOMMING

Die doel van hierdie studie was om die selfreguleringsstrategieë van jong volwasse dames, met betrekking tot maagdelike behoud, te verken. Daar is van 'n verkennende, kwalitatiewe gevallestudie met vyf Afrikaanssprekende jong volwasse dames gebruik gemaak. In-diepte semi-gestruktureerde onderhoude is gevoer en gerigte tematiese inhoudsanalise is gebruik om die data te ontleed. Dit is duidelik dat hierdie groep deelnemers se selfreguleringsstrategieë baie sterk deur geloof beïnvloed word. Die deelnemers slaag tot dusver ten opsigte van hulle maagdelike behoud, omdat hulle streng reëls en grense vir hulleself neerlê, dat hulle verskeie selfmoniterings- en selfbeheersingsstrategieë toepas, en volharding en deursetting toon in die hoofsaaklik assimilerende aanpassings wat gemaak word. Die resultate dra by tot nuwe vrae oor die verwantskap tussen selfregulering, geloof, en maagdelikheid wat in verdere navorsing meer indringend verken behoort te word.

TREFWOORDE: Selfregulering, maagdelikheid, seks, intrinsieke motivering, selfbeheersing, aanpassing

ABSTRACT

The purpose of this study was to explore the self-regulation strategies of young adult women, with regard to maintaining their virginity. An exploratory, qualitative case study with five Afrikaans speaking young adult females was done. In-depth semi-structured interviews were conducted and directed thematic content analysis was used to analyse the data. It is clear that this group of participants' self-regulation strategies are strongly influenced by religion. Participants succeed thus far in maintaining their virginity mainly because they have set themselves strict rules and boundaries, they are able to apply a variety of self-monitoring and self-control strategies, and they show determination and persistence in the assimilative adjustments they make. The results contribute to new questions about the relationship between self-regulation, religion and virginity that should be explored in more depth with further research.

KEY CONCEPTS: Self-regulation, virginity, sex, intrinsic motivation, self control, adjustment

INLEIDING

Vir jong dames is die keuse om 'n maagd te bly tot en met die huwelik nie noodwendig vanselfsprekend nie, en wanneer hierdie keuse wel uitgeoefen word, word hulle dikwels deur versoekinge gekonfronteer wat hierdie keuse bedreig. Hoe slaag jong dames daarin om, ten spyte van sosiale druk en versoekinge, so 'n keuse te maak en dan veral effektief tot uitvoer te bring? Hierdie studie poog om die rol wat selfregulering met betrekking tot die behoud van maagdelikheid by jong volwasse dames speel te verken.

Selfregulering is die dinamiese, doelgerigte, sistematiese proses van doelwitstelling, doelwituitvoering, en buigsame aanpassing by voortdurend veranderende lewenskontekste. Dit is 'n vaardigheid wat belangrik is, nie alleen om daaglikse uitdagings suksesvol aan te pak nie, maar ook om langtermyn doelwitte te antisipeer, te implementeer en te bereik. Zimmerman (2000:13-39) beskryf selfregulering as 'n sikliese proses wat 'n aanvang neem met doelwitbeplanning, gevolg deur 'n fase van doelwituitvoering, en laastens 'n aanpassingsfase. Effektiewe selfregulering hang af van verskeie kritieke faktore tydens elk van hierdie drie fases, waarvan enkeles vervolgens bespreek word.

Tydens doelwitbeplanning behoort die individu intrinsiek gemotiveerd te wees (Lee, McInerney, Liem, & Ortiga, 2010:265; Lei, 2010:154; Moneta & Spada, 2009:665); naderings- eerder as vermydingsdoelwitte te hê (Gebhardt, 2006:30); en oor alternatiewe planne te beskik (Webb & Sheeran, 2007:295). Intrinsieke motivering dui op 'n vorm van optimale gedrag wat gekenmerk word deur die inherente neiging om nuwe uitdagings te wil aanpak, en die vermoë om te ontdek, te leer, te beoefen en te verbeter (Ryan & Deci, 2006:1566). Daarteenoor wys ekstrasieke motivering op doelwitte wat bepaal word deur faktore buite die persoon, dikwels gekenmerk deur die nastreef van 'n eksterne beloning, maar wat ook 'n gevoel van plig of insiklikheid teenoor iemand anders, of om iets negatiefs te vermy, kan insluit (Rothman, Baldwin, & Hertel, 2004:143). Navorsing dui aan dat intrinsieke motivering 'n gevoel van outonomie skep en 'n sterker motiveerder is as ekstrasieke motivering (Lee et al., 2010:265; Lei, 2010:154; Moneta & Spada, 2009:665; Vansteenkiste, Lens & Deci, 2006:28) en dat naderingsdoelwitte, met ander woorde doelwitte waarvan die motivering is om iets na te streef, eerder as vermydingsdoelwitte, tot meer effektiewe selfregulering lei (Gebhardt, 2006:30). Verder is dit belangrik dat die individu, voordat doelwitte in werking gestel word, oor alternatiewe of gebeurlikheidsplanne moet beskik aangesien dit ook bydra tot groter sukses met die selfreguleringsproses (Webb & Sheeran, 2007:295).

Tydens die doelwituitvoeringsfase moet veral goeie self-monitering en selfbeheersing toegepas word (Baumgardner & Crothers, 2010: 153-174; Endler & Kocovski, 2000: 569; Maes & Karoly, 2005: 281; Peterson & Seligman, 2004: 500). Selfmonitering is 'n faset van die aandag- en bewussynsfunksie wat verseker dat die individu terugvoer oor die vordering en sukses van sy of haar gedrag verkry. Volgens Bandura (2001:8) is selfmonitering 'n eerste stap ter wysiging van oneffektiewe gedrag. Dit geskied deurdat 'n selfreflektiewe vergelyking getref word tussen gestelde doelwitte en die mate waarin huidige gedrag op koers is, en deur diskrepancies betyds te antisipeer. Selfbeheersing, daarenteen, verwys volgens Baumeister, Vohs en Tice (2007:351) na die vermoë om eie gedrag in te perk of te wysig sodat dit by die ideaal, morele onderbou en sosiale verwagtinge van die gestelde doelwit inpas. Dit word veral toegepas wanneer die individu voor versoekinge te staan kom wat korttermynbelonings inhou, maar langtermyn doelwitte ondermyn (Fishbach & Shah, 2006: 820).

Laastens, tydens die aanpassingsfase, moet effektiewe aanpassings gemaak kan word na aanleiding van waargenome diskrepancies tussen gestelde doelwit(te) en gedraguitkomst (Carver, 2004:574). Volgens Karoly (1993:36) impliseer aanpassing 'n korreksie van die gedragstrajek, oftewel gedragspatroon oor 'n tydperk heen, wat tot die diskrepansie gelei het, sodat positiewe vordering weer herstel kan word. Verskeie mikro-vaardighede speel hier 'n rol, maar veral die sinergie tussen deursettingsvermoë en die uitvoer van alternatiewe planne (Brandtstädter & Rothermund, 2002:121). So sal dit soms beter wees om by die huidige doelwit te hou, en gedrag dienoreenkomstig te wysig – 'n proses bekend as assimilasie. Ander kere mag dit egter nodig wees om die huidige doelwit te verander of selfs prys te gee, ook bekend as akkommodasie. Dikwels is dit egter 'n funksionele sintese tussen assimilasie en akkommodasie wat daartoe lei dat aanpassings effektief gemaak kan word.

Selfregulering is dus 'n komplekse proses, en die sukses daarvan is afhanklik van die mate waarin die individu hierdie vaardighede en bronne benut om sowel proaktief op te tree as struikelblokke wat tydens elke fase na vore mag tree, effektief te hanteer. Alhoewel betekenisvolle individuele verskille ten opsigte van selfregulering by voorskoolse kinders geïdentifiseer kan word (Mischel, Shoda & Peake, 1988:689), ontwikkel selfreguleringsvaardighede deurlopend selfs tot in jong volwasseheid (Steinberg et al., 2009:33). Volgens Sokol en Müller (2007: 401) is selfregulering noodsaaklik vir outonome en aanpasbare psigologiese funksionering, terwyl navorsing daarop dui dat oneffektiewe selfregulering tot verskeie vorme van risikogedrag kan lei, byvoorbeeld sustansiebruik (Cole, Logan & Walker, 2011:15; Quinn & Fromme, 2010:376), dobbel (Telner, 2003:714; Shaffer, 2005:1227-1230) en hoërisiko- seksuele gedrag (Pretorius, 2008:16).

Hoërisiko- seksuele gedrag, byvoorbeeld seks met verskillende persone, seks buite verhoudings en seks sonder voorbehoeding of beskerming (Cabage, 2010:24), is 'n probleem onder jong volwassenes wat al deur verskeie navorsers ondersoek is (vergelyk Crockett, Rafaelli & Shen, 2006:503; Hope & Chapple, 2005:25; Lee, Salman, & Fitzpatrick, 2008:653; Quinn & Fromme, 2010:376). Hoërisiko- seksuele gedrag kan ondermeer lei tot seksuele molestering en verkragting (Wiederman, 2004:525), die verspreiding van MIV/Vigs (Dodds, Nardone, Mercey & Johnson, 2000:1510; Lee et al., 2008:654; Van Kesteren, Kok, Hospers, Schippers & De Wildt, 2006:859), ongewenste swangerskappe (Zaba, Pisani, Slaymaker & Boerma, 2004:ii28), asook emosionele en interpersoonlike verwarring en onsekerheid (Roberts, 1997:56). Volgens Zaba et al. (2004:ii28) is die ouderdom van eerste seksuele omgang 'n belangrike aanduiding van blootstelling aan risiko vir swangerskap en seksueel oordraagbare infeksie by adolessente. In Suid-Afrika is die gemiddelde ouderdom waarop jongmense hul maagdelikheid verloor 17.4 jaar vir meisies en 16.7 jaar vir seuns (Pettifor et al., 2011:2). Jongmense word dus uitgedaag om binne die konteks van hulle eie seksuele drange en behoeftes, die media en sosiale druk 'n keuse te maak ten gunste van veilige seksuele gedrag ten einde sosiale en religieuse norme te gehoorsaam en voorkomend op te tree met betrekking tot emosionele en fisiese gesondheid. Die keuse self verteenwoordig egter slegs die doelwitfase en moet suksesvol oor 'n langer termyn gereguleer en gehandhaaf word totdat die persoon trou of emosioneel volwasse genoeg is om die impak en potensiële risiko's van seksuele intimiteit beter te kan hanteer. Volgens Steinberg, Cauffman, Woolard, Graham en Banich (2009:592) word emosionele volwassenheid egter eers na die ouderdom van 22 bereik, en beskik adolessente nog nie oor die sosiale en emosionele volwassenheid om impulse effektief te beheer nie. Om hierdie rede word jongmense ondersteun om ingeligte keuses oor hul seksuele gedrag uit te oefen deur byvoorbeeld die seksuele begeleiding wat ouers, onderwysers en die kerk, binne die groter konteks van sosiale en kulturele norme, verskaf (Ketterman, 2007:97; Richardson & Schuster, 2003:31).

'n Relatief nuwe poging om hoërisiko- seksuele gedrag te verminder behels dat jongmense gemotiveer en aangemoedig word om sogenaamde maagdelikheidsbeloftes ('virginity pledges') af te lê en hulle van seksuele aktiwiteit te weerhou (Bersamin, Walker, Waiters, Fisher, & Grube, 2005:428-436; Fahs, 2010:116-139; Hazelwood, 1993:33; Ko, 2001:56-57; Sharlet, 2005:103-113). 'True Love Waits' (n.d.) is 'n internasionale veldtog wat deur 'n Amerikaanse 'Southern Baptist' kerk georganiseer is en reeds 2.5 miljoen tieners gemotiveer het om die belofte af te lê om selibaat te bly totdat hulle getroud is. In Suid-Afrika is 'True Love Waits' ook sterk verteenwoordig en hul amptelike webtuiste maak aanspraak daarop dat 434 000 Suid-Afrikaners vanaf 1994 al die maagdelikheidsbelofte afgelê het. Fahs

(2010:116-139) meen egter dat kuisheidsklubs en maagdelikheidsbeloftes vroue se seksuele gesondheid skaad en nie daarin slaag om persone van seks te weerhou nie. Volgens Fahs ondermyn dit kondoomgebruik en voorbehoeding, en rapporteer individue wat sulke beloftes aflê 'n skerp toename in onbeskermdede orale en anale seks. Bersamin et al. (2005:428-436) bevraagteken ook die effektiwiteit van formele maagdelikheidsbeloftes ter voorkoming van adolessente seksuele gedrag. Hierdie beloftes kan ook vanuit 'n selfreguleringsperspektief bevraagteken word omdat dit moontlik eerder 'n vorm van ekstrasieke motivering weerspieël, en voorts ook nie noodwendig daartoe bydra om die besluit wat geneem is oor 'n lang tydperk effektief na te streef nie.

Die verband tussen selfregulering en seksuele risikogedrag is reeds goed nagevors: Raffaelli en Crockett (2003:1042) stel dat kinders en adolessente wat swak selfregulering aan die dag lê, later meer geneig is om hoërisiko- seksuele gedrag te toon, en hulle ondersteun die aanname dat swak selfbeheersing 'n belangrike voorspeller van hoërisiko- seksuele gedrag is (Cabage, 2010:44; Crockett et al., 2006:504; Gailliot & Baumeister, 2007:173-186; Love, 2006:505; & Lee et al., 2008:654). In aansluiting hierby het Hope en Chapple (2005:29) gevind dat selfbeheersing 'n goeie voorspeller is van die ouderdom waarop individue hul maagdelikheid verloor. Geen navorsing kon egter opgespoor word wat handel oor hoe selfbeheersing spesifiek ter behoud van maagdelikheid toegepas word nie. Voorts dui Gebhardt (2006:38) aan dat seksueel-aktiewe adolessente se doelwitte met betrekking tot seksualiteit, intimiteit en aanvaarding duidelik verskil van dié van nie-seksueel aktiewe adolessente, terwyl De Wit en Van Griensven (in De Wit, 2006:194) aandui dat 88% deelnemers in 'n studie binne 'n jaar nadat hulle besluit het om veilige seks te beoefen, nie langer hulle keuse gestand kon doen nie.

Die keuse om 'n maagd te wees is daarom 'n baie geskikte onderwerp om vanuit 'n selfreguleringsperspektief te bestudeer, aangesien dit vir jongmense 'n belangrike doelwit met betrekking tot fisieke en psigologiese gesondheid is, maar terselfdertyd, binne die moderne konteks van promiskuïteit, moeilik bereikbaar blyk te wees. Dit is daarom belangrik om te verken en te probeer verstaan watter selfreguleringstrategieë op watter wyse, met maagdelike behoud as doelwit, toegepas word, asook watter rol selfmonitering, selfbeheersing en aanpassingstrategieë by die langtermyn-regulering van maagdelike behoud speel. Met hierdie navorsing word gepoog om 'n eerste verkennende stap te gee met die doel om keuses met betrekking tot seksuele gedrag vanuit selfreguleringstrategieë te verstaan sodat hoërisiko-seksuele gedrag verminder, en seksuele opvoedingsprogramme in skole en ouerleidingprogramme uiteindelik verbeter kan word. Volgens Quinn en Fromme (2010:377)

maak die beskermende effek van selfregulering op hoërisiko- seksuele gedrag dit 'n belowende fokuspunt vir intervensie.

DOEL

Die oorhoofse doel van hierdie studie is om die rol van selfregulering ter behoud van maagdelikheid, aan die hand van vyf gevallestudies kwalitatief te verken.

METODE

Ontwerp

Daar is van kwalitatiewe navorsing gebruik gemaak om die doel te bereik. Die doel van kwalitatiewe navorsing (Snape & Spencer, 2003:3; Alvesson & Sköldberg, 2009:4) is om 'n in-diepte en interpreterende verstaan van die sosiale wêreld van die deelnemers te verkry, deur van hul sosiale omstandighede, hul ervarings en persepsies te leer. Snape en Spencer (2003:20) toon verder aan dat kwalitatiewe navorsing behels dat selfs 'n klein steekproef doelgerig gekies kan word sodat met toepaslike data-insamelingsmetodes noue kontak tussen navorser en deelnemers verseker kan word. Die kontak is interaktief en verskaf data wat gedetailleerd, ryk en omvattend is. Daar is spesifiek van 'n kollektiewe gevallestudie navorsingsontwerp gebruik gemaak en vyf gevallestudies sal bespreek word. In aansluiting by Creswell (2007:73-76) en Gerring (2007:17-37) word die kollektiewe gevallestudie hier gebruik om uit te brei op 'n bestaande teorie, in hierdie geval selfregulering, en om 'n sosiale onderwerp, naamlik maagdelikheid, beter te verstaan.

Deelnemers

'n Doelgerigte, beskikbare steekproef is volgens die sneeubal-metode aangewend om deelnemers te identifiseer wat tussen 22 en 30 jaar oud is, wat 'n keuse gemaak het om hul maagdelikheid te behou, en tot dusver daarin kon slaag. Om sosiokulturele faktore te minimaliseer, is voorts besluit om 'n homogene groep wit, Afrikaanssprekende, vroulike deelnemers te kies, maar geen beperking is op verhoudingstatus geplaas nie. Drie faktore is gebruik om die ouderdomsgrens vir deelnemers te bepaal. Eerstens dui Louw, Van Ede en Louw (1998:478) aan dat die stadium van jong volwassenheid ongeveer tussen 20- en 39-jarige ouderdom val. Steinberg et al. (2009a:592) dui voorts aan dat emosionele volwassenheid eers op die ouderdom van 22 bereik word, terwyl die gemiddelde ouderdom waarop dames in Suid-Afrika vir die eerste keer trou, 30 jaar oud is (Statistiek Suid-Afrika, 2010). Uiteindelik is vyf deelnemers geïdentifiseer wat aan die vereistes voldoen het, en waarvan die gemiddelde ouderdom 25.2 jaar was. Vervolgens word 'n kort maar deeglike

beskrywing van al die deelnemers verskaf sodat beter konteks aan die resultate gegee kan word.

Deelnemer een

Deelnemer een, 25 jaar oud, is tans besig met haar doktrale studie. Sy het as een van drie kinders standvastig, konserwatief en beskermd grootgeword, en haar ouers is nog steeds gelukkig getroud. Sy beskryf haarself as 'n probleemoplosser, onafhanklik en gedissiplineerd, maar blyk soms rigied in haar lewensuitkyk te wees. Sy het 'n klein intieme vriendekring en beskou haarself as uniek met betrekking tot die feit dat sy nog steeds 'n maagd is. Sy was 22 jaar oud toe sy haar enigste ernstige verhouding met 'n man begin het, wat een en 'n half jaar lank geduur het. Sy is tans nie in 'n verhouding nie, en noem ook dat sy nie baie van aanraking hou nie. Sy meen dat liefde, respek en vertroue die belangrikste aspekte is van haar ideale liefdesverhouding. Sy plaas klem daarop dat twee mense in 'n verhouding 'n *'span'* moet wees en is sterk oortuig daarvan dat die man leiding moet neem, teenoor die vrou wat 'n meer ondersteunende rol vervul. Sy beskou haarself as 'n gelowige Christen met sterk gedefinieerde morele waardes en standarde en wat volgens die definitiewe riglyne van die Bybel leef.

Deelnemer twee

Deelnemer twee, 26 jaar oud, 'n dosent, is ook een van drie kinders wat in 'n standvastige huis grootgeword het met haar ouers nog steeds gelukkig getroud. Sy beskryf haarself as 'n reguit, eerlike mens en sy is bewus van haar eie persoonlike groei en verandering. Sy tref duidelik onderskeid tussen 'n intieme verhouding en 'n seksuele verhouding. Sy was 22 toe sy haar eerste verhouding met 'n man begin het, wat vyf jaar lank geduur het. Haar ideale lewensmaat moet dieselfde oortuigings as sy deel en sy beskou eerlikheid as 'n belangrike eienskap van enige verhouding. Haar oortuiging is dat twee mense by mekaar moet pas en dat daar ruimte is vir 'n fisiese verhouding voor die huwelik, binne 'n liefdevolle verhouding, mits dit binne perke geskied. Sy is 'n Christen wat volgens die Bybel se riglyne elke dag haar geloof uitleef. Sy streef daarna om haar besluite op haar geloof te baseer, maar erken *'dat dit nie altyd moontlik'* is nie.

Deelnemer drie

Deelnemer drie is 26 jaar oud, een van vyf kinders en is 'n tydelike dosent terwyl sy met verdere studie besig is. Sy het in 'n standvastige huis grootgeword, en haar ouers is steeds gelukkig getroud. Sy beskryf haarself as 'n reguit mens met goeie, hegte vriendskapsbande. Sy het nog geen vorige romantiese verhoudings met 'n man gehad nie en beskou haarself as

baie onskuldig en onervare in dié opsig. Eerlikheid, opregtheid, onvoorwaardelike aanvaarding, 'n goeie sin vir humor en goeie kommunikasie is vir haar belangrike eienskappe van enige verhouding. Sy is 'n Christen en neem haar besluite op grond van waar die Here haar wil hê en deur middel van gebed. Sy is gereeld betrokke by geestelike aktiwiteite en sê *'die Here is my lewe'*.

Deelnemer vier

Die deelnemer is 24 jaar oud, die jongste van twee kinders en besig met nagraadse studie. Van al die deelnemers is sy die enigste van wie die ouers geskei is, tog het al die gesinslede volgens haar 'n goeie verhouding met mekaar. Sy beskryf haarself as 'n reguit, logiese en praktiese persoon. Sy is selfversekerd en beskou haarself as 'n persoon wat eerder dink as voel. Sy is 'n oop, eerlike mens met 'n goeie sin vir humor. Sy het alreeds in graad vyf begin vry en fisies eksperimenteer, en beskryf haar verhoudings met seuns in graad agt as *'vriende met voordele'*. In graad nege besluit sy om haar lewe te verander en 'n *'nou pad te begin loop'*. Sy raak betrokke by 'n seun in graad tien en nou, agt jaar later, is hulle verloof. Haar ideale lewensmaat is 'n spontane, opwindende persoon wat bereid is om die lewe saam met haar aan te pak. Sy het *'regtig die Here lief'*, maar beskou haarself nie as tradisioneel gelowig nie. Sy baseer groot besluite wat van waarde afhang op haar geloof, en voel baie sterk daaroor dat voorhuwelikse seks verkeerd is. Sy is op haar gemak met haar eie seksualiteit en stel *'seks dra by tot intimiteit, maar ek dink nie dit is intimiteit nie'*.

Deelnemer vyf

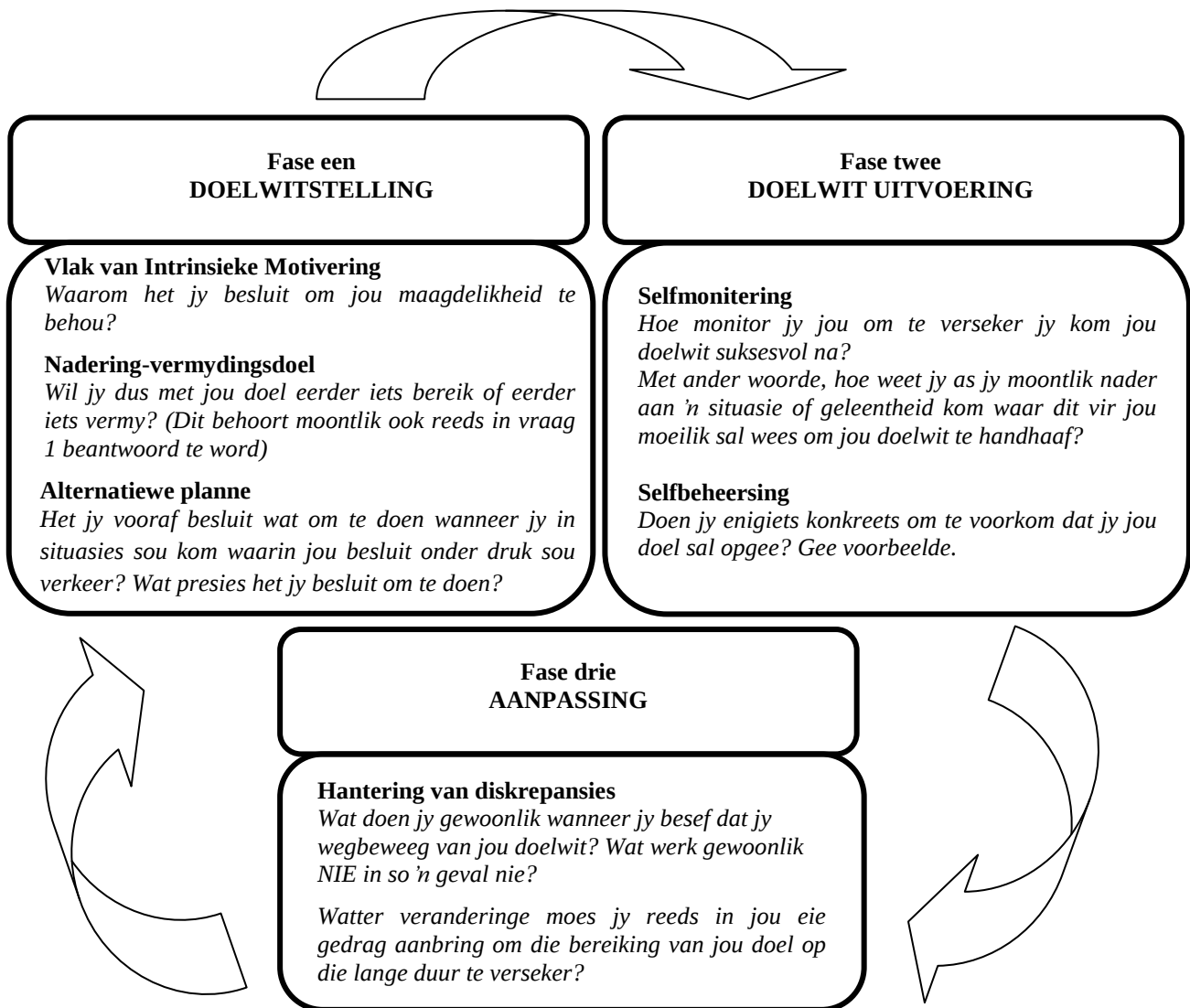
Die deelnemer is 25 jaar oud, die oudste van twee kinders en tans besig met haar doktorsale studie. Sy het in 'n standvastige huis grootgeword, en haar ouers is steeds gelukkig getroud. Sy beskou haarself as 'n verantwoordelike, doelgerigte persoon wat streng akademies ingestel is. Haar eerste verhouding was op die ouderdom van 20 jaar en het 'n jaar lank geduur. Sy het op 21-jarige ouderdom betrokke geraak by die persoon met wie sy tans nog in 'n verhouding is. Haar ideale maat is 'n interessante persoon wat haar waardes deel, en wedersydse respek binne 'n verhouding is vir haar belangrik. Volgens haar sal dit goed wees as haar trouman ook 'n maagd is, maar dit is nie noodsaaklik nie. Haar ma het slegs een keer 'n gesprek met haar gevoer oor seks en alhoewel sy 'n noue vriendekring het, praat hulle nooit oor seks nie. Sy beskryf haarself as 'n Christen wat elke dag haar geloof uitleef. Sy is oortuig daarvan dat seks uitsluitlik binne 'n huwelik hoort en dat intimiteit binne en buite die huwelik verskil. Sy stel dat sy tevrede is met haar eie seksualiteit, maar sy erken dat sy nie dikwels oor seks dink en praat nie. Sy sê nie een keer gedurende die onderhoud die woord *'seks'* nie, maar gebruik elke keer die woord *'dit'*.

Dit is dus duidelik dat die deelnemers in konserwatiewe gesinne met sterk morele waardes gegrond op die Christelike geloof, grootgeword het. Hulle is oorwegend kognitief ingestel en fokus doelgerig en verantwoordelik op akademie, geloof en ander sosiaal-aanvaarbare lewensdoelstellings. Hulle kom voor as pligsgetrou, ambisieus en hardwerkend, en dit is vir hulle belangrik om duidelike reëls en grense te hê wat stiptelik nagevolg behoort te word. Dit blyk dat hulle oorwegend beperkte lewenservaring met betrekking tot intense langtermynverhoudings het.

Data-insameling

In-diepte semi-gestruktureerde onderhoude is met die vyf deelnemers gevoer in kontekste wat deur hulleself gekies is en waarbinne hulle gemaklik en veilig gevoel het. Die doel van kwalitatiewe onderhoude is om die wêreld deur die oë van die deelnemer te sien en te wete te kom van hulle idees, oortuigings, menings en gedrag. Die doel is verder om ryk beskrywende data te bekom wat sal help om die deelnemer se konstruksie van kennis en sosiale realiteit te verstaan (Nieuwenhuis, 2007:87-88). Die semi-gestruktureerde onderhoud behels dat dieselfde drie hoofvrae, gegrond op die drie hoof fases van selfregulering, aan alle deelnemers gestel word en gesprek te fasiliteer deur opvolgvrae te stel indien hulle nie self daarvoor sou praat nie, of te min inligting verstrek. Die vrae is egter steeds oop-eindevrae en deelnemers is die geleentheid gegun om enige persoonlike ervarings met die navorser te deel (Gillham, 2005:70-80).

Die vrae wat die onderhoud lei, is in subtemas ingedeel ten opsigte van belangrike aspekte rakende selfregulering, soos in die inleiding aangetoon, tydens die drie fases van selfregulering volgens Zimmerman (2000:13-39), met inbegrip van die kritiese faktore wat tydens elke fase van belang is (vergelyk Figuur 1):



Figuur 1 – Onderhoudskedule

Vrae gerig op die doelstellingsfase het die oorsprong van die keuse om 'n maagd te bly, verken. Drie aspekte is by hierdie subtema ter sprake, naamlik die mate waarin die individu intrinsiek of ekstrasiek gemotiveer is, nadering-vermydingsdoelwitte nastreef en alternatiewe planne vir wanneer hulle keuse onder druk geplaas sou word. Tweedens is daar gepoog om te probeer verstaan presies hoe die deelnemers hulle keuses of doelwitte uitvoer, deur spesifiek hulle selfmoniterings- en selfbeheersingstrategieë te verken. Laastens is gepoog om te verken hoe effektief die deelnemers aanpassings in hulle eie gedrag maak, wanneer toepaslik, ten einde te verseker dat hulle wel maagde bly. Dit is belangrik om te noem dat hierdie drie fases nie noodwendig in die werklike lewe so duidelik afgebaken en opeenvolgend voorkom nie. Selfregulering is 'n rekursiewe proses, en die fases of inhoude daarvan mag oorvleuel of mekaar op ander meer komplekse wyses opeen volg as wat hier aangedui is.

Data-ontleding

Die navorser het self die onderhoude op band opgeneem en dit toe getranskribeer. Daar is van gerigte tematiese inhoudsanalise (Hsieh & Shannon, 2005:1281-1283) gebruik gemaak om die onderhoude te ontleed. Hierdie benadering maak dit moontlik dat bestaande navorsing oor selfregulering op die navorsingsvraag fokus en om die aanvanklike koderingskema, gebaseer op sleutelkonsepte in selfregulering-teorie, op te stel. Die subtemas vir hierdie studie weerspieël dus die drie fases van doelwitstelling, doelwit-uitvoering en doelwitaanpassing. Die data is ontleed volgens die riglyne van Braun en Clarke (2006:87-93), deur (i) die getranskribeerde onderhoude herhaaldelik deur te lees; (ii) aanvanklike kodes te genereer; (iii) kodes in subtemas te groepeer; (iv) die subtemas te hersien; (v) name aan die subtemas toe te ken; en laastens (vi) gedeeltes uit die data te selekteer as voorbeeld van elke subtema, en dit by die bespreking van die resultate te integreer.

Etiese aspekte en vertrouenswaardigheid

Die studie is 'n subprojek binne die navorsingsprojek *The nature and dynamics of Self-regulation in different South African Health Contexts*, wat deur die NWU se Etiekkomitee goedgekeur is (06K20). Die navorser het die etiese riglyne, soos deur die NWU neergelê, in hierdie potensieel sensitiewe studie nougeset gevolg deur eerstens deeglike voorafbeplanning saam met die studieleier te doen, en tweedens deur die beginsels van vertroulikheid, nie-kwaadwilligheid en ingeligte toestemming deurgaans streng toe te pas.

Vertrouenswaardigheid van die data-insameling en -ontleding is verhoog deur die riglyne van Krefting (1991:214) asook van Lincoln en Guba (1995:301-324) streng na te volg. In hierdie verband is daar veral moeite gedoen om die deelnemers met respek en vertroulik te hanteer, en is die data afsonderlik deur die navorser en die studieleier ontleed, en voorlopige afleidings wat gemaak is deurlopend met die deelnemers asook die studieleier getoets, volledige aantekeninge van die verloop van die hele proses gehou, asook kritiese selfrefleksie toegepas ten einde moontlike vooroordele te identifiseer en te minimaliseer.

RESULTATE

Fase een - Doelwitbeplanning

Geloof as motivering om 'n maagd te bly

Met betrekking tot maagdelikheid as doelwitstelling speel geloof die belangrikste rol. In hierdie studie word geloof beskou as 'n bepaalde vorm van iemand se godsdienstige oortuiging, godsdienst, en kerkleer (Odendal, 1985). Dit word voorts gedefinieer as (i) 'n

vaste vertrouwe op God en sy Woord en (ii) 'n vaste oortuiging van die die waarheid wat deur God geopenbaar is en deur sy kerk geleer word (Odendal, 1985:261). Vir al vyf die deelnemers was maagdelikheid daarom nie 'n spesifieke keuse nie, maar maak dit eerder deel uit van wie hulle as gelowige mense is. Een deelnemer noem byvoorbeeld dat sy nie 'n spesifieke tyd onthou wat sy besluit het om 'n maagd te bly nie, en beskryf dit as *'iets wat deel is van my'*. 'n Ander deelnemer het nooit spesifiek die besluit geneem om 'n maagd te bly nie, maar het eerder besluit om, volgens haar, in die weë van God te leef, en maagdelikheid was *'deel van die pakket'*. Nog 'n deelnemer kan nie onthou dat sy spesifiek besluit het om 'n maagd te bly nie, omdat sy *'nog nie eens daaraan gedink het dat ek nie 'n maagd sal wees nie'*.

Omdat geloof 'n deel is van wie hulle is, verskaf dit duidelike riglyne vir hulle verhoudings. Die eerste riglyn is dat seks buite die huwelik verkeerd is. Een deelnemer wil 'n maagd bly omdat God *'by verre die beste weet'* en noem dat die Bybel baie duidelik is daaroor dat voorhuwelikse seks verkeerd is. 'n Ander deelnemer voel, omdat *'Jesus die "ultimate" is'*, baie sterk daaroor dat voorhuwelikse seks verkeerd is en dat dit net nie 'n opsie vir haar is nie, totdat sy getroud is: *'dit is nie reg nie, mens doen dit nie. Klaar'*. Hierdie riglyne word nie noodwendig op 'n rigiede wyse beskou nie – een deelnemer is byvoorbeeld van mening dat die Here seks geskep het en daarom is dit nie iets wat verkeerd is nie. Seks is vir haar iets waarvoor sy nie bang is nie en beskou dit as iets wat goed is maar binne die huwelik hoort. 'n Tweede riglyn handel oor hoe om hulle persoonlike verhoudings te benader. Een deelnemer glo byvoorbeeld dat seks slegs binne 'n diep, emosionele, liefdevolle verhouding behoort plaas te vind: *'dis nou nie vir my 'n opsie eintlik eers om net 'n fisiese verhouding met enige iemand te hê waarmee ek nie 'n diep emosionele verhouding het nie, waarvoor ek lief is nie'*. Nog 'n deelnemer wil 'n maagd bly omdat sy glo dat sy 'n deel van haarself en haar hart vir iemand sal gee om een te word wanneer sy seks het en dit sal haar lewe, haar verhouding met God en die manier waarop sy oor haarself dink, beïnvloed. Nog 'n deelnemer beskou seks as die *'hoogste vorm van intimiteit'* wat sy graag met iemand sal wil deel wat ook bereid is om in 'n huwelik saam met haar te staan. Sy beskou voorhuwelikse seks nie as iets, soos sonde, waarvan sy moet wegbly nie, maar eerder dat *'daar iets beter is wanneer dit op die regte plek gebruik word'*.

Maagdelikheid as beide 'n naderings- en vermydingsdoelwit

Dit is baie duidelik dat die deelnemers se geloof ook daartoe bydra dat hulle maagdelikheid beskou as 'n spesiale manier waarop beloning verkry kan word. Een deelnemer voel byvoorbeeld baie sterk daaroor dat indien sy wag om seks te hê totdat sy getroud is, die Here

haar verhouding sal seën en haar daarvoor sal beloon. Nie alleen wil deelnemers beloon word nie, maar hulle wil ook graag ander sodoende beloon. Drie deelnemers dui aan dat hulle graag hul maagdelikheid wil behou vir die spesiale persoon met wie hulle eendag gaan trou – een hiervan wil graag haar maagdelikheid as 'n *'geskenk'* vir haar trouman gee. 'n Ander deelnemer wil haar maat beskerm deur nie saam met hom te slaap nie, met die implikasie dat sy hoop dat ander dit ook vir haar trouman sal doen.

By enkele deelnemers is die motivering egter ook om iets te vermy. Een deelnemer wil 'n maagd bly, omdat sy *'nie Jesus se hart wil seermaak nie'*. 'n Ander deelnemer wil skuldgevoelens vermy en voel dat voorhuwelikse seks sal meebring dat sy 'n deel van haarself, haar identiteit, haar lewensuitkyk en haar heiligheid verloor. Sy weet sy *'sal nie lekker voel'* nie en sy sal 'n negatiewe selfbeeld hê as sy haar maagdelikheid verloor. Nog 'n deelnemer wil seerkry vermy en voel dat sy baie *'bagasie'* van een verhouding na 'n ander sal oordra indien sy saam met iemand buite die huwelik slaap, terwyl 'n ander voel dat seks voor die huwelik *'sielkundig afbrekend'* kan wees.

Reëls en grense is belangriker as alternatiewe planne

Nie een van die deelnemers het duidelike, alternatiewe planne nie, maar maak oorwegend staat op streng reëls en grense met betrekking tot intieme gedrag wat hulle vir hulleself stel. Twee deelnemers noem dat hulle met hul maats praat oor wat toelaatbare en nie-toelaatbare gedrag binne hul verhouding is. Een duidelike reël wat na vore kom, het betrekking op die soort maat wat hulle kies: Een deelnemer stel byvoorbeeld dat sy en haar maat dieselfde waardes huldig en voel dieselfde oor die behoud van hul maagdelikheid. 'n Ander deelnemer stel dat sy nooit 'n verhouding sal hê met 'n persoon wat nie haar *'persepsies, geloof en denke deel'* nie en dus *'sal dit hopelik nie net iets wees wat van my afhang nie'*. Nog 'n ander sê ook dat sy betrokke sal raak by die regte tipe persoon wat haar persepsies en waardes sal deel. 'n Tweede reël het betrekking op fisiese grense. Een deelnemer laat slegs toe dat haar maat haar soen en haar hand vashou terwyl sy geen ander vorm van intieme aanraking of optrede, soos seksuele bewegings, toelaat nie. Nog 'n deelnemer het baie definitiewe grense en *'baie erge reëls'* wat toelaatbare en nie-toelaatbare gedrag binne haar verhoudings voorskryf, byvoorbeeld dat 'n man op geen manier aan haar lyf mag vat wat haar ongemaklik laat voel nie. 'n Verdere deelnemer glo dat soen en ander vorme van intimiteit gemaak is om natuurlik te *'eskaleer'* en tot seks te lei. Sy voel dus dat dit baie dom sal wees om sekere grense te oorskry en *'verby sekere stimulant te beweeg'*. 'n Ander deelnemer noem dat sy haar nie in situasies sal plaas wat sy as gevaarlik beskou nie, soos om alleen saam met haar maat by die

huis te bly: *‘Jy kan besluit, gaan jy in die vlak water speel of in die diep water speel. Dit is net baie moeiliker in die diep water, as in die vlak water, om op te hou speel’*.

Daar is ook deelnemers wat nie vooraf duidelike grense stel nie. Een deelnemer het nog nooit vooraf gedink wat sy sou doen wanneer sy in ’n situasie sou beland wat haar besluit in gedrang sou bring nie. Sy is seker dat sy grense sal stel, maar sy is nog onseker oor presies wat hierdie grense sal wees. ’n Ander deelnemer maak vooraf sterk staat op haar selfbeheersing as sy sê dat *‘selfs wanneer die fisiese verhouding moeilik was, of ’n oomblik moeilik was dan sou dit (seks) nooit ’n opsie gewees het nie’*. Sy stel wel dat *‘jy kan nie eintlik in daai oomblik daai besluit maak nie, dit moet iets wees wat jy al voorheen gemaak het’*. Dit dui daarop dat sy wel die belangrikheid van alternatiewe planne besef, maar dat sy dit steeds nie in haar eie lewe implementeer nie, en sterk staat maak op die aanname dat dit nie sal gebeur nie.

Fase twee - Doelwituitvoering

Selfmonitering deur gevoel, gesprek, gebed en refleksie

Die belangrikste manier van selfmonitering wat deur al die deelnemers gebruik word, is subjektiewe gevoel. Een deelnemer dui byvoorbeeld aan dat wanneer sy ongemaklik begin voel, sy weet dat sy nader aan ’n situasie of geleentheid kom waarin dit vir haar moeilik is om haar doelwit te bereik. Sy is ook bewus van teenstrydige gevoelens wat sy moontlik in so ’n situasie kan hê wanneer sy sê: *‘Natuurlik is dit lekker, so jy moet nou mooi jou lekker en jou ongemak teenoor mekaar probeer uitweeg...’*. Nog ’n deelnemer dui aan dat wanneer sy nie *‘lekker’* voel nie, dit ’n *‘intuisie’* of *‘realisation’* is wat dui daarop dat sy in ’n *‘gevaarsone’* verkeer en dat sy dit moet stopsit. ’n Ander stel dat haar gewete haar pla en dat sy skuldig voel wanneer hulle wel *‘die reëls buig’*. Een spesifieke manier waarop twee deelnemers van hulle gevoelens bewus raak is spesifiek deur die Heilige Gees. Een van die twee vermoed dat sy sal weet as sy nader aan ’n situasie beweeg waar sy onder druk sou verkeer wanneer sy ongemaklik begin voel: *‘die Heilige Gees sal my oortuig, dan sal ek ongemaklik voel’*. Die ander glo dat die Heilige Gees haar sal waarsku deur ’n *‘definitiewe wete’*, ’n *‘interne bewuswording’*, wanneer sy met iets besig is wat *‘gevaarlik’* is.

Gesprek met vriende en God word as die tweede belangrikste selfmoniteringsbron aangewend. Een deelnemer stel byvoorbeeld dat sy ’n vriendin oornooi as sy dink dat sy in ’n moeilike situasie saam met haar maat alleen by die huis is, of selfs om haar vriendinne te vra om vir haar te bid. Nog ’n deelnemer sal, indien sy voel dat dit vir haar moeilik raak om haar doelwit te handhaaf, dit met haar vriendinne bespreek en hulle vir voorbidding vra, en ook

self daaroor bid. Nog 'n deelnemer voel dat dit 'n fout sal wees om nie die aangeleentheid na die tyd met mekaar te bespreek nie. 'n Ander deelnemer dra 'n ring om haarself op 'n konkrete wyse daaraan te herinner dat sy afgesonder is vir God. Nog 'n deelnemer maak nie van ander bronne soos vriende gebruik om in haar doel te slaag nie, maar wel op die wedersydse respek binne haar verhouding.

'n Derde selfmoniteringstrategie is om te reflekteer oor wat hulle besig is om te doen. Een deelnemer, met verwysing na intieme oomblikke saam met haar maat, *'probeer dink hoe is die regte manier om ook daaroor te dink sonder om masjiene te wees'*. Nog 'n deelnemer stel dit soos volg: *'Ja, na die tyd dan dink jy daaroor en analiseer dit'*. Nog 'n deelnemer noem: *'dan dink mens maar daaroor later en jy dink oor hoe dit anders kon gewees het en hoe om dit volgende keer anders te doen'*.

Selfbeheersing word nooit werklik op die proef gestel nie

Dit blyk dat die meeste deelnemers nog nie in situasies beland het waarin selfbeheersing van kritieke belang was nie. Een deelnemer noem spesifiek: *'ek dink nie die situasie waar daar nou rêrig 'n kans was, waar ek my maagdelikheid sal verloor, was al regtig daar nie'*. 'n Ander stel dat om haar maagdelikheid te behou *'nooit vir my 'n "issue" in my lewe was nie'*. Van die deelnemers noem egter wel dat dit soms moeilik is om hulle by hul reëls te hou, en probeer selfbeheersing dan op die volgende wyses toepas: Een deelnemer en haar vriend het nog nooit nodig gehad om verbaal te sê *'stop'* nie. Hulle verstaan volgens haar presies wat toelaatbaar is, en wat nie, en stop albei uit hulle eie voor hulle in 'n situasie beland wat hulle nie kan beheer nie. Drie van die ander deelnemers dui aan dat hulle mekaar moet vra om te stop. Een deelnemer, wanneer sy in so 'n moeilike situasie verkeer, vind dit beter om *'heeltemal die fisiese te stop eerder as om dit net te beheer'* terwyl nog een aandui: *'een van ons kon altyd kophou op 'n manier'*.

Vier van die deelnemers moet ook, nadat hulle gestop het, iets anders doen om hulle aandag weg te fokus en sodoende selfbeheersing verder te verseker. Die meeste deelnemers sal fisies wegbeweeg van mekaar, koffie maak en/of die televisie aanskakel. Hiervan sê een deelnemer: *'as dit belangrik genoeg is, sal jy baie dinge doen om dit te bereik'* en 'n ander stel *'ek dink jy moet jouself besig hou met ander dinge. As jy fokus op een ding, soos byvoorbeeld nou dit (seks), en dit is heeltyd in jou kop dan gaan jy dalk een of ander tyd 'opslip'*. Een deelnemer het wel aangedui dat dit nie nodig is om iets anders te doen nie; hulle trek wel fisies van mekaar weg, maar kan in dieselfde posisie of atmosfeer bly sonder dat dit vir hulle 'n uitdaging is.

Laastens word selfbeheersing ook toegepas deur wedersydse respek en vertroue. Een deelnemer maak altyd seker om nie by haar maat in dieselfde bed te oornag of dat hulle by mekaar oorbly nie. Hulle het altyd gepoog om dit nie *‘vir mekaar ekstra moeilik te maak nie’*. ’n Ander deelnemer stel dat sy weet dat sy nog nie reg is om saam met iemand te slaap nie. Sy en haar maat is baie op hul gemak by mekaar en hul wedersydse respek verseker dat hulle mekaar nie in ’n moeilike situasie plaas nie. ’n Volgende kuier gemaklik saam met haar maat in hulle onderskeie kamers, of alleen in die huis en het selfs al alleen saam met vakansie gegaan. Sy maak geheel en al staat op die grense wat sy gestel het en vertrou haar maat volkome.

Fase drie - Aanpassing

Aanpassing word hoofsaaklik aan reëls en grense gemaak

Dit was nog nie vir een van die deelnemers nodig om drastiese aanpassings ten opsigte van hulle gedrag te maak nie, veral omdat elkeen van hulle nog tot dusver by hulle doelwitte kon en wou hou. Vier deelnemers maak egter gereeld aanpassings ten opsigte van die reëls en grense wat hulle binne hul verhouding stel, namate die verhouding ontwikkel. Die meeste hiervan blyk te wees om strenger reëls neer te lê. Een deelnemer maak byvoorbeeld aanpassings wanneer sy ongemaklik voel oor die wyse waarop sy en haar maat optree, deur dit saam te bespreek en te besluit op watter spesifieke stappe gevolg sal word sodat ’n soortgelyke situasie nie weer plaasvind nie. Nog ’n deelnemer maak aanpassings veral op grond van foute wat sy in haar verhouding begaan en die leerproses wat daarop volg, deur veral nuwe reëls neer te lê en nuwe grense te stel. Slegs een deelnemer het baie duidelik aanpassings ten opsigte van haar gedrag gemaak, maar reeds toe sy jonger was en *‘meer partytjie het as enigiets anders’*, waarna sy op 15-jarige ouderdom die *‘Here regtig leer ken’* het en besluit het om *‘regtig ’n nou pad te loop’*. Dit het meegebring dat sy veranderinge in haar lewe aangebring het om in haar doel te slaag.

BESPREKING

Dit is duidelik dat geloof die grootste bepalende faktor is in al die fases van die deelnemers se selfregulering van hul maagdelikheid, wat nie ’n verrassing is as ’n mens hul konserwatiewe en waardegedrewe agtergrond in ag neem nie. Die deelnemers word daarom almal baie sterk deur hul eie geloof gemotiveer en aangespoor om maagde te bly. Dit is vir elkeen van hulle ’n persoonlike saak met God, wat deel is van hulle lewenswyses en wat nie noodwendig ’n bewuste keuse is wat gemaak is nie. Volgens Herek (1987:34) kan geloof gedrag intrinsiek of ekstrasiek motiveer – sommige mense het ’n religieuse oriëntering wat primêr intrinsiek is,

veral indien geloof hulle voorsien van 'n betekenis-toevoegende raamwerk waarvolgens die lewe verstaan word. Daarteenoor is sommige mense se geloof meer ekstrasiek, veral wanneer dit 'n selfdienende instrumentele benadering is om met sosiale voorskrifte en verwagtinge te konformeer. Herek (1987:34) haal Allport en Ross (1967) aan wat beweer dat *'the extrinsically motivated person uses his religion whereas the intrinsically motivated lives his religion'*. Allport (in Genia & Shaw, 1991:274) dui voorts aan dat in 'n intrinsiek religieuse motivering word geloof geleef as 'n einddoel opsigself, teenoor ekstrasiek religieuse motivering wat dien as 'n regverdiging vir die wyse waarop 'n mens leef. Hiervolgens lyk dit met die eerste oogopslag asof die deelnemers ten opsigte van hulle maagdelikheid meer intrinsiek as ekstrasiek gemotiveer is en dat hulle daarom, in aansluiting by Lee et al. (2010:265), Lei (2010:154), Moneta en Spada (2009:665) en Vansteenkiste et al. (2006:28), beter daarin behoort te slaag om hulle maagdelikheid op die lange duur te behou.

Wat die aanname van intrinsieke motivering verder ondersteun, is die feit dat die deelnemers hulle maagdelikheid dikwels as 'n naderingsdoelwit beskou deur dit as 'n beloning vir hulleself en ander wil gee sonder dat dit noodwendig van hulle verwag word. Dit bied ook ondersteuning vir moontlike langtermynsukses in die lig van Gebhardt (2006:30) se bewering dat effektiewe selfregulering deur naderings- eerder as vermydingsdoelwitte gekenmerk word. So 'n afleiding kan egter nie sondermeer gemaak word nie, aangesien al die deelnemers ook duidelike vermydingsdoelwitte vir die behoud van hulle maagdelikheid aantoon, byvoorbeeld om seerkry en skuldgevoelens te vermy. Dit is daarom duidelik dat effektiewe selfregulering nie bloot as intrinsiek of ekstrasiek beskou kan word nie, maar dat dit waarskynlik elemente van beide bevat. Indien wel, sou dit Wenger en Yarbrough (2005:6) se aanname ondersteun dat sommige gelowiges oor relatief hoë vlakke van beide intrinsieke en ekstrasieke motivering beskik. In hierdie studie kan 'n finale gevolgtrekking hieroor egter nie gemaak word nie; daarom behoort hierdie aspek in verdere navorsing beter verken te word.

Die deelnemers in hierdie studie beskik nie oor baie definitiewe en duidelike alternatiewe planne nie, maar wend eerder voorafbepaalde reëls en grense aan om hulle maagdelikheid te behou. Hoewel reëls en grense nie as alternatiewe planne beskou kan word nie, speel dit 'n noodsaaklike proaktiewe rol. Volgens Bandura en Locke (2003:87) motiveer en begelei mense hulleself, onder andere deur die stel van duidelike standaarde vir hulle gedrag. Reëls en grense is egter gewoonlik nie genoegsaam vir effektiewe selfregulering nie, omdat mense foute begaan, en nie alle doelwitte suksesvol bereik nie. Daarom hang goeie selfregulering ook daarvan af dat die individu oor suksesvolle alternatiewe planne moet beskik (Webb &

Sheeran, 2007:295). Wanneer 'n doelwit in die gedrang kom, moet 'n persoon reeds toegang tot alternatiewe moontlikhede hê om die situasie te vermy of die doelwit op koers te hou. Die relatiewe afwesigheid van alternatiewe planne word moontlik verklaar deurdat die deelnemers in hierdie studie nog nooit in situasies beland waartydens hulle doelwit werklik onder druk geplaas was nie, en dus nog nie die noodsaaklikheid van alternatiewe planne besef nie. Dit word egter beter deur die deelnemers se geloof verklaar – geloof impliseer immers dat jy sterk oortuig is van jou saak, en dat jy nie mislukking (behoort te) antisipeer nie. Hieroor sê De Ridder en De Wit (2006:4) dat mense, as algemene reël, daardie doelwitte nastreef waarmee hulle glo hulle sukses sal behaal. Dit is daarom weereens moeilik om 'n konkrete gevolgtrekking te maak – enersyds is dit bewonderenswaardig dat die deelnemers in hierdie studie se geloof so sterk is dat hulle nie mislukking antisipeer en dus nodig het om alternatiewe planne gereed te hê nie, maar andersyds wonder 'n mens in watter mate die afwesigheid van alternatiewe planne nie juis dalk daartoe kan bydra dat hulle in sekere situasies nie sal weet hoe om op te tree nie en dan moontlik verkeerde besluite sal neem.

Die deelnemers maak van subjektiewe gevoel, gesprekke met ander, gebed en selfreflektering gebruik om hulle eie gedrag te monitor. Negatiewe affek, waarvan die gevoel van ongemak of skuldgevoelens wat die deelnemers ervaar, getuig, is 'n belangrike faktor by effektiewe selfregulering, aangesien dit volgens Carver (2004:21) 'n teken is daarvan dat 'n doelwit nie bereik word nie, wat die individu dwing om die situasie deeglik te evalueer en sodoende in staat te stel om 'n aanpassing te maak. Die deelnemers is voorts dikwels afhanklik van hulle verhoudings met ander en met God, en gebruik gesprek en gebed om perspektief op hulle situasie te verkry. Interpersoonlike verhoudings word toenemend in navorsing as 'n manier van selfregulering beskou – in *Relational Regulation Theory* (RRT) (Lakey & Orehek, 2011:482-495) word daar breedvoerig beskryf hoedat gedrag deur middel van sosiale interaksie gereguleer word, en hoe belangrik sosiale interaksie vir terugvoer aan die individu is. Laastens reflekteer deelnemers op die spesifieke situasie waarin hulle is deur daaroor te besin. Bandura (2001:10) dui aan dat mense nie slegs agente van gedrag is nie, maar ook self-evalueerders van hul eie funksionering. Hierdie metakognitiewe vaardigheid om te reflekteer op die toereikendheid van eie gedrag is kenmerkend van effektiewe selfregulering. Dit blyk dus dat die deelnemers toegang tot verskillende maniere van selfmonitering het, wat die affektiewe, sosiale, religieuse en kognitiewe dimensies insluit, en wat die kanse versterk dat hulle vroegtydig bewus behoort te raak daarvan dat hulle gedrag in 'n spesifieke situasie, of geleidelik, oor tyd heen, hulle maagdelike behoud in die gedrang bring.

Wat selfbeheersing betref, blyk dit dat die deelnemers nog nie dikwels in situasies beland het waarin hulle tot die uiterste beproef is nie. Een moontlike rede hiervoor is die voordeel wat hulle streng voorafbepaalde reëls en grense inhou, asook die waarde van hulle selfmoniteringstrategieë. Die streng reëls wat die deelnemers byvoorbeeld met betrekking tot fisiese grense stel, ondersteun Sagiv, Roccas en Hazan (2004:68) se aanduiding dat omgewings wat in ooreenstemming is met individue se doelwitte en waardes, dit veel makliker maak om daardie doelwitte wel te bereik. Daarteenoor blokkeer inkongruente omgewings die bereiking van belangrike doelwitte. Die soort selfbeheersing wat deelnemers in hierdie studie egter wel soms moet toepas, blyk egter ook, ten spyte van hulle reëls en grense, effektief te wees en ondersteun die navorsing van Hope en Chapple (2005:40), Quinn en Fromme (2010:380), asook Gottfredson en Hirschi (1990:90) wat aantoon dat hoër vlakke van selfbeheersing minder met seksuele risikogedrag verband hou. Daar kan egter nie absoluut aanvaar word dat hierdie groep deelnemers se mate van selfbeheersing onaantasbaar is nie, veral gegewe die feit dat hulle nog nie werklik beproef is nie. Dit bly dus 'n vraag: In watter mate sal hulle daarin slaag, indien hulle saam met iemand in 'n situasie verkeer waarin wedersydse respek en vertroue geensins nie of in mindere mate teenwoordig is.

Aanpassing is belangrik by die behoud van effektiewe selfregulering (Carver, 2004:574). 'n Persoon moet diskrepancies kan identifiseer en aanpassings maak om hom/haar sodoende by die gestelde doel te hou. Volgens Brandtstädter en Rothermund (2002:135) kan die wyses waarop persone '*...respond to, and come to terms with, divergences between desired developmental outcomes and the factual trajectory of their life course...*' 'n aanduiding wees van optimaliteit. Die enigste duidelike aanpassings wat die deelnemers maak, is dié met betrekking tot hulle reëls en grense binne 'n verhouding, terwyl dit nog nie werklik nodig was om aanpassings ten opsigte van hul leefwyse of leefstyl aan te bring nie. Dit is duidelik dat die deelnemers hulle doelwit om maagde te bly, behou, en dat hulle nog geensins hierdie doelwit as sodanig wou prysgee of verander nie. Hiervolgens kan afgelei word dat hulle van assimilasie, eerder as akkommodasie (Brandtstädter & Rothermund, 2002:117) as aanpassingstrategie, gebruik maak. Met ander woorde wanneer hulle bewus raak daarvan dat daar 'n diskrepansie voorkom tussen hulle huidige gedrag en hul keuse rakende maagdelike behoud, fokus die deelnemers daarop om hulle gedrag en die reëls wat hulle daarvoor neergelê het, te verander, terwyl die doelwit (om 'n maagd te bly) behoue bly. Assimilering beteken gewoonlik dat 'n doelwit baie belangrik vir die individu is en dat hy/sy nie bereid is om dit prys te gee nie. Vancouver en Day (2005:160) verwys ook hierna as doeltoegewytheid (*goal commitment*) wat verwys na '*one's determination to reach a goal*'. Assimilering kan ook daarop dui dat die deelnemers hoër vlakke van volharding en

deursettingsvermoë toon, veral wanneer die doelwit moeilik bereikbaar is, in teenstelling met wanneer iemand te maklik 'n doelwit sou prysgee. Assimilasie kan egter ook ontoepaslik wees wanneer 'n doelwit onrealisties is of om ander eksterne redes nie uitvoerbaar is nie. Die feit dat die deelnemers in hierdie studie hoofsaaklik aanpassings maak deur assimilering, bevestig hoofsaaklik die belangrikheid van geloof vir hulle en weerspieël hulle deursettingsvermoë tot op hierdie punt.

GEVOLGTREKKING, LEEMTES EN AANBEVELINGS

Dit is duidelik dat hierdie klein groepie deelnemers se selfreguleringsstrategieë, ter behoud van hulle maagdelikheid, baie sterk deur geloof beïnvloed word. Nie alleen speel geloof aanvanklik in maagdelikheid as 'n lewenstyl – teenoor maagdelikheid as bewuste keuse – 'n belangrike rol nie, maar ook in hoe die deelnemers hulle gedrag moniteer, selfbeheersing toepas en aanpassings maak wanneer nodig. Dit is voorts duidelik dat die deelnemers tot dusver slaag ten opsigte van hulle maagdelike behoud, wat aan verskeie faktore toegeskryf kan word, ondermeer die feit dat hulle streng reëls vir hulleself neerlê, asook streng grense vir hulleself stel, dat hulle verskeie selfmoniterings- en selfbeheersingsstrategieë toepas, en volharding en deursetting toon in die hoofsaaklik assimilerende aanpassings wat gemaak word. Dit het egter ook in die studie na vore gekom dat religieuse motivering nie oorvereenvoudig kan word nie, en dat daar enkele aanduidings is dat die deelnemers se maagdelike behoud deur ekstrasieke faktore gemotiveer word, wat vrae laat ontstaan oor hoe geslaagd hulle pogings op die lange duur sal wees. Dit word verder versterk deur die relatiewe gebrek aan alternatiewe planne, asook daardeur dat dit nie duidelik is in watter mate hulle huidige selfbeheersingsstrategieë, in situasies wat sterker druk op hulle plaas, effektief sou wees nie.

Enkele leemtes van die studie is ondermeer dat daar met 'n baie klein groepie homogene deelnemers gewerk is. Die resultate kan dus geensins veralgemeen word nie, terwyl dit ook nie duidelik is of geloof in alle gevalle van maagdelike behoud so 'n sentrale rol speel nie.

Die bevindinge van die studie dra egter beslis by tot nuwe vrae oor die verwantskap tussen die behoud van maagdelikheid en selfreguleringsstrategieë wat in verdere navorsing meer indringend verken en vasgestel behoort te word. Die belangrikste hiervan is die mate waarin geloof as intrinsieke of ekstrasieke motivering vir keuses rakende seksualiteit voor die huwelik dien. In die lig hiervan kan Ryan en Deci (2006:1568) se verdere differensiasie van motiveringsvlakke, asook Wenger en Yarbrough (2005:5-15) se aanname dat implisiete en eksplisiete kennis die spesifieke aard van religieuse motivering beïnvloed, as moontlike vertrekpunt dien.

BRONVERWYSINGS

- Alvesson, M. & Sköldberg, K. 2009, *Reflexive Methodology: New Vistas for Qualitative Research*. (2nd Ed.). London: SAGE Publications.
- Bandura, A. 2001, Social Cognitive Theory: An Agentic Perspective. *Annual Review of Psychology*, 52:1-26.
- Bandura, A., & Locke, E.A. 2003, Negative Self-Efficacy and Goal Effects Revisited. *Journal of Applied Psychology*, 88(1), 87-99.
- Baumeister, R.F., Vohs, K.D., & Tice, D.M. 2007, The Strength Model of Self-Control. *Current Directions in Psychological Science*, 16(6), 351-355.
- Baumgardner, S.R. & Crothers, M.K. 2010, *Positive Psychology*. New Jersey: Pearson Education, Inc.
- Bersamin, M.M., Walker, S., Waiters, E.D., Fisher, D.A. & Grube, J.W. 2005, Promising to wait: virginity pledges and adolescent sexual behavior. *Journal Adolescent Health*, 36(5), 428 – 436.
- Brandtstädter, J., & Rothermund, K. 2002, *The Life-Course Dynamics of Goal Pursuit and Goal Adjustment: A Two-Process Framework*. *Developmental Review*, 22, 117-150.
- Braun, V., & Clarke, V. 2006, Using thematic analysis in psychology. *Qualitative Research in Psychology*, 3, 77-101.
- Cabage, L.N. 2010, Risky Relations: Testing Hirschi's revised self-control theory as explanation of risky sexual behavior. Ann Arbor, MI: ProQuest LLC.
- Carver, C.S. 2004, Self-Regulation of Action and Affect. In R.F., Baumeister & K.D. Vohs. (Eds.), *Handbook of Self-Regulation. Research, Theory, and Applications*. (pp. 13-39) London: Guilford Press.
- Cole, J., Logan, T.K. & Walker, R. 2011, Social exclusion, personal control, self-regulation and stress among substance abuse treatment clients. *Drug & Alcohol Dependence*, 113, 13 – 20.
- Creswell, J.W. 2007, *Qualitative inquiry & research design. Choosing among five approaches*. (2nd Ed.). Thousand Oaks: SAGE Publications, Inc.

- Crockett, L.J., Rafaelli, M. & Shen, Y. 2006, Linking self-regulation and risk proneness to risky sexual behavior: pathways through peer pressure and early substance use. *Journal of Research on Adolescence*, 16 (4), 503 – 525.
- De Ridder, T.D., & De Wit, J.B.F. 2006, *Self-regulation in Health Behavior: Concepts, Theories, and Central Issues*. In D. De Ridder, & J. De Wit. (Eds). 2006. *Self-regulation in Health Behavior*. (pp. 1-24) Chichester, UK: John Wiley.
- De Wit, J.B.F. 2006, Maintenance of Health Behavior Change: Additional Challenges for Self-regulation Theory, Research, and Practice. In D. De Ridder, & J. De Wit. (Eds). 2006. *Self-regulation in Health Behavior* (pp. 193-216) Chichester, UK: John Wiley
- Dodds, J.P., Nardone, A., Mercey, D.E. & Johnson, A.M. 2000, Increase in high risk sexual behaviour among homosexual men, London 1996-8: cross sectional questionnaire study. *BMJ*, 320, 1510 – 1511.
- Endler, N.S., & Kocovski, N.L. 2000, Self-Regulation and Distress in Clinical Psychology. In M. Boekaerts, P.R. Pintrich, & M. Zeidner. (Eds.). *Handbook of Self-Regulation* (pp. 558-574) San Diego, CAL: Academic Press.
- Fahs, B. 2010, Daddy's little girls. *Journal of Women Studies*, 31(3), 116 – 142.
- Fishbach, A., & Shah, J.Y. 2006, Self-Control in Action: Implicit Dispositions Toward Goals and Away From Temptations. *Journal of Personality and Social Psychology*, 90(5), 820-832.
- Gailliot, M.T., & Baumeister, R.F. 2007, Self-regulation and Sexual Restraint: Dispositionally and Temporarily Poor Self-Regulatory Abilities Contribute to Failures at Restraining Sexual Behavior. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 33(2), 173-186.
- Gebhardt, W.A. 2006, Contextualizing health behaviors: The Role of Personal Goals. In D. De Ridder, & J. De Wit. (Eds.). 2006. *Self-regulation in Health Behavior* (pp. 247). Chichester, UK: John Wiley
- Genia, V. & Shaw, D.G. 1991, Religion, intrinsic-extrinsic orientation, and depression. *Review of Religious Research*, 32(3), 274-283.

- Gerring, J. 2007, *Case Study Research: Principles and Practices*. New York: Cambridge University Press.
- Gillham, B. 2005, *Research Interviewing: The Range of Techniques*. England: McGraw-Hill Education Open University Press.
- Gottfredson, M. & Hirschi, T. 1990, *A General Theory of Crime*. Stanford, CA: University Press.
- Hazelwood, K. 1993, Beware of cheap imitations. *Alberta Report Newsmagazine*, 20(28), 33.
- Herek, G.M. 1987, Religious orientation and prejudice: A comparison of racial and sexual attitudes. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 13(1), 34-44.
- Hsieh, H., & Shannon, S. E. 2005, Three approaches to qualitative content analysis. *Qualitative Health Research*, 15(9), 1277–1288. doi:10.1177/1049732305276687
- Hope, T.L., & Chapple, C.L. 2005, Maternal characteristics parenting and adolescent sexual behavior: the role of self control. *Deviant Behavior*, 26, 25 – 45. doi: 10.1080/016396290500
- Ko, M. 2001, Promises help. *Newsmagazine BC Edition*, 28(3), 56.
- Karoly, P. 1993, Mechanisms of self-regulation: A systems view. *Annual Review of Psychology*, 44, 23-52.
- Ketterman, G.H. 2007, *Teaching your child about sex: An essential guide for parents*. Grand Rapids, MI: Baker Publishing Group.
- Krefting, L. 1991, Rigor in Qualitative Research: The Assessment of Trustworthiness. *American Journal of Occupational Therapy*, 45, 214-222.
- Lakey, B., & Orehek, E. 2011, Relational Regulation Theory: A New Approach to Explain the Link Between Perceived Social Support and Mental Health. *Psychological Review*, 118, No. 3, 482–495.
- Lee, J.Q., McInerney, D.M., Liem, G.A.D. & Ortega, Y.P. 2010, The relationship between future goals and achievement goal orientations: An intrinsic-extrinsic motivation perspective. *Contemporary Educational Psychology*, 35, 254 – 279.

- Lee, Y., Salman, A. & Fitzpatrick, J.J. 2008, HIV/AIDS preventive self-efficacy, depressive symptoms, and risky sexual behavior in adolescents: a cross-sectional questionnaire survey. *International Journal of Nursing Studies*, 46, 653 – 660.
- Lei, S.A. 2010, Intrinsic and extrinsic motivation: Evaluating benefits and drawbacks from college instructors' perspectives. *Journal of Instructional Psychology*, 37(2), 153–160.
- Lincoln, Y.S., & Guba, E.G. 1995, *Naturalistic Inquiry*. Newbury Park: Sage.
- Louw, D.A., Van Ede, D.M. & Louw, A.E. 1998, *Menslike ontwikkeling*. (2nd Ed). Kaapstad: Kagiso Tersiêr.
- Love, S.R. 2006, Illicit sexual behavior: a test of self control theory. *Deviant Behavior*, 27, 505 – 536. doi: 10.1080/01639620600781464
- Maes, S., & Karoly, P. 2005, Self-Regulation and Intervention in Physical health and Illness: A Review. *Applied Psychology: An International Review*, 54(2), 267-299.
- Mischel, W., Shoda, Y. & Peake, P.K. 1988, The nature of adolescent competencies predicted by preschool delay of gratification. *Journal of Personality and Social Psychology*, 54, 687 – 696.
- Moneta, G.B. & Spada, M.M. 2009, Coping as a mediator of the relationships between trait intrinsic and extrinsic motivation and approaches to studying during academic exam preparation. *Personality and Individual Differences*, 46, 664 – 669.
- Nieuwenhuis, J. 2007, Qualitative research design and data gathering techniques. In: Maree, K. (Ed.). *First Steps in Research* (pp. 81 – 92). Pretoria: Hatfield.
- Odendal, F.F. (Red.) 1985. Verklarende Handwoordeboek van die Afrikaanse Taal. 2de Uitgawe. Perskor Uitgewery: Johannesburg.
- Peterson, C., & Seligman, M.E.P. 2004, Self-Regulation. In C. Peterson & M.E.P. Seligman. *Character Strengths and Virtues. A handbook and Classification*. Oxford, UK: Oxford University Press.
- Pettifor, A.E., Levandowski, B.A., Macphail, C., Miller, W.C., Tabor, J., Ford, C., Stein, C.R., Rees, H. & Cohen, M. 2011, A tale of two countries: rethinking sexual risk

- for HIV among young people in South Africa and the United States. *Journal of Adolescent Health*. doi: 10.1016/j.jadohealth.2010.10.002
- Pretorius, H. 2008, Die selfregulerende van seksuele gedrag by studente. MA-skripsie. Potchefstroom: Noordwes Universiteit.
- Quinn, P.D. & Fromme, K. 2010, Self-regulation as a protective factor against risky drinking and sexual behavior. *Psychology of Addictive Behaviors*, 24(3), 376 – 385. doi: 10.1037/a0018547
- Raffaelli, M. & Cockett, L.J. 2003, Sexual risk taking in adolescence: the role of selfregulation and attraction to risk. *Developmental Psychology*, 39(6), 1036 – 1046. doi: 10.1037/0012-1649.39.6.1036
- Richardson, J. & Schuster, M.A. 2003, *Everything you never wanted your kids to know about sex, but were afraid they'd ask*. New York: Three Rivers Press.
- Roberts, T. 1997, *Am I the last virgin? Ten African American Reflections on Sex and Love*. New York: Simon & Schuster.
- Rothman, A.J., Baldwin, A.S., & Hertel, A.W. 2004, Self-Regulation and Behavior Change. Disentangling Behavioral Initiation and Behavioral Maintenance. In: R.F., Baumeister & K.D. Vohs. (Eds). *Handbook of Self-Regulation. Research, Theory, and Applications*. (pp. 130-150) London: Guilford Press.
- Ryan, R.M., & Deci, E.L. 2006, Self-Regulation and the Problem of Human Autonomy: Does Psychology Need Choice, Self-Determination, and Will? *Journal of Personality*, 74(6), 1557-1585.
- Sagiv, L., Roccas, S., & Hazan, O. 2004, Value Pathways to Well-being: healthy Values, Valued Goal Attainment, and Environmental Congruence. In P.A. Linley & S. Joseph, eds. 2004. *Positive Psychology in Practice*. Hoboken, NJ: Wiley.
- Shaffer, H.J. 2005, Commentaries: From disabling to enabling the public interest: Natural transition from gambling exposure to adaptation and self-regulation. *Addiction*, 100 (9), 1227 – 1229.
- Sharlet, J. 2005, The young and the sexless. *Rolling Stone*, 6/30/2005, Issue 977/978, p103-113.

- Snape, D. & Spencer, L. 2003, The foundations of qualitative research. In: J. Ritchie and J. Lewis (Eds.). *Qualitative research practice. A guide for social science students and researchers* (pp.1 – 23). Londen: SAGE Publications, Ltd.
- Sokol, B,W., & Müller, U. 2007, The development of self-regulation: Toward the integration of cognition and emotion. [Editorial] *Cognitive Development*, 22, 401-405.
- Statistiek Suid-Afrika. 2010, Marriages and Divorces, P0307
<http://www.statssa.gov.za/publications/P0307/P03072010.pdf> [24 April 2012]
- Steinberg, L., Graham, S., O'Brien, L., Woolard, J., Cauffman, E. & Banich, M. 2009, Age differences in future orientation and delay discounting. *Child Development*, 80, 28 – 44.
- Steinberg, L., Cauffman, E., Woolard, J., Graham, S. & Banich, M. 2009, Are Adolescents Less Mature than Adults? Minors' Access to Abortion, the Juvenile Death Penalty, and the Alleged APA 'Flip-Flop'. *American Psychologist*, 64, (7), 583-594.
 doi:[10.1037/a0014763](https://doi.org/10.1037/a0014763)
- Telner, J. 2003, Counseling problem gamblers: A self regulation manual for individual and family therapy. *Canadian Journal of Psychiatry*, 48 (10), 714.
- TRUE LOVE WAITS n.d., Afgelaai van <http://www.truelovewaits.org.za/>
- Vancouver, J.B., & Day, D.V. 2005, Industrial and Organisational Research on Self-Regulation: from Constructs to Applications. *Applied Psychology: An International Review*, 54(2), 155-185.
- Van Kesteren, N.M.C., Kok, G., Hospers, H.J., Schippers, J. & De Wildt, W. 2006, Systematic development of a self help and motivational enhancement intervention to promote sexual health in HIV-positive men WHO have sex with men. *AIDS Patient Care & STD's*, 20(12), 858 – 875.
- Vansteenkiste, M., Lens, W., Deci, E.L. 2006, Intrinsic Versus Extrinsic Goal Contents in Self-Determination Theory: Another Look at the Quality of Academic Motivation. *Educational Psychologist*, 41(1), 19–31

- Webb, T.L., & Sheeran, P. 2007, How do implementation intentions promote goal attainment? A test of component processes. *Journal of Experimental Social Psychology*, 43(2), 295-302.
- Wenger, J.L., & Yarbrough, T.D. 2005, Religious Individuals: Evaluating Their Intrinsic and Extrinsic Motivations at the Implicit Level of Awareness. *The Journal of Social Psychology*, 145:1, 5-16
- Wiederman, M.W. 2004, Self-Control and Sexual Behavior. In: Baumeister and Vohs (Eds.). *Handbook of Self-regulation: Research, Theory, and Applications*. New York: The Guilford Press, 525 – 536.
- Zaba, B., Pisani, E., Slaymaker, E. & Boerma, J.T. 2004, Age at first sex: understanding recent trends in African demographic surveys. *Sexual Transmitted Infection*, 80, ii28 – ii35. doi: 10.1136/sti.2004.012674
- Zimmerman, B.J. 2000, Attaining self-regulation: a social cognitive perspective. In: Boekaerts, M., Pintrich, P.R. & Zeidner, M. *Handbook of self-regulation*. (pp. 13-39) Academic Press: US, CA.