

PASTORALE BERADING AAN DIE STRESLYER  
IN DIE SAPD

Francois G. Minnie  
B.A., TH.B.

Verhandeling voorgelê vir gedeeltelike nakoming van die vereistes vir die graad  
**Magister Artium (MA)** in die **Fakulteit Teologie** van die  
**Potchefstroomse Universiteit vir Christelike Hoër Onderwys.**

Studieleier: Prof. G.A. Lotter

Potchefstroom  
2001

***PASTORALE BERADING AAN DIE  
STRESLYER  
IN DIE SAPD***

***Francois G. Minnie  
B.A. Th.B.***

## VOORWOORD

Na voltooiing van hierdie studie gaan my opregte dank aan:

- My studieleier, prof. G.A. Lotter, vir sy inspirasie en begeleiding. Sy leiding getuig van pastorale bewoënhed en Christelike liefde;
- Personeel van die Teologiese- en Ferdinand Postma Biblioteek van die Potchefstroomse Universiteit vir Christelike Hoër Onderwys vir professionele diens en hulpvaardigheid;
- Me. Elsa Brand vir die taalversorging;
- Snr. Supt. J. Schnetler, van die Navorsingseenheid, Strategiese Bestuur, SAPD, Pretoria vir nuttige wenke; Supt. Jaco Brazer, SAPD, Potchefstroom vir begeleiding in die onbekende wêreld van die SAPD-lid; vir alle SAPD-lede wat bygedra het tot hierdie studie.
- Die Potchefstroomse Universiteit vir Christelike Hoër Onderwys vir finansiële bystand;
- My vrou Karin, en kinders Francois, Otto en Carisa vir belangstelling, voorbidding en begrip;
- My ouers, vir leiding in die weë van die Drie-enige God.

My bede is dat hierdie studie sal bydra tot die beter begeleiding van die SAPD-lid in die stressituasie sodat God alleen, in dié proses verheerlik sal word.

*Die Here my God het my geleer  
om die regte woorde te gebruik  
sodat ek dié wat moeg is,  
kan moed inpraat.  
Elke môre laat Hy my opnuut weer luister,  
Hy laat my luister  
Soos 'n leerling moet luister.*

Jesaja 50:4

Hierdie studie word opgedra aan alle SAPD-lede  
wat in moeilike omstandighede hulle lewens op die spel plaas  
sodat ons rustig kan lewe.

|                      |
|----------------------|
| <b>INHOUDSOPGAWE</b> |
|----------------------|

Bladsy

**HOOFSTUK 1 - INLEIDING**

|       |                                          |    |
|-------|------------------------------------------|----|
| 1.1   | TITEL VAN STUDIE                         | 1  |
| 1.2   | DEFINISIES VAN TERME IN TITEL GEBRUIK    | 1  |
| 1.2.1 | Pastorale berading                       | 1  |
| 1.2.2 | Stres                                    | 3  |
| 1.2.3 | Suid Afrikaanse Polisie diens (SAPD)     | 4  |
| 1.2.4 | SAPD-lid                                 | 4  |
| 1.3   | PROBLEEMSTELLING                         | 5  |
| 1.3.1 | Inleiding                                | 5  |
| 1.3.2 | Gemeenskapsverwagtings                   | 6  |
| 1.3.3 | SAPD-lede onder druk                     | 6  |
| 1.3.4 | Hulpdienste                              | 7  |
| 1.4   | NAVORSINGSVRAAG                          | 8  |
| 1.5   | DOELSTELLINGS EN DOELWITTE               | 8  |
| 1.5.1 | Doelstelling                             | 8  |
| 1.5.2 | Doelwitte                                | 8  |
| 1.6   | SENTRALE TEORETIESE ARGUMENT             | 9  |
| 1.7   | METODE                                   | 9  |
| 1.8   | BIBLIOGRAFIESE EN ANDER TEGNIESE ASPEKTE | 10 |
| 1.9   | HOOFSTUKINDELING                         | 11 |

---

**HOOFTUK 2 – BASISTEORETIESE PERSPEKTIEWE OP  
PASTORALE BERADING AAN DIE STRESLYER**

|                                                                            |    |
|----------------------------------------------------------------------------|----|
| 2.1 INLEIDING                                                              | 12 |
| 2.2 DOELSTELLINGS                                                          | 13 |
| 2.3 BASISTEORETIESE PERSPEKTIEWE VANUIT DIE SKRIF OP<br>PASTORALE BERADING | 14 |
| 2.4 BASISTEORETIESE PERSPEKTIEWE VANUIT DIE SKRIF OP<br>STRES              | 16 |
| 2.4.1 Geestelike asook fisieke pyn en lyding: Job 2:13e.v.                 | 16 |
| 2.4.2 Benoudheid in gevaar: Ps. 57                                         | 18 |
| 2.4.3 Benoudheid in doodsgevaar: 1 Kon. 19:3-4                             | 20 |
| 2.4.4 Ontsteld, beangs en in diepe smart: Luk. 22:44                       | 21 |
| 2.4.5 Ontberings en bekommernisse: 2 Kor. 11:24-28                         | 22 |
| 2.5 BASISTEORETIESE PERSPEKTIEWE VANUIT DIE SKRIF OP<br>STRESHANTERING     | 24 |
| 2.5.1 Geloofsvertroue, sekerheid en beloftes: Ps. 23                       | 24 |
| 2.5.2 Geestelike kennis en insig, God is getrou: Ps. 119:73-80             | 26 |
| 2.5.3 God is altyd teenwoordig, Hy ken die mens in nood: Ps. 139           | 27 |
| 2.5.4 God is in beheer, Hy bewaar: Jes. 41:10                              | 28 |
| 2.5.5 Daar is uitkoms by Jesus, die mens het gemoedsrus:<br>Matt. 11:28-30 | 30 |
| 2.6 SAMEVATTING                                                            | 31 |

---

|                                                                                                        | Bladsy |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------|
| <b>HOOFTUK 3 – METATEORETIESE PERSPEKTIEWE OP DIE<br/>BELEWING VAN STRES DEUR DIE LID VAN DIE SAPD</b> |        |
| 3.1 INLEIDING                                                                                          | 33     |
| 3.2 DOELSTELLINGS                                                                                      | 34     |
| 3.3 STRES                                                                                              | 34     |
| 3.3.1 Definisies van stres                                                                             | 34     |
| 3.3.2 Die stresproses                                                                                  | 36     |
| 3.3.3 Die ontwikkeling van die stresbegrip                                                             | 39     |
| 3.4 DIE AARD VAN STRES BY DIE SAPD-LID                                                                 | 40     |
| 3.4.1 Inleiding                                                                                        | 40     |
| 3.4.2 Oorsake van stres by lid van SAPD                                                                | 40     |
| 3.4.2.1 Skofwerk                                                                                       | 42     |
| 3.4.2.2 Rolkonflik                                                                                     | 44     |
| 3.4.2.3 Werkoorsading                                                                                  | 44     |
| 3.4.2.4 Werkverhoudings                                                                                | 45     |
| 3.4.2.5 Beroepsontwikkelingsfaktore                                                                    | 46     |
| 3.4.2.6 Seksuele teistering                                                                            | 49     |
| 3.4.2.7 Gevaar in werksituasie                                                                         | 50     |
| 3.4.2.8 Kritiek van publiek                                                                            | 51     |
| 3.4.2.9 Die regstelsel                                                                                 | 52     |
| 3.5 DIE GEVOLGE VAN STRES                                                                              | 54     |

## VOORWOORD

Na voltooiing van hierdie studie gaan my opregte dank aan:

- My studieleier, prof. G.A. Lotter, vir sy inspirasie en begeleiding. Sy leiding getuig van pastorale bewoënhed en Christelike liefde;
- Personeel van die Teologiese- en Ferdinand Postma Biblioteek van die Potchefstroomse Universiteit vir Christelike Hoër Onderwys vir professionele diens en hulpvaardigheid;
- Me. Elsa Brand vir die taalversorging;
- Snr. Supt. J. Schnetler, van die Navorsingseenheid, Strategiese Bestuur, SAPD, Pretoria vir nuttige wenke; Supt. Jaco Brazer, SAPD, Potchefstroom vir begeleiding in die onbekende wêreld van die SAPD-lid; vir alle SAPD-lede wat bygedra het tot hierdie studie.
- Die Potchefstroomse Universiteit vir Christelike Hoër Onderwys vir finansiële bystand;
- My vrou Karin, en kinders Francois, Otto en Carisa vir belangstelling, voorbidding en begrip;
- My ouers, vir leiding in die weë van die Drie-enige God.

My bede is dat hierdie studie sal bydra tot die beter begeleiding van die SAPD-lid in die stressituasie sodat God alleen, in dié proses verheerlik sal word.

---

|                                                      | Bladsy |
|------------------------------------------------------|--------|
| 3.5.1 Die gevolge van stres by die SAPD-lid          | 56     |
| 3.5.1.1 Werkolisme                                   | 56     |
| 3.5.1.2 Uitbranding                                  | 57     |
| 3.5.1.3 Alkoholisme                                  | 61     |
| 3.5.1.4 Depressie                                    | 63     |
| 3.5.1.5 Selfmoord                                    | 64     |
| 3.5.1.6 Fisiologiese en geestesongesteldheid         | 67     |
| 3.5.1.7 Gebroke gesinslewe                           | 69     |
| 3.5.1.8 Lae produktiwiteit                           | 71     |
| 3.5.1.9 Versteurde geloofs- en psigiese lewe         | 71     |
| <br>3.6 HANTERING (COPING) VAN STRES                 | <br>72 |
| 3.6.1 Inleiding                                      | 72     |
| 3.6.2 Metodes om stres te hanteer                    | 72     |
| 3.6.3 Metodes om stres te hanteer in die SAPD        | 73     |
| <br>3.7 EMPIRIESE NAVORSING                          | <br>74 |
| 3.7.1 Doelwit                                        | 74     |
| 3.7.2 Vraelyste                                      | 74     |
| 3.7.3 Rasionaal                                      | 74     |
| 3.7.4 Werkswyse                                      | 75     |
| 3.7.5 Respons                                        | 75     |
| 3.7.6 Statistiese verwerking en analisering van data | 75     |
| <br>3.8 SAMEVATTING                                  | <br>77 |

---

## **HOOFSTUK 4 – PRAKTYKTEORETIESE PERSPEKTIEWE OP PASTORALE BERADING AAN DIE STRESLYER IN DIE SAPD**

|           |                                                                   |     |
|-----------|-------------------------------------------------------------------|-----|
| 4.1       | INLEIDING                                                         | 79  |
| 4.2       | DOELSTELLINGS VAN BERADING                                        | 79  |
| 4.3       | SENTRALE UITGANGSPUNTE VAN 'N SKRIFGEFUNDEERDE<br>BEDIENINGSMODEL | 80  |
| 4.3.1     | Pastorale grondhouding                                            | 80  |
| 4.3.2     | Die pastor                                                        | 81  |
| 4.3.3     | Spiritualiteit                                                    | 82  |
| 4.4       | 'N GESPREKSMODEL VIR DIE PASTORALE PRAKTYK                        | 84  |
| 4.4.1     | Die pastorale gesprek                                             | 84  |
| 4.4.2     | Die pastorale verhouding                                          | 86  |
| 4.4.3     | Pastorale hindernisse                                             | 88  |
| 4.4.4     | Riglyne vir pastorale gesprekvoering                              | 90  |
| 4.4.5     | Skrifgebruik in die pastoraat                                     | 92  |
| 4.4.6     | Gebed in die pastoraat                                            | 95  |
| 4.4.7     | Geloof en hoop in die beradingsproses                             | 96  |
| 4.5       | VOORGESTELDE PASTORALE BERADINGSMODEL                             | 99  |
| 4.5.1     | Pastorale berading                                                | 99  |
| 4.5.1.1   | Beradingsmetode                                                   | 99  |
| 4.5.1.1.1 | Bou van 'n verhouding                                             | 99  |
| 4.5.1.1.2 | Ontleding                                                         | 101 |
| 4.5.1.1.3 | Onderhoud                                                         | 102 |
| 4.5.1.1.4 | Ontmoeting met God                                                | 104 |

---

|                                                         | Bladsy |
|---------------------------------------------------------|--------|
| 4.5.1.1.5 Onderwysing                                   | 105    |
| 4.5.1.1.6 Ondersteuning                                 | 106    |
| <br>                                                    |        |
| 4.6 RIGLYNE VIR DIE PASTORALE BERADING AAN DIE SAPD-LID | 106    |
| 4.6.1 Inleiding                                         | 106    |
| 4.6.2 Skrifgebruik                                      | 107    |
| 4.6.3 Gebed                                             | 110    |
| 4.6.4 Ondersteuningsgroepe                              | 111    |
| <br>                                                    |        |
| 4.7 SAMEVATTING                                         | 111    |
| <br>                                                    |        |
| 5. FINALE SAMEVATTING                                   | 113    |
| <br>                                                    |        |
| 6. OPSOMMING                                            | 117    |
| <br>                                                    |        |
| 7. ABSTRACT                                             | 119    |
| <br>                                                    |        |
| 8. BIBLIOGRAFIE                                         | 121    |
| <br>                                                    |        |
| 9. BYLAE A – VRAELYS                                    | 139    |
| BYLAE B – BEGELEIDENDE BRIEF AAN BEVELVOERDERS          | 143    |

## **Hoofstuk 1**

### **INLEIDING**

#### **1.1 TITEL VAN STUDIE**

Pastorale berading aan die streslyer in die SAPD.

Trefwoorde: Pastorale berading, stres, SAPD, SAPD-lid.

#### **1.2 DEFINISIES VAN TERME IN TITEL GEBRUIK**

##### **1.2.1 Pastorale berading**

Pastorale beraad is 'n internasionale term wat die bediening van die versoening, soos verwoord in 2 Kor. 5:19-20, saamvat. Die klem val op die werk van die professionele pastor wat as teoloog en helper oor 'n eie deskundigheid, naamlik die teologie, beskik (De Jongh van Arkel, 1988:7).

In pastorale berading val die klem op die werk van die professionele pastor wat as teoloog en helper oor 'n eie kundigheid beskik. Pastorale beraad is 'n meer intensiewe of gespesialiseerde vorm van hulp wat gewoonlik ook meer as een gesprek tot gevolg het. Dit is 'n sorgende aksie aan individue, pare en gesinne wat worstel met brandende geloofs- en lewensvrae; mense met probleme in hul verhouding met hulself, met ander en met God (De Jongh van Arkel, 1988:7).

Pastorale beraad moet onderskei word van onderlinge sorg en pastorale sorg (Heitink, 1984:76). Onderlinge sorg is 'n spontane sorgende handeling van gelowiges aan gelowiges en gee uitdrukking aan die verantwoordelikheid wat die een gelowige vir die ander dra en gee sodoende gestalte aan die belydenis van die gemeenskap van die gelowiges (De Jongh van Arkel, 1988:4). Onderlinge sorg is die uitleef van die roeping van elke Christen-gelowige deur mekaar se laste te dra (vgl. Gal. 6:2).

---

Clinebell (1994:25) definieer pastorale sorg "to involve the utilization by persons in ministry of one-to-one or small group relationships to enable healing empowerment and growth to take place within individuals and their relationships".

Pastorale sorg is 'n sorgende aksie wat deel vorm van die opbou en versorging van die gemeente. Dit word uitgevoer deur die besondere ampte sowel as deur pastorale medewerkers en vrywilligers uit 'n gemeente. Hierdie vlak van pastoraat vereis 'n mate van keuring wat saamhang met die kundigheid wat vereis word vir die uitvoering daarvan. Teenoor die redelik spontane onderlinge sorg is pastorale sorg meer georganiseerd. Dit sluit aksies soos huisbesoek en siekebesoek in (De Jongh van Arkel, 1988:6).

Heitink (1984:155) stel die eienskap van die pastorale beraad soos volg: "Want hierin (die bediening van die versoening) is die Koninkryk van God geopenbaar dat God, in sy ontferming in Christus, na die mens omgesien het om hom te red."

Pastorale berading het vier unieke kenmerke wat dit van ander berading onderskei (Collins, 1988:17):

- Unieke opvattinge - Die pastorale berader werk vanuit die standpunt dat God soewerein is. Die Heilige Skrif is die vertrekpunt as bron van kennis, sondebegrip en mensebeskouing.
- Unieke doelwitte - Die uiteindelige doel is om 'n gelukkige, gelowige persoon te word. Dit word verkry deur vermanend konfronterend aan die beradene die verlossing van sondes en Christelike lewenswyse en -waardes te verkondig. Geestelike groei word gestimuleer.
- Unieke metodes - Pastorale berading maak gebruik van gebed, die lees van die Skrif, konfrontering met Christelike waarhede en die aanmoediging om by die plaaslike kerk betrokke te raak.

- 
- Unieke eienskappe van die berader - Die berader tree op onder leiding van die Heilige Gees. Dit gee aan die berader unieke eienskappe soos vrede, vreugde en geloofwaardigheid. Die berader gebruik gebed, meditasie en sondebelydenis om die beradene te help.

Die berader tree op as instrument van die Heilige Gees. Die Gees is altyd die handelende in die beradingsproses. Die berader gebruik die geïnspireerde Woord onder leiding van die Heilige Gees om die beradene terug te begelei na die Woord en die God van die Woord.

### 1.2.2 Stres

Die begrip *stres* kom nie in die Skrif voor nie. Dit is 'n begrip wat aan die psigologie ontleen is en wat algemeen in die omgangstaal gebruik word (Van Wyk, 1989:1). Die woord 'stress' kan ook vertaal word met spanning.

Volgens die Verklarende Afrikaanse Woordeboek (1993:879) is stres druktespanning of geestespanning wat veroorsaak word deur oormatige ambisie of professionele en persoonlike probleme.

'n Meer omvattende definisie van stres kan soos volg weergegee word:

Die wesentlike eienskap van stres is die ontwikkeling van kenmerkende simptome na die ervaring van 'n psigologies traumatiese gebeurtenis buite die normale ervaringsveld van die mens. Hierdie kenmerkende simptome behels die herbelewing van die traumatiese gebeurtenis, gevoelloosheid ten opsigte van reaksie of betrokkenheid met die eksterne wêreld sowel as 'n verskeidenheid ander onwillekeurige, disporiese, of kognitiewe simptome [*eie vertaling*] (Kaplan & Sadock, 1998:592-593).

---

### **1.2.3 Suid-Afrikaanse Polisie diens (SAPD)**

Artikel 205 van die Grondwet van die Republiek van Suid-Afrika, 1996 (Wet No. 108 van 1996) beskryf die doelstellings van die Suid-Afrikaanse Polisie diens:

“... om misdaad te voorkom, te bestry en te ondersoek, die openbare orde te handhaaf, die inwoners van die Republiek en hul eiendom te beskerm en te beveilig, en die reg te handhaaf en toe te pas”.

### **1.2.4 SAPD-lid**

Die SAPD-lid onderhewig aan stres is die onderwerp van hierdie studie. Die SAPD-lid is enige lid, ongeag ras of geslag, wat in diens van die SAPD staan. Die SAPD-lid is in hierdie studie die beradene.

Die beradene as mens kan soos volg beskryf word:

- Die mens is volgens Gen. 1:26 geskape na die beeld van God. Dit bring mee dat die mens in verhouding tot God staan wat verantwoordelikhede soos heers en beheers impliseer (Venter, 1988:33). Die mens is geskape as verhoudingswese en staan in verhouding tot God, tot homself, tot die naaste en tot die kosmos (Heyns, 1976:101).
- Die mens is as gevolg van die val van Adam en Eva in 'n staat van sonde. Hierdie staat bring mee dat die mens in opstand kom teen God en dikwels God en sy naaste haat. Die beradene verwerp in sonde, sy afhanklikheid van God of sy lewe was moontlik nog nooit op God gerig nie. Die beradene kan onder meer deur die beradingsproses gehelp word om sy verhouding met God reg te stel.
- Die gelowige beradene is egter, ten spyte van sy vervalde staat, met Christus versoen deur die kruisdood van die Verlosser. Volgens Rom.

---

8:29 word die kiem van die herstelde volmaakte mens gestel as een wat die Koninkryk van God sal beërwe.

- Die beradene moet gesien word as 'n unieke mens met unieke eienskappe wat in bepaalde situasies op 'n bepaalde manier optree (Venter, 1988:33).

Die publiek sowel as sy meerderes stel hoë vereistes aan die SAPD-lid. Elke SAPD-lid ervaar sy omstandighede egter op 'n unieke wyse omdat hy ook 'n unieke mens is. As gevolg die uniekheid van elke mens mag die SAPD-lid nie geëtiketteer word as iemand wat aan spesifieke vereistes moet voldoen nie, maar moet elke individu met sy unieke eienskappe as sulks benader word.

### **1.3 PROBLEEMSTELLING**

#### **1.3.1 Inleiding**

Suid-Afrika beleef tans 'n ongekende toename in misdaad wat 'n las op die SAPD-lid plaas (Nel, 1998:2). Die Waarheids- en Versoeningskommissie (Anon(d), 1998:1) het bevind dat geweldsmisdade sedert 1990 baie toegeneem het en dan veral sedert 2 Februarie 1990 waar ontbanne politieke groeperings 'n staanplek in sekere gebiede wou verseker. Daar word daaglik in die media berig van misdaad wat wissel van geringe diefstal tot erge misdaad soos verkragting en moord (Fourie, 2000:6). Volgens die jongste uitgawe van die misdaadindeks wat die Instituut vir Sekerheidstudies in samewerking met Nedbank saamgestel het, styg misdaad sedert 1994 landwyd met 3 % per jaar (Anon (g), 2001:4)

Boshoff meld dat daar in die woongebied Ikageng by Potchefstroom maandeliks 14 verkrachtings aangemeld word en dat 16 moorde in 'n tydperk van agt maande voorgekom het (2000:2). Huisamen (2000:18) stel dat Suid-Afrika se moordsyfer nege keer hoër is as die internasionale syfer. Huisamen gaan voort deur te stel dat Suid-Afrika tans as die tweede gevaarlikste land ter wêreld na Colombië

gereken word. Suid-Afrika het die hoogste voorkoms van verkragting in die wêreld; een uit elke twee vroue word verkrag voor die ouderdom van 65. Die voorkoms van kindermishandeling is tans ook in Suid-Afrika die hoogste ter wêreld. Die publiek verwag dat hierdie misdade bekamp, gehanteer en opgelos moet word, wat weer 'n groot las op die SAPD-lid plaas.

### **1.3.2 Gemeenskapsverwagtings**

Lede van die gemeenskap verwag van die SAPD om die misdaad hok te slaan, om die landswette in stand te hou en om lede van die gemeenskap te beskerm. Daar word verwag dat die SAPD-lid nie sy emosies tydens sy werksituasie sal toon nie, want dit kan hom as swak en bevrees laat voorkom (Mulders, 1998:13). As mens het die SAPD-lid egter ook emosies, vrese, gevoelens en behoeftes waaraan in bepaalde situasies uiting gegee moet word.

### **1.3.3 SAPD-lede onder druk**

Die werklikheid van die misdaadwêreld is dat SAPD-lede daaglik in die uitvoering van hul plig onder geweldige spanning verkeer, aangesien misdadigers nie huiwer om lewens, ook dié van SAPD-lede, te neem of om SAPD-lede of hul gesinne sodanig te beseer of te benadeel dat hulle voortdurend in vrees lewe. Verder word sake op die sosio-ekonomiese terrein ook nie vir die SAPD-lid makliker gemaak as gevolg van swak salarisse en die steeds stygende lewenskoste nie.

Die SAPD-lid is gefrustreerd met die gevaarsituasie waarin hy daaglik verkeer, soos blyk uit die woorde van die Adjunk-kommissaris van Polisie, komm. Louis Eloff tydens die uitpassering van 309 rekrute in Pretoria: "Skiet die donners" (Anon(f), 2000:1). As gevolg van al die druk is dit menslik dat die SAPD-lid voor die druk sal swig. Daarom is daar baie lede wat hulle aan alkohol vergryp, ly huwelike daaronder en eindig dit dikwels in die skeihof, of word daar selfs oorgegaan tot moord en selfmoord (Mulders, 1998:13).

---

Volgens die Selfmoordvoorkomingsprojek van die SAPD was daar vir die tydperk 1 Januarie tot 31 Desember 1999 11 selfmoorde per 10 000 polisiebeamptes. In die algemeen is die selfmoordsyfer elf keer hoër as die selfmoordsyfer van die Suid-Afrikaanse populasie (Swanepoel, 2000(a)). In die tydperk Januarie tot Maart 2000 is 48 SAPD-lede vermoor (Anon(e), 2000:8).

#### **1.3.4 Hulpdienste**

In die lig van bogenoemde is dit noodsaaklik dat die SAPD-lid ondersteuning en hulp sal ontvang om probleme wat mag opduik te identifiseer en te hanteer.

Dit is belangrik om daarop te let dat ten spyte van dienste gelewer deur die maatskaplike en sielkundige hulpdienste in die Suid-Afrikaanse Polisiediens, daar nog steeds 'n onaanvaarbare hoë voorkoms van stres onder lede van die SAPD is. Volgens Sloan (1998: 227) wil dit voorkom of die lid van die SAPD wat na genoemde hulpdienste verwys word, nie die nodige vertroue in die hulpproses het nie.

In 'n studie gedoen in Florida in die Verenigde State van Amerika is gevind dat die meeste mense eerder na 'n pastorale berader gaan om gehelp te word as om deur 'n psigoloog, maatskaplike werker of psigiater bygestaan te word (McMinn, 1996:4). Waldner (2000:2) stel dat SAPD-lede aan geweldige trauma en stres onderworpe is maar dat daar nie genoeg maatskaplike werkers, beraders of ander hulpdienste vir die ontlading van stres en trauma vir hulle beskikbaar is nie. Verder word gestel dat SAPD-lede sielkundiges wat deur die Staat betaal word, wantrou omdat hulle nie seker is of hul sielkundige probleme vertroulik gehou sal word nie. Hulle vrees ook dat sielkundige behandeling in die pad van bevordering sal staan.

In die lig van bogenoemde kan die SAPD-lid in sy stresvolle omstandighede pastoraal begelei word om sy stressituasies te kan beheers en te oorkom, tot voordeel van homself en die gemeenskap. Pastorale berading is uniek omdat dit

---

aangebied word in die lig van die Woord en dus die SAPD-lid in sy geloofsdimensie aanspreek.

## **1.4 NAVORSINGSVRAAG**

In die lig van voorafgaande kan die navorsingsvraag soos volg geformuleer word:

*Wat behels pastorale berading aan die streslyer in die SAPD?*

Deur bogenoemde navorsingsvraag sinvol te beantwoord, word die volgende vrae geformuleer wat leiding moet verskaf:

- Watter perspektiewe bied die Skrif as kenbron oor die hantering van streslyers?
- Watter perspektiewe bied die hulpwetenskappe in die belewing en oplossing van stres deur die streslyer, toegespits op die streslyer in die SAPD?
- Watter riglyne kan aangetoon word vir die pastorale berading aan die streslyer in die SAPD?

## **1.5 DOELSTELLINGS EN DOELWITTE**

### **1.5.1 Doelstelling**

Die doelstelling van hierdie studie is om riglyne uit die Skrif aan beraders te verskaf sodat SAPD-lede in stressituasies toegerus kan word om soortgelyke en ander stressituasies waaraan hul blootgestel word, te kan hanteer.

### **1.5.2 Doelwitte**

Die doelwitte van hierdie studie is om:

- 
- Aan te toon watter perspektiewe met betrekking tot stres uit die Skrif geformuleer kan word;
  - aan te toon watter perspektiewe in ander hulpwetenskappe bestaan en hoe dit gebruik kan word by die hantering van stres in die SAPD; en
  - riglyne daar te stel wat as hulp kan dien tot die pastorale berading aan die streslyer in die SAPD.

## **1.6 SENTRALE TEORETIESE ARGUMENT**

Die lid van die Suid-Afrikaanse Polisie diens beleef as gevolg van moeilike werksomstandighede, trauma en ander faktore, bogemiddelde stres. Die SAPD-lid kan met begeleiding van die pastorale berader stressituasies in die oë kyk en toegerus word om dié situasies in die toekoms te kan verwerk.

## **1.7 METODE**

In 'n poging om oplossings op verskillende vrae te vind, sal van die prakties-teologiese model van Zeffass gebruik gemaak word (Heyns & Pieterse, 1990:35). Hierdie metode sal bepalend wees vir die afhandeling van hierdie studie, naamlik om:

- Basisteorieë uit die Skrif te ondersoek volgens grammaties-historiese eksegeese, om sodoende te bepaal hoe die gelowige wat stres/spanning in bepaalde omstandighede ervaar het, versterk is deur volharding en vertroue op die Drie-Enige God, (o.a. 1 Kon. 19:4; Job 2:13 e.v.; Ps. 57; Ps. 139; Luk. 22:41-44);
- deur middel van literatuurstudie toepaslike materiaal te ondersoek en te evalueer wat handel oor stres en stres hantering in die algemeen en in die

---

SAPD. Verder sal inligting wat empiries deur middel van onderhoude en vraelyste van SAPD-lede verkry is, kwantitatief verwerk word.

- Basisteoretiese en metateoretiese gegewens sal verder in wisselwerking geplaas word (vgl. Heystek, 1999:14), sodat praktykteoretiese riglyne vanuit die Woord van God daargestel kan word vir gebruik deur die berader tot voordeel van die lid van die SAPD.

Tersaaklike literatuur sal bestudeer word volgens die metode van analise, evaluasie en interpretasie.

## **1.8 BIBLIOGRAFIE EN ANDER TEGNIESE ASPEKTE**

- Die afkortings van die Bybelboeke geskied volgens die ortografiese riglyne van die Hervormde Teologiese Studies van Maart 1986 (Anon(b), 1986:197-198).
- Die verskillende vertalings van die Bybel wat gebruik word, word aangedui in die bronnelys (vergelyk BYBEL) met die gebruikte afkortings vir die vertaling daarby, byvoorbeeld OAV as die 1933/1953 Afrikaanse vertaling en NAV as die 1983 Afrikaanse vertaling. In hierdie studie word daar hoofsaaklik van die NAV gebruik gemaak tensy anders vermeld.
- Wanneer na Bybelboeke verwys word, word die spelling soos weergegee in die 1983 Afrikaanse vertaling (NAV) gebruik.
- Indien daar in die studie van die persoonlike voornaamwoord "hy" gebruik gemaak word, sluit dit ook die vroulike persoonlike voornaamwoord "sy" in.

---

## **1.9 HOOFSTUKINDELING**

*Hoofstuk 1: Inleiding.*

*Hoofstuk 2: Basisteoretiese perspektiewe met betrekking tot pastorale berading aan die streslyer.*

*Hoofstuk 3: Metateoretiese perspektiewe op die belewing van stres deur die lid van die SAPD.*

*Hoofstuk 4: Praktykteoretiese perspektiewe op pastorale berading aan die streslyer in die SAPD.*

*Hoofstuk 5: Samevatting en opsomming.*

*Bibliografie*

## **Hoofstuk 2**

# **BASISTEORETIESE PERSPEKTIEWE OP PASTORALE BERADING AAN DIE STRESLYER**

### **2.1 INLEIDING**

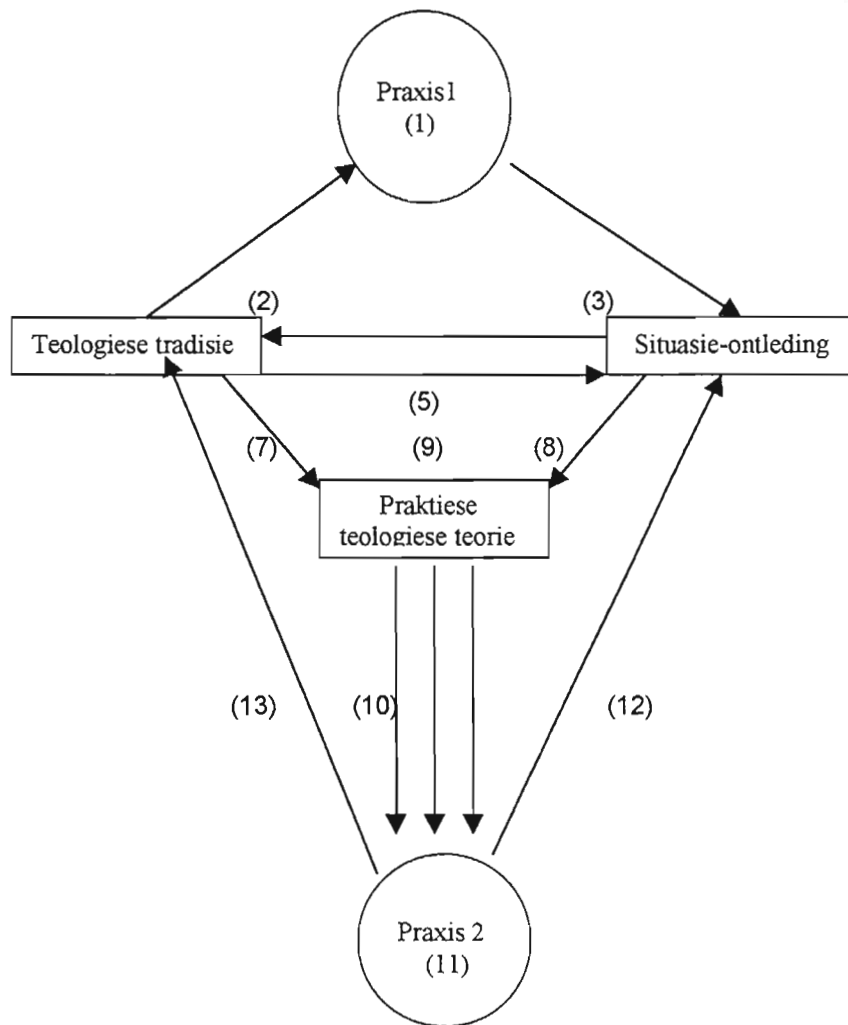
Pastorale berading is volgens Louw (1997(a):27) meer as net terapie, dit is *cura animarum*, die versorging van die spirituele wese; die volledige mens as fisiese, psigiese, sosiale en geestelike wese. Teologies gesproke verwys pastorale sorg na die vertroostende en hulpverlenende uitwerking van God se bemagtigende en transformerende teenwoordigheid deur Sy Heilige Gees in die wêreld.

Pastorale berading beoog geloofshulp asook lewenshulp. Die geloofshulp word lewenshulp deur die Heilige Gees wat die ganse lewe heilig (Louw, 1997(a):57).

In hierdie hoofstuk val die klem op die daarstel van 'n basisteorie. 'n Basisteorie beskryf sistematies vanuit die Skrifopenbaring, die wese en doel van 'n refleksiedomein (Venter, 1996:25). In 'n prakties-teologiese teorievorming word in die een refleksiedomein basisteories te werk gegaan en in die ander refleksiedomein vind praktykteoretiese teorievorming plaas.

Voorts stel Venter (1996:25) dat die basisteorie sowel as die praktykteorie wat beskryf hoe die basisteorie in die praktyk behoort te funksioneer, ten doel het om te kom tot prakties-teologiese teorievorming waar die twee refleksiedomeine in 'n hermeneutiese wisselwerking met mekaar gestel word.

As voorbeeld van hoe die praktykteorie tot stand kom, word die prakties-teologiese model van Zeffass, soos deur Heyns en Pieterse (1990:35) weergegee, aangetoon om meer lig op die teorie te werp:



## 2.2 DOELSTELLING

Die doelstelling van hierdie studie is pastorale berading aan die streslyer in die Suid-Afrikaanse Polisie van die Skrif. Hierdie doelstelling kan slegs bereik word deur 'n basisteorie met betrekking tot die hantering van stres, soos weerspieël in die Woord van God, daar te stel.

Die basisteorie (Hoofstuk 2), kan tesame met die tersaaklike metateoretiese perspektiewe (Hoofstuk 3), meewerk tot die daarstel van 'n geskikte praktykteorie vir die pastorale berading van die streslyer in die SAPD.

Soos reeds in Hoofstuk 1 aangedui, kom die begrip *stres* as sodanig nie in die Skrif voor nie. Verwante terme en uitdrukkings sal ondersoek word soos dit in verskillende omstandighede in die Skrif voorkom, wat kan aandui hoe mense stres ervaar ervaar. Enkele Skrifgedeeltes wat op stres hantering dui, sal bestudeer word om 'n basisteorie met betrekking tot stres en die hantering daarvan daar te stel. Die basisteorie kan help met die opstel van 'n werkbare praktykteorie.

### 2.3 BASISTEORETIESE PERSPEKTIEWE VANUIT DIE SKRIF OP PASTORALE BERADING

Die pastorale beradingsproses het primêr die bedieningsgedagte ten doel soos dit gevind word in die Skrif en dan met 2 Kor. 5:18-21 as vertrekpunt. Volgens Venter (1988:32) koppel die apostel Paulus die versoeningswerk van Jesus Christus, Sy koms, sterwe, opstanding en hemelvaart, direk aan die amptelike gesprek wanneer hy stel: "*Ons tree dus op as gesante van Christus, en dit is God wat deur ons 'n beroep [smeek julle – outeur] op julle doen*" (2 Kor. 5:20).

Paulus gebruik hier die woord παρακαλουντος, wat afgelei is van παρακαλειν, met die betekenis *om te smee* of *soebat*. Dit is asof God self smee. Friedrich (1979:795) beveel aan dat παρακαλουντος met *deur ons vermaan* vertaal moet word, aangesien dit die handeling is waarmee die pastor hom in die beradingsproses besig hou.

Venter (1988: 32) bevestig dat die begrip παρακαλειν in die Nuwe Testament gebruik word om 'n pastorale gesprek aan te dui (1988:32).

Paulus brei bogenoemde gedagte verder uit wanneer hy aan Titus opdrag gee: "*Gebruik jou volle gesag om aan te moedig en tereg te wys*" (vgl. Tit. 2:15). Paulus gebruik ook hier die werkwoorde παρακαλει, wat *smeek* beteken, asook ελεγγε, wat vertaal kan word met *vermaan* (Groenewald, 1977:181). Paulus gee ook 'n soortgelyke opdrag aan Timoteus: "... *verkondig die woord; hou daarmee*

*vol, tydig en ontydig; weerlê, bestraf, bemoedig deur met alle geduld onderrig te gee*” (vgl. 2 Tim. 4:2).

Paulus en sy medewerkers ontvang in 2 Kor. 5:20 ook die opdrag om as *πρεσβευομεν* (*gesante* of *ambassadeurs*) op te tree. Die uitdrukking herinner aan die diplomatieke verteenwoordiging van een staat teenoor 'n ander staat. Die gesant tree op met die boodskap en die gesag van sy sender (Groenewald, 1985:86).

Groenewald (1985:86) wys daarop dat 'n gesant diplomatie optree met wyse oorleg. Hy wend nie sy gesag aan om mense te bedreig, dwing of oorheers nie. Hy tree beskeie, vriendelik en tegelyk dringend, smekend, op. Hy rig hom tot die hoorder met volle eerbied vir die verstand, gevoel en wil en probeer die mens oorreed tot die aanvaarding van die woord van versoening.

*Uit bogenoemde gedeeltes word gestel dat die doel van die bediening is om versoening te weeg te bring in die lewe van die beradene deur smeking en vermaning. Om hierdie proses te bereik, beteken dat die Woord van God, wat die rigsgaander van die bediening van die versoening is, sentraal moet staan in die pastorale gesprek.*

Die skrywer van hierdie studie definieer die pastorale beradingsproses in die lig van bogenoemde, soos volg:

*Die pastorale beradingsproses is die praktiese uitvoering van die teologiese wetenskap wat hom besig hou met die bestudering van die Woord van God, toegespits op die bediening van die versoening deur Jesus Christus, deur 'n gesant van God, aan die mens in sy unieke situasie met die oog op individuele vertroosting, vermaning en opbouing van mens op die weg van geloofsgroei.*

## **2.4 BASISTEORETIESE PERSPEKTIEWE VANUIT DIE SKRIF OP STRES**

Soos vroeër genoem, kom die begrip *stres* nie in die Skrif voor nie. Daar word egter vanuit Skrifgebeure, met die kennis wat vandag bestaan oor stres, afleidings gemaak van hoe persone in stresvolle situasies die stres ervaar het en wat hul reaksie daarop was.

Gedeeltes soos bespreek in 2.4 word, saam met ander relevante gedeeltes, gebruik om aan die beradene te toon dat sy situasie nie uniek is nie maar dat God ook toegelaat het dat stresvolle situasies in die lewe van sy kinders in die Bybelse tyd voorgekom het.

Daar is verskeie gedeeltes in die Skrif wat gebruik kan word. Vir hierdie studie is slegs enkele Skrifgedeeltes ontgin wat die begrip stres en die hantering daarvan - soos dit in die Bybelse tyd gebruik is - te omskryf. Hierdie gedeeltes word gebruik om 'n geskikte basisteorie te vorm of skep.

### **2.4.1 Geestelike asook fisieke pyn en lyding**

#### **Job 2:13 e.v.**

Hierdie gedeelte volg op al die rampe en teleurstellings wat Job getref het. Sy kinders sterf en sy besittings word gesteel of vernietig. Hy het niks meer oor nie. Sy liggaam word aangetas deur swere ook die meeste van sy vriende en familielede verlaat hom.

Enkele vriende van Job ontferm hulle oor hom. Volgens Alden (1993:70) tree Job se vriende op eg Oosterse wyse op om medelye te betoon. Hulle sit stilswyend saam met hom. Job sit in *הכאב* (*pyn*) wat volgens Harris, Archer en Waltke (1981:425) dui op veral geestelike pyn wat ervaar word. Fisieke pyn word egter nie uitgesluit nie. Job se vriende betoon deur hul "saam sit" hul besorgheid oor hom. Volgens Alden (1993:70) was dit moontlik die beste wyse van liefdesbetoning deur mense in daardie tyd.

Na sewe dae van stilte kan Job nie meer die stilte verduur nie (Kroeze, 1978:10). Hy bars uit en vervloek sy geboortedag (3:1). Met hierdie gebaar wil Job sy swaarkry ontvlug. Indien hy nie die moederskoot verlaat het nie, sou dié rampe hom nie getref het nie.

Daar kan uit Job se optrede afgelei word dat hy moedeloos is oor sy omstandighede (Kroeze: 1978:11). Tog erken hy in 3:23 dat God hom omsluit en lig gee (Alden, 1993:79). Kroeze (1978:11) stel dit dat Job weet hy het met God te doen. Juis omdat hy nie sy rug op God draai nie, wil hy weet wat nou aangaan tussen hom en sy God. Dit sou vir hom onverskillig wees as hy God nou “seën”. Wie God laat los, het geen behoefte aan “waaroms” nie. Só iemand verwerp alles. Job wil egter helderheid in sy duistere lewe hê.

Daar word in hierdie studie nie verder aandag gegee aan die opvolgende hoofstukke nie. In Job 34:10 e.v. bely Job se vriend Elihu egter dat God regverdig is. God is almagtig en doen daarom ook reg. God is almagtig omdat niemand bokant Hom staan nie. Hy besit heersersmag (Kroeze: 1978:102).

Elihu gaan voort deur te stel dat God wel dinge laat gaan sonder om in te gryp. In vers 35 stel Elihu dat Job onverstandig optree as hy God wil beskuldig. Volgens hom is Job nog lank nie swaar getoets nie. Hy het nog verdere “toetsing”, lyding nodig.

Volgens Job 35 word Job deur Elihu bestraf omdat hy God durf verwyte oor sy omstandighede.

Job 40 en 41 gee die gesprek van die Here tot Job weer. Kroeze (1978:122-123) stel dit dat God Job tart deur aan hom te stel dat hy in God se plek moet regeer; dat hy as die almagtige moet optree.

Job vra in 42:1-6 dat die Here hom moet onderrig. Volgens Alden (1993:408) erken Job dat sy siening van God se grootheid verkeerd was. Hy het nie gereken dat God die Almagtige Skepper is wat groter, hoër en wyser is as wat enige mens hom kan indink om te wees nie, wat nog om God te probeer uitdaag of tart. Job stel in vers 6 dat hy berou het oor sy optrede, hy is gering en hy kan nie homself verwerdig om soos God te wees nie (Kroeze, 1978:124).

Basisteoreties kan daar uit die boek Job die versekering gekry word dat al lyk dit of die mens alles verloor het, of dat God van hom vergeet het, Hy nog steeds die Almagtige is. Hy lei alles ten goede vir die mens wat Hom erken as Heerser. Die mens mag God nooit verwyte nie, al is sy smart of lyding hóé groot. Die Here is tot alles in staat en kan uitvoer dit wat Hy besluit het (42:2). Die mens wat die goeie so maklik van God ontvang, moet ook bereid wees om die slegte te ontvang (2:10).

#### **2.4.2 Benoudheid in gevaar**

##### **Psalm 57**

Dié psalm word deur die inleiding in verband gebring met 'n gebeurtenis uit Dawid se lewe, naamlik toe hy van Saul af in die grot gevlug het (vgl. 1 Sam. 22:1; 24:4). Die digter voel dodelik bedreig en hy pleit by God om redding (Vosloo & Van Rensburg, 1999:645).

Dié psalm bestaan uit twee dele. In die eerste deel gee Dawid uitdrukking aan sy benoudheid, soos aangetoon in die vorige paragraaf. Dawid soek die Here se bystand teen Saul en sy vyande. Die tweede deel handel oor Dawid se hoopvolle verwagting dat hy bevry sal word en hy prys God daarom (Calvyn, s.a.(a):359).

Dawid הִתְחַנֵּן (*smeek*) God om barmhartigheid, want hy het homself onder God se beskerming geplaas. Volgens Koehler en Baumgartner (1994:334) is hierdie 'n smeking om simpatie en aansien. Die stam הִתְחַנֵּן hou volgens Tate (1990:77) in dat die gebruiker lojaal is teenoor die verskaffer van hierdie beskerming.

Dawid stel homself כנפיק אחסה, (*in die skadu van die vlerke [vleuels]*) van God. Keil en Delitzsch (1982:174) verklaar dat die skadu van God se vleuels die beskerming van sy innige, tere liefde is, asook die hartlike vertroosting wat hiermee saamgaan. Dawid plaas hom dus terwyl הורה (*die intense gevaar heers*) (Van Gemeren, 1997(a):1017) in die liefdevolle teenwoordigheid van God, waar hy vertroosting ontvang.

Volgens vers 3-4 druk Dawid sy sekerheid en vertroue in die Almagtige God uit, Hy wie die aanslae teen Dawid sal afweer en deur Sy liefde en getrouheid Dawid na veiligheid sal bring (Tate, 1990:78).

Volgens vers 4 bely Dawid dat God uit die hemel magte sal stuur (engele?) om hom te beskerm. God sal antwoord in חסדו ואמתו (*genade en trou*) wat weer dankbaarheid van die persoon in nood tot gevolg sal hê (Van Gemeren, 1997(b):213).

Die digter beroep hom op die Allerhoogste, na God wat oor almal en alles troon. Hoewel God so verhewe is, is Hy ook die God van liefde en trou. Hy sal uit die hemel antwoord en die digter laat wen in die stryd teen sy vervolgers. Al maak sy vervolgers op hom jag soos wild, voel hy veilig by God. Daarom wil hy van vroegdag af sing. By die Allerhoogste is hy veilig teen die dodelike bedreiginge (Vosloo & Van Rensburg, 1999:645).

Inligting uit hierdie psalm kan gebruik word om aan die beradene te toon dat God nooit sy verbondskind verlaat nie. Al lyk dit of die situasie besig is om jou te oorweldig, al voel dit of jy vasgedruk word en daar geen uitkoms meer is nie, is God altyd teenwoordig. Hy kan jou uit enige situasie red, soos wat Hy Dawid uit die hand van Saul gered het. Plaas net jou vertroue op Hom, Hy is genadig en getrou. Hy sal jou onder sy vleuels neem en beskerm.

### 2.4.3 Benoudheid in doodsgevaar

#### 1 Konings 19:3 – 4

Hierdie verse is deel van 'n perikoop wat handel oor Elia wat vir sy lewe vlug. Dit volg nadat Elia die Baälprofete laat doodmaak het deur die volk wat weer erken het die Here is God (1 Kon. 18:39). Ten spyte hiervan is Elia tot die dood toe benoud. Isebel het opdrag gegee dat Elia doodgemaak moet word (Vosloo & Van Rensburg, 1999:395).

Elia sluit hier by Moses aan (Num. 11:15) wat versoek יהוה קח נפשי, selfs opdrag gee, dat *die Here 'n einde aan sy lewe moet maak* (Davidson, 1981:658), die lewe het vir hom 'n las geword. Elia, wat pas op die berg Karmel aan die volk getoon het dat God alleen heers en in beheer is, vergeet dat God in beheer is en verkies die dood bo die toorn van Isebel.

Brongers (1979:192) stel dat die lewe vir Elia nie meer aantrekkingskrag het nie. Isebel se woede is vir Elia die bewys dat daar nie meer 'n toekoms vir die saak van die Here is nie.

Die Here stel egter nie belang in Elia se selfgenome ontslag nie. Dit is nie vir die mens om sy doodstydte te bepaal nie (Brongers, 1979:193), God is in beheer en Hy sal bepaal wanneer dit nodig is om op te hou lewe (Jones, 1984:330).

Elia word gevoed en weggestuur na Horeb waar God aan hom verskyn. Hier kry hy die opdrag om Gaseal te salf as koning oor Aram, Jehu as koning oor Israel en Elisa as profeet om hom op te volg. Elia gehoorsaam die opdrag van God ten spyte van die doodsvonnis wat oor sy kop hang (Jones, 1984:334).

In hierdie deel word aangetoon dat God in beheer is van lewe en dood. Hy alleen bepaal die doodsdatum. Die mens is in God se Hand. en mag nie oor sy eie lewe besluit nie. Die mens moet op God vertrou al gaan dit ook hoe sleg met hom of

haar. God gee onder moeilike omstandighede uitkoms, soos ook vir Elia. Hy gee selfs wonderlike opdragte ten spyte van moeilike omstandighede.

#### **2.4.4 Ontsteld, beangs en in diepe smart**

##### **Lukas 22:44**

Hierdie bekende vers uit die Evangelie van Lukas kom in die perikoop (22:39 – 46) voor waar Christus in die tuin van Getsemané saam sy dissipels gaan bid het. In Getsemané sonder Jesus Hom van sy dissipels af en bid dan dat die Vader die beker van Hom moet wegneem. Engelbrecht (1973:240) en ook Stein (1992:558) verklaar dat in die Skrif die beker die beeld is van alles wat God oor die mens bring. Dit kan die oorgloed van vreugde aandui (Ps. 16:5; 23:5) of die volheid van Sy toorn (Ps. 11:6; 75:9).

Jesus sien sy lyding as 'n beker wat God Hom toereik en wil dat die drink daarvan Hom gespaar word. Geldenhuys (1975:574) begrond hierdie siening daarop dat Jesus volledig *mens* was en dus soos die mens van vernedering, swaarkry en dood wegstrem. Al hierdie dinge maak dit nog meer intens omdat Hy weet dat Hy nie alleen gaan swaarkry en moet sterf nie, maar geoffer word as Lam vir die ganse mensdom.

Jesus se *εν αγωνια* (*angs of benoudheid*) word deur Louw en Nida (1988:319) verklaar as 'n *staat van intense geestelike en emosionele verdriet en besorgdheid of angs*. Hierdie emosionele belewing van Jesus is nie uitsiglose angs nie, maar intense inspanning in die gebed (Van Bruggen, 1996:378). Stauffer (1981:140) wys daarop dat *αγωνια* nie beteken dat Jesus angs vir die dood het nie, maar besonder beangs is oor die stryd wat voorlê waarin die oorwinning behaal gaan word (vgl. Luk. 12:49 e.v.).

Die evangelieskrywer Markus gebruik in sy ooreenstemmende beskrywing van die gebeure (vgl. Mark. 14:32-42) twee begrippe, *εκθαμβεισθαι* en *αδημονειν*, wat onderskeidelik vertaal kan word as *grootliks ontsteld* en *beangs of ellendig*

(Anon (e), 1977:6, 124). Verder gebruik hy ook περιλυπος, wat vertaal kan word met *diepe smart* (Anon (e), 1977:321).

Ten spyte van die diepe onrustigheid en smart wat Hy beleef, volbring Jesus die wedloop deur gebed en inspanning om die beker van lyde te aanvaar. Sy opstaan ná die gebed (22:45) bewys dat Hy die eindstreep gehaal het (Van Bruggen, 1996:378)

Ten spyte van die intense besorgdheid en kommer stel Hy Hom volkome onder die wil van die Vader. Die Vader laat Sy Seun nie alleen nie, maar stuur 'n engel om Hom te versterk. Die ingryping deur God om 'n engel te stuur, stel Christus in staat om sy lyding te deurstaan (Vosloo & Van Rensburg, 1999:1305).

Hieruit blyk dat Jesus ten spyte van diepgaande benoudheid wat oor sy situasie ervaar, hy Hom tot God wend vir leiding en krag. Die mens kan sy sorg op God laai deur Hom in moeilike omstandighede aan te roep. God het die vermoë om uitkoms te gee.

#### **2.4.5 Ontberings en bekommernisse**

##### **2 Korintiërs 11:24-28**

In hierdie verse, wat voorkom in 'n gedeelte (2 Kor 11:16 – 12:13) wat handel oor die ontberings van Paulus, beskryf hy sy stresvolle lewe as apostel. As hierdie genoemde gedeelte bestudeer word, dan word die indruk gewek dat Paulus die stresvolle situasies uit 'n positiewe hoek sien en as 'n groeiproses in sy lewe gebruik (Wright, 1993:266).

Paulus beskryf in vers 24 die lyfstraf wat hy van die Jode ontvang het. In Deut. 25:3 is bepaal dat aan 'n skuldige 40 slae toegedien moet word. Ten einde hierdie bepaling nie te oortree nie, het die rabbyne die getal op 39 gestel (Vosloo & Van Rensburg, 1999:1543). By watter geleenthede hierdie wrede straf op Paulus toegepas is, word nie genoem nie (Groenewald, 1985:157).

Paulus sê in vers 25 dat hy drie keer deur heidene of Romeine gegee is. Die geval in Filippi (Hand. 16:23) is bekend. Paulus het hierdie straf waaraan 'n Romeinse burger nie onderwerp mag word nie, een keer vrygespring deur hom op sy burgerskap te beroep (Hand. 22:25-29). Hy is by Listre gestenig (Hand. 14:19). Die hele gemeenskap het aan die steniging deelgeneem om te kenne te gee dat hulle die veroordeelde onherroeplik uitwerp. Verder verklaar die apostel dat hy drie keer skipbreuk gely het, terwyl een voorval bekend is (Hand. 27:9 vv). Dit is bekend dat Paulus dikwels seereise onderneem het en dit is dus moontlik dat hierdie reise soms met teenspoed en doodsgevaar gepaard gegaan het. Paulus vertel selfs van 'n geleentheid waar hy dag en nag rondgedryf het voordat redding gekom het (Meyer, 1980:660). Dit is in elk geval duidelik dat Paulus baie meer gely het as waarvan Lukas in Handeling vertel (Groenewald, 1985:158).

Paulus gaan in vers 26 voort om gevare en ontberings te meld wat hy op sy reise teëgekom het. Die volle aantal reise van Paulus word nie vermeld nie, maar hy was dikwels en voortdurend op reis, meestal te voet en daarom besonderlik blootgestel aan die gevare van riviere en rowers. Hodge (1983:650) meld dat Paulus soms deur sy eie volk, die Jode, bedreig is (vgl. Hand. 9:23, 29; 13:50; 21:27), dan weer het die heidene hom oorval (vgl. Hand. 16:22; 19:21-40). Waar hy hom ook al begeef het, in die stad of in die woestyn of op see, is hy omring deur allerlei gevare (Groenewald, 1985:158).

In vers 27-28 meld Paulus al die ontberings wat hy ter wille van die evangelie moes verduur. Omdat hy deur eie handewerk sy onderhoud verdien het, is hy aan hoë eise van liggaamlike inspanning onderwerp. Hy het sy deel gehad aan liggaamlike ontberings soos honger en dors. Soms het omstandighede hom verplig om sonder kos te bly. Gebrekkige bedekking en verslete klere het hom aan koue en naaktheid blootgestel (Groenewald, 1985:159).

By die liggaamlike ontbering en uitputting kom 'n las wat nog swaarder is en wat die gees afmat. Elke dag is die apostel oorlaai met die bekommernis en sorge

oor die geestelike welsyn van die verskillende gemeentes (Vosloo & Van Rensburg, 1999:1543).

In dieselfde gedeelte (2 Kor. 12:7-10) vertel Paulus van die doring in sy vlees en drie keer versoek hy God om dit van hom weg te neem. Wanneer daar geen verligting kom nie, aanvaar hy dat die rede daarvoor is om hom nederig te hou en die geleentheid bied om geestelik te groei (Wright, 1993:266).

In dié gedeelte word aangetoon dat Paulus onderworpe was aan uitermatige stres. Sy lewe is in verskillende omstandighede bedreig. Sy liggaam is aan uiterstes onderwerp. Die mense het hom verneder en selfs God belas hom met 'n liggaamlike las. Hy het ook geweldige bekommernis beleef. Tog stel Paulus sy vertroue in God en aanvaar hy sy las ter wille van Christus.

## **2.4 BASISTEORETIESE PERSPEKTIEWE VANUIT DIE SKRIF OP STRESHANTERING**

In aansluiting met bevindings in 2.4, word vervolgens aandag gegee aan enkele Skrifgedeeltes wat meer lig kan werp op die hantering van stres deur die streslyer. Daar moet egter kennis geneem word dat die Skrif verskeie bemoedigende gedeeltes bevat wat gebruik kan word om die streslyer te ondersteun. Dit word egter nie alles in hierdie studie bespreek nie.

### **2.4.1 Geloofsvertroue, sekerheid en beloftes**

#### **Psalm 23**

Psalm 23 is 'n psalm wat uiting gee aan diepe en kalme geloofsvertroue in die Here onder alle omstandighede. Die Here versorg, lei en beskerm die digter met teerheid en innigheid. Die digter voel homself deel van 'n eie kudde van die liefdevolle Herder; 'n eregas aan sy tafel; 'n kind in Sy huis (Day, 1996:53).

Die digter bevestig sy vertroue in sy רעה (Herder), wat volgens Harris, Archer en Waltke (1981:853), geloof is vir sy genadige voorsiening in alle behoeftes. Die

heerser, in die geval God, is dikwels in die antieke geskiedenis die herder genoem vanweë sy vermoë om in die behoeftes van sy onderdane te voorsien.

Fabry (1986:88) stel dat Dawid die woord חסר (*behoefte*) gebruik om te bevestig dat hy geen tekort sal ly nie. Die woord is gekoppel aan sekerheid en belofte. Hierdie psalm straal sekerheid uit en die digter gebruik bekende elemente om aan te toon dat die Here Sy beloftes van onderskraging nie sal vergeet nie.

Selfs as die digter in vers 4 stel dat hy בגיא צלמורת (*in die vallei van skaduwee van die dood is*) word hy nie bang nie, want die Here is by hom. Die Here beskerm hom (Day, 1996:53). Plumer (1978:313) stel voor dat hier nie net aan die dood gedink moet word nie, maar ook aan hartseer, bedruktheid en vervolging. Daar kan selfs gedink word aan enige situasie wat die normale lewenspatroon van die digter omverwerp.

Dawid gaan voort deur te stel dat sy Herder, die Here, 'n stok en 'n staf gebruik om hom te beskerm. 'n Herder het hierdie items gebruik om sy kudde te beheer en te beskerm. Die gedagte dat God van 'n stok en staf gebruik maak, is vir die digter 'n bron van vertroosting. Dit gee aan hom 'n gevoel van sekuriteit, en daarom 'n gemoedelike gees (Keil & Delitzsch, 1982:331).

Die goedheid en liefde is so oorweldigend, dat die digter altyd by die Here, יהוה בבית (*in die huis van die Here*) wil wees. Hy is meer as 'n gas; hy is 'n inwoner by die Here; 'n kind van God – vir altyd (Day, 1996:53).

Hierdie psalm verleen aan die streslyer die versekering dat ten spyte van swaarkry, ongelukkigheid, moedeloosheid en benoudheid, die Here altyd daar is om die mens in alle situasies te lei, ondersteun en beskerm. Die beradene kan hieruit sien dat die lewe-geloofsvertroue vereis, want teëspoed, vermoeienis en donker dieptes bly deel van die mens se bestaan. Geloofsvertroue is gerig op die Here wat die Herder is, wat rus en vrede en nuwe krag gee, ook in tye van nood.

## 2.5.2 Geestelike kennis en insig: God is getrou

### Psalm 119:73-80

Volgens Calvyn (s.a.(b):445) begin die digter van Psalm 119 hierdie deel deur te bely dat deur God hom geskape het. Hierdie belydenis bring nie mee dat aanspraak op God gemaak word asof Hy iets aan die digter verskuldig is nie. Dit bring egter 'n afhanklikheidsmoment na vore wanneer die digter pleit: "... gee my insig dat ek u gebooie kan verstaan" (vers 1).

Bridges (1983:190) sluit hierby aan dat die digter, en daarmee saam elke gelowige wat hierdie gedeelte bely, pleit om geestelike insig en kennis: insig en kennis om die handeling van God te begryp en te aanvaar. Hierdie insig word verkry deur die Woord onder leiding van die Heilige Gees te bestudeer. In vers 75 erken die digter dat die bepalings van die Here "regverdig" is.

Die digter erken volgens Vosloo en van Rensburg (1999:691) nie net die reg van God om met hom te maak na goeie dinge nie, maar ook dat dit in God se hand is om hom te beproef deur lyding. Hierdie swaarkry is 'n teken van God se liefde vir Sy kind (vgl. Heb. 12:6; Openb. 3:19).

As kind van God het die digter en ook alle gelowiges ook die geleentheid om God te herinner aan Sy belofte. Hierdie belofte hou in dat God uitkoms uit die verdrukking sal gee. Gesien vanuit die lig van die Nuwe Testament, kan 1 Kor. 10:13 hier aangehaal word: "*Geen versoeking wat meer is as wat 'n mens kan weerstaan, het julle oorval nie. God is getrou. Hy sal nie toelaat dat julle bo julle kragte versoek word nie; as die versoeking kom, sal Hy ook die uitkoms gee, sodat julle dit kan weerstaan.*"

In die voorafgaande verse in Psalm 119 bevestig die digter sy afhanklik van God en wat dit vir hom inhou. In vers 77 vra die digter genade van God sodat hy bemoedig kan word. Hy vra om met God versoen te word (Calvyn, s.a. (b):458) sodat hy in die lig van God se Woord kan voortgaan met sy lewe.

Calvyn (s.a. (b):458) stel dat die mens sonder versoening met God dood is. Wanneer God egter Sy genade oor die sondaarmens laat skyn, word die lewe herstel en kan die mens voortgaan om te lewe met die krag wat hy deur die versoening van God ontvang het.

Die sondaarmens is in God se hand. Hier kan tot die gevolgtrekking gekom word dat die mens, ten spyte van die omstandighede waarin hy verkeer, of dit nou in lyding of beproewing, vreugde of verlossende situasie is, deur God daardeur gelei word. God ken elke mens want Hy het hom geskape. Die mens in nood het die belofte dat God, volgens hierdie psalm, uitkoms uit elke knellende situasie sal gee.

### **2.5.3 God is altyd teenwoordig, Hy ken die mens is nood**

#### **Psalm 139**

Hierdie psalm verkondig diep waarhede oor God, soos dat die Here alwetend is (vers 1-6), alomteenwoordig (vers 7-12), die Almagtige Skepper (vers 13-18). Die digter verkondig nie hierdie dinge as onpersoonlike waarhede nie, maar soos hy dit self in verband met sy lewe ervaar het. Hy kom tot die ontdekking dat hy die teenwoordigheid van God nie kan ontvlug nie. Hy het egter ook ontdek dat hierdie gedagte nie beklemmend hoef te wees nie, want die Here is welwillend by hom teenwoordig (Helberg, 1981:286).

In dié psalm kom na vore dat die digter bely dat die Almagtige God hom wonderlik saamgeweef het in sy moeder se liggaam. Lank voor die digter se geboorte was sy lewensdae al getel (Vosloo & Van Rensburg, 1999:702).

Die digter verkondig sy dank aan die Here vir die wete dat Hy hom deur en deur ken, ook sy doen en late, sy gedagtes, lewenspatroon en woorde. Dit is vir die digter te moeilik om te begryp, maar hy voel hom in die sorg van iemand groter as hyself.

Die Aramese vorm ידעת word hier in die perfektum gebruik. Dit beteken die “ken” van die mens deur God is ‘n voortdurende, in diepte ken. Dit sluit die totale mens in, sy siel, gees en liggaam (Keil & Delitzsch, 1982:345).

As die digter besef dat God alles weet en Hom intiem ken, kom daar ‘n wending in sy hart. Hy besef hoe wonderlik God is en dat die alwetende en alomteenwoordige God ook vir hom oneindig goed is. Hy is nie langer benoud of verskrik oor God se heerlikheid nie, maar vind juis sy gevoel van rus, veiligheid en geborgenheid in God. Die teenwoordigheid van die Here is vir hom ‘n steun en troos (De Witt, 1983:154).

Kalmte en vrede vind in hierdie psalm sy weg in die hart van die gelowige. Die mens in nood kan vanuit hierdie gedeelte versterk word met die wete dat God hom ken. God ken hom in diepte: sy slaap, opstaan, gedagtes, woorde en werke. Niks ontgaan Hom nie. Die mens kan met hierdie wete die versekering kry dat die teenwoordigheid van die Here vir hom ‘n steun en troos is. As die mens wil vlug, kan hy na God toe vlug. By die Here is daar uitkoms.

#### **2.5.4 God is in beheer; Hy bewaar**

##### **Jesaja 41:10**

Hierdie teksgedeelte kom uit die perikoop (Jes. 41:8-20) wat handel oor die verwagting van Israel op verlossing. Hulle is verskrik deur die werke van die Here in Babilon. Die volk van God word verseker dat hulle niks het om te vrees nie omdat Hy hulle uitverkies het as Sy kinders (Oswalt, 1998:89). God gaan die triomftog van Kores gebruik om hul verlossing te bewerk. Die Here spreek tot Israel as sy uitverkore dienaar. Hulle moet in gedagte hou dat geen struikelblok (vers 11-16) en geen behoefte (vers 17-20) aan die feit kan verander dat hulle God se uitverkorenes (vers 8-10) is en dat Hy hulle sal help nie (Oswalt, 1998:89).

In vers 8-9 word die Israeliete aangespreek as עבדִי (*my dienaar*), en juis daarom is hulle onder God se beskerming. Die uitverkore dienaarskap dagteken van Abraham, as vader van die Israeliete. Abraham אַבְרָם (*my vriend*), kan ook vertaal word met *my geliefde*. Hy is uit liefde deur God uitverkies om volksvader te wees (Oswalt, 1998:90). Die volk van God, as uitverkorenes op grond van die uitverkiesende liefde van God, het niks te vrees nie, God sal voorsien in hul nood.

God spreek sy uitverkorenes aan in vers 10 om אַל תִּירָא (*nie te vrees nie*). Volgens Van Gemeren (1997(b):532) kom hierdie formule saam met die frase, *Ek is die Here*, in die Ou Testament voor. Die opdrag om nie vreesbevange te wees nie hou dus die belofte in dat God altyd teenwoordig is.

Saam met opdrag om nie bevrees te wees nie, word ook versoek om nie חֲשׂוֹתָה (*rond te kyk nie*). Die beangste persoon kry die versekering dat God teenwoordig is. Daar is geen rede om bevrees rond te kyk nie (Van Gemeren, 1997(d):201).

Die Here gaan voort deur aan Israel die belofte te gee dat Hy hulle sal אֲמַצְחֶיךָ (*sterk maak*). Die krag van die Here sal Israel ondersteun en haar in tye van nood deur Sy ondersteunende regterhand regop hou (Van Gemeren, 1997(a):438).

Hierdie God wat hulle ondersteun is nie maar net een van die gode van die heidendom nie, Hy is הוּא (*Ek is*), die verbondsgod (Van Gemeren, 1997(a):1024), wat Sy beloftes nooit vergeet nie.

God se regterhand is volgens Young (1972:85) die teken van God se krag en mag. As God met Ssy regterhand vashou, beteken dit seën, want God is in beheer van 'n situasie.

Dit is vir die gevalle mens 'n wonderlike vertroosting om te weet dat God hom vashou in Sy regterhand vashou. Daar is geen rede om bang te wees of beangs rond te kyk nie, want God is daar. Hy sal bewaar, al lyk dit of die gevaar oorweldigend is, gee God uitkoms.

### **2.5.5 Daar is uitkoms by Jesus; die mens het gemoedsrus**

#### **Matteus 11:28 - 30**

Jesus openbaar in hierdie gedeelte dat Sy almag en Goddelikheid geen verandering vir mense in nood is om na Hom te kom nie. Inteendeel, as die Seun van God wat almagtig is, is Hy toeganklik vir almal wat Hom soek (Floor, 1981:92).

Jesus kom in hierdie gedeelte met 'n uitnodiging aan almal wat κοπιωντες (*vermoeid is*), volgens Hauck (1982:827) en Louw en Nida (1988:260) fisieke moegheid wat as gevolg van werk, uitputting of hitte teweeg gebring word, om hulle vermoeidheid na Hom te bring. Ook hulle wat πεφορτισμενοι (*swaar dra*) aan 'n vrag of las. Dit sluit fisieke en geestelike smart, sorg en laste in (Weiss, 1979:86). Calvyn (1970:163) sluit hierby aan en noem ook die druk van die sonde as 'n las. Bewustheid van die sonde kan die gelowige benoud maak. Vosloo en Van Rensburg, (1999:1139) stel dat die las wat die wettiese godsdiens van die Fariseërs en Skrifgeleerdes, 'n religie van selfverlossing, vir die Joodse volk te swaar geword het.

Dit is volgens Blomberg (1992:195) duidelik dat die uitnodiging deur Jesus om na Hom te kom, inhou dat diegene wat die uitnodiging aanneem, in Hom glo. Sulke geloof is kennis, instemming en vertrouwe alles in een. Verder moet in gedagte gehou word dat geloof 'n gawe van die Heilige Gees is wat die vrug van die Gees voortbring: liefde, vreugde, vrede, geduld, vriendelikheid, goedhartigheid, getrouheid, nederigheid en selfbeheersing (vgl. Gal. 5:22).

Dit is belangrik om kennis te neem dat Jesus se uitnodiging aan almal wat uitgeput en belas is, ook vir vandag geld. Die belofte van αναπαυσω (*verfrissing* of *uitrus*) (Louw & Nida, 1988:261) hou ook in die gemoedsrus van hart en siel (Hendriksen, 1976:504). Calvyn (1970:163) stel dat die mens wat magteloos is van swaarkry, vatbaar is om die genade van Jesus Christus te ontvang en aan te neem.

Saam met die belofte van rus en aanneem van Jesus as Verlosser, is daar ook die versekering dat die gelowige rus vir sy siel sal ontvang. Die gelowige moet egter van Jesus, dit is van Sy verlossingswerk, leer en kennis opdoen (Hendriksen, 1976:505).

Jesus se las (juk) is lig. Grosheide (1954:186) verklaar dat die juk van Jesus vir die mens aangepas is. Dit kan in liefde gedra word.

Wanneer die uitnodiging van Jesus van die hand gewys word, sal die mens onrustig, vermoeid en gekwel bly (Calvyn, 1970:166).

Hier kan geformuleer word dat ten spyte van swaarkry, benoudheid of uitputting, daar tog uitkoms is. Dié uitkoms is Jesus Christus. Jesus Christus nooi almal uit om na Hom te kom en verfris te word. Sy las is lig, want dit is aangepas vir die mens se persoonlike vermoë.

## 2.5 SAMEVATTING

- Pastorale berading is *cura animarum*.
- Pastorale berading is die verkondiging van die versoening van Jesus Christus deur 'n gesant van God met die oog op vertroosting, vermaning en opbouing in die geloof.

- Die Skrif toon onder meer die volgende voorbeelde waar daar afgelei kan word dat gelowige stres beleef het:
  - Verlies van geliefdes (Job 1)
  - Geestelike en fisieke pyn (Job 2:13)
  - Intense gevaar (Ps. 57:2; 2 Kor. 11:24, 25)
  - Vrees vir dood (1 Kon. 19:3)
  - Angs of benoudheid (Luk. 22:44; 2 Kor. 11:24, 25)
  - Bedruktheid, hartseer asook vervolging (Ps. 23:4)
  - Fisieke smart en sorg (Matt. 11:28).
  
- Die streslyer kan sy stres hanteer soos die volgende Skrifgedeeltes aantoon:
  - Geloofsvertroue (Ps. 23:4)
  - Insig en kennis van God (Ps. 119:1)
  - God ken die mens in diepte (Ps. 139:2)
  - God is oral teenwoordig (Ps. 139:7-10)
  - God is altyd teenwoordig en daarom beskikbaar vir sy kind (Jes. 41:10)
  - God gee rus en kalmte aan sy kind (Matt. 11:28)

Die basisteoretiese perspektiewe vanuit die enkele gedeeltes kan lig werp by die daarstel van 'n praktykteoretiese beradingsmodel wat met vrug gebruik kan word in berading aan die SAPD-lid.

## **Hoofstuk 3**

# **METATEORETIESE PERSPEKTIEWE OP DIE BELEWING VAN STRES DEUR DIE LID VAN DIE SAPD**

### **3.1 INLEIDING**

Metateorie is die teorie waarin die wetenskaplike vertrekpunte uitgespel word wat raakvlakke met ander vakke deel, dit wil sê vakke wat aspekte van dieselfde werklikheidsveld ondersoek (Venter, 1996:89). Deur die metateorie word die basisteorie verhelder en belig vanuit ander deelwetenskappe. Die metateorie word saam met die basisteorie aangewend om 'n praktykteorie daar te stel.

Die resultaat van hierdie studie is gebaseer op teoretiese sowel as empiriese navorsing. Vir sinvolle prakties-teologiese teorievorming is empiriese werk ook nodig. Venter (1996:89-90) stel dat deur middel van 'n empiriese ondersoek die praktyk en situasie ontleed word waarna 'n nuwe praktykteorie daargestel word.

Daar word in hierdie studie van die standpunt af uitgegaan dat God die mens as 'n eenheid geskape het en dat die mens ook as eenheid reageer op veranderings in die eksterne en interne omgewing wat hy óf as uitdagings óf as bedreiging interpreteer. 'n Teosentriese benadering, naamlik dat die mens deur God die Vader geskape is, die mens deur God die Seun verlos is en dat die mens deur God die Heilige Gees vernuwe en op 'n weg na 'n nuwe toekoms geplaas word, sal as mensebeskouing gehandhaaf word (Van Wyk, 1993:93).

Verhoef (2000:98) verklaar dat alle mense aan God verbonde is en dat hierdie band met God direkte betekenis het vir die bepaling en interpretasie van eiewaarde, selfkonsep of selfbeeld. Hierdie studie sal dus ook vanuit hierdie hoek benader word.

## **3.2 DOELSTELLING**

In hierdie hoofstuk word die aandag gevestig op die lid van die SAPD wat aan stres ly en die uitwerking daarvan op sy lewe en omgewing. Daar word ondersoek ingestel na ander hulpwetenskappe soos die psigologie, fisiologie en kriminologie se hantering en voorkoming van stres in die algemeen asook by die SAPD-lid.

Volgens die Nexus Databasisstelsel het daar die afgelope 16 jaar in Suid-Afrika, sedert 1985 30 verhandelings of proefskrifte in Psigologie, vier in Kriminologie, een in Gesondheidswetenskappe en een in Publieke Administrasie verskyn wat stres in die een of ander vorm in die SAPD (23) of ander beroepe (7) bestudeer het.

Daar is baie belangstelling in die polisiebeampte wat aan uitermate hoë stres blootgestel word. Hierdie belangstelling word weerspieël in die aantal publikasies, naamlik 50, wat volgens die internet webblad Amazon.com [[www.amazon.com/exec/obidos/search-handle/form/105-0233501-7214352](http://www.amazon.com/exec/obidos/search-handle/form/105-0233501-7214352)] sedert 1983 oor dié onderwerp verskyn het.

## **3.3 STRES**

### **3.3.1 Definisies van stres**

Boshoff (1984:1) stel dat die geskiedenis van stresnavorsing teruggevoer kan word na 1936 toe Hans Selye 'n reeks proefnemings op diere uitgevoer het. Tog is daar dikwels verwarring oor wat stres werklik is. Stres word dikwels met angs, spanning en selfs met depressie verwar.

Daar is nie eenstemmigheid oor 'n definisie van stres nie. Volgens Farber (1983:4) bring die feit dat elke individu se persepsie en reaksie op stres van persoon tot persoon verskil, mee dat stres uiters subjektief is. Dit maak dit dus moeilik om 'n meetbare definisie van stres te gee.

Brown en Campbell (1995:14) stel dat drie benaderings tot die definisie van stres geïdentifiseer kan word:

- Eerstens kan stres gedefinieer word as stimuli van buite, met ander woorde eksterne faktore wat fisieke en psigiese ongemak veroorsaak.
- 'n Verdere definisie is waar daar verskeie reaksies of optredes is as gevolg van stres, byvoorbeeld die onmiddellik ontstelde reaksie en die veg-of-vlug-reaksie.
- Laastens stel Brown en Campbell (1995:15) dat 'n verdere moontlike definisie van stres afgelei kan word van die onderskeie hantering van stres deur individue. Wat vir die een persoon stresvol is, is vir die volgende stimulasie om harder te werk.

Selye (1957:64) het drie fases van stres onderskei, soos opgesom deur Malan (1991:4), naamlik:

- (i) 'n Alarmreaksie waar die aktivering van fisiologiese sisteme voorkom maar die aanpassing nog nie plaasgevind het nie;
- (ii) 'n weerstandfase waartydens adaptasie ten opsigte van die stimulus of stressor optimaal plaasvind;
- (iii) 'n uitputtingsfase waartydens die adaptasievermoë verlore gaan en prepatologiese en patologiese simptome verskyn.

Thompson *et al.* (1994:2) gebruik die definisie van stres soos voorgestel deur Arriba en James wat stel dat stres die mens se respons op onaanvaarbare vlakke van spanning is. Dit is die *reaksie op die spanning*, nie die spanning self nie.

Huisamen (1993:18) definieer stres as '*n fisiologiese en psigologiese respons op uitdagings en bedreigings wat in 'n persoon se lewe voorkom*. In wese kan aanvaar word dat polisiestres 'n wanbalans is tussen die polisiebeampte se

vermoëns om doeltreffend aan sy beroepsvereistes te voldoen en terselfdertyd doeltreffend op te tree.

Blignaut (1998:19) is van mening dat die ervaring van 'n traumatiese insident (byvoorbeeld 'n ongeluk, skietvoorval, bomontploffing, dood, egskeiding, enige voorval waar die identiteit van 'n persoon geskend word) 'n invloed het op 'n persoon se verhouding met die gemeenskap, sy/haar werk, familie, huwelik, geloof en interpersoonlike verhoudings.

Die Instituut vir Gedragwetenskappe, Streek H1, Noord-Transvaal van die SAPD, stel dat polisiestres gedefinieer kan word as 'n waargenome wanbalans tussen beroepsvereistes en die polisiebeampte se vermoë om doeltreffend te reageer, waar mislukking feitlik altyd ernstige gevolge inhou (Anon (c), 1993:6).

Na aanleiding van al die verskillende definisies van stres kan tot die gevolgtrekking gekom word dat *stres die reaksie van 'n persoon is op skadelike en onaangename interne en eksterne stimuli, wat gekenmerk word deur die balansversteuring tussen die individu en sy omgewing.*

### **3.3 2 Die stresproses**

Malan (1991:11) beweer aan die hand van die stresmodel van Cox en Mackay dat persepsie 'n kardinaal belangrike rol in die ontstaan van 'n stresreaksie speel. Die werklike eis en die persoon wat aan stres blootgestel word se werklike vermoëns is van veel minder belang as sy persepsie van die eis en sy persepsie van sy eie vermoëns. Hierdie persepsies sal bepaal of die eis deur die persoon as 'n uitdaging wat oorkom kan word ervaar word, of as 'n bedreiging wat nie oorkom kan word nie.

Die stresreaksie behels volgens Venter (1993:23) vier amper gelyktydige prosesse:

- Die eerste proses is biochemies van aard en begin wanneer die spiere in die liggaam mobiliseer ter voorbereiding op die aktiwiteit.
- Die tweede proses is 'n skerp verhoging in energieverbruik. Die mobilisasie plaas die liggaam in 'n staat van gereedheid en gebruik aansienlike hoeveelheid energie.
- Die derde proses wat deel uitmaak van die stresreaksie is die spieraksie betrokke in die veg-of-vlug-reaksie. Al die mobilisasie en energieverbruik het ten doel die doeltreffende optrede om stres te elimineer of daarvan te ontsnap.
- In die vierde stadium van die stresreaksie behoort die liggaam na 'n staat van ewililibrium terug te keer. Wanneer hierdie laaste stadium nie plaasvind nie, kan die gevolg totale uitputting wees.

Deur middel van die ontwikkeling van 'n metode om lewensverandering te tabuleer en te kwantifiseer, is dit moontlik om te bepaal in watter mate 'n individu wat oor 'n kort tydperk 'n groot aantal veranderings ondergaan het, meer vatbaar is vir siektetoestande. Holmes en Rahe, professore in psigiatrie aan die Universiteit van Washington, het sodanige tabel ontwikkel volgens Boshoff (1984:52), Clinebell (1994:188-190) en Minirth *et al.* (1992:136). Hierdie tabel word tans wêreldwyd gebruik om die stresvlak van 'n persoon te bepaal.

#### **HOLMES EN RAHE SE RANGORDE VAN RESENTE STRESVOLLE LEWENSGEBEURE**

| RANGORDE | GEBEURTENIS         | WAARDE |
|----------|---------------------|--------|
| 1        | Dood van eggenoot   | 100    |
| 2        | Egskeiding          | 73     |
| 3        | Skeiding in huwelik | 65     |
| 4        | Tronkstraf          | 63     |

|    |                                            |    |
|----|--------------------------------------------|----|
| 5  | Dood van 'n gesinslid                      | 63 |
| 6  | Persoonlike besering of siekte             | 53 |
| 7  | Huwelik                                    | 50 |
| 8  | Afdanking                                  | 47 |
| 9  | Hereniging van huwelik                     | 45 |
| 10 | Aftrede                                    | 45 |
| 11 | Verandering in gesin se gesondheid         | 44 |
| 12 | Swangerskap                                | 40 |
| 13 | Seksuele probleme                          | 39 |
| 14 | Geboorte van 'n kind                       | 39 |
| 15 | Aanpassing in besigheid/werk               | 39 |
| 16 | Verandering in finansiële status           | 38 |
| 17 | Dood van 'n hegte vriend(in)               | 37 |
| 18 | Verandering in werkstaak                   | 36 |
| 19 | Verband of lening oor R10 000              | 35 |
| 20 | Beplanning vir 'n verband of lening        | 31 |
| 21 | Verandering in aantal argumente in huwelik | 30 |
| 22 | Seun of dogter verlaat huis                | 29 |
| 23 | Probleme met skoonfamilie                  | 29 |
| 24 | Verandering in verantwoordelikheid by werk | 29 |
| 25 | Bogemiddelde persoonlike prestasie         | 28 |
| 26 | Eggenoot/Eggenote begin of hou op werk     | 26 |
| 27 | Begin of beëindig skoolloopbaan            | 26 |
| 28 | Verandering in lewensomstandighede         | 25 |
| 29 | Verandering in persoonlike gewoontes       | 24 |
| 30 | Probleme met ondergeskiktes by werk        | 23 |
| 31 | Verandering in werkstoestand en –ure       | 20 |
| 32 | Verandering in woonplek                    | 20 |
| 33 | Verandering van skool                      | 20 |
| 34 | Verandering in ontspanningsgewoontes       | 19 |

|    |                                          |    |
|----|------------------------------------------|----|
| 35 | Verandering in godsdienstige aktiwiteite | 19 |
| 36 | Verandering in sosiale aktiwiteite       | 18 |
| 37 | Verband of lening minder as R10 000      | 17 |
| 38 | Verandering in slaapgewoontes            | 16 |
| 39 | Verandering in aantal familiebyeenkomste | 15 |
| 40 | Verandering in eetgewoontes              | 15 |
| 41 | Vakansie                                 | 13 |
| 42 | Kersseisoen                              | 12 |
| 43 | Geringe oortreding van die wet           | 11 |

Indien die totale waarde 200 of hoër is, dui dit daarop dat die betrokke individu meer as vyftig persent kans het om 'n fisieke siektetoestand te ontwikkel (Boshoff, 1984:53).

### **3.3.3 Die ontwikkeling van die begrip stres**

Die idee van stres is baie oud. Selfs die prehistoriese mens moes daarmee te doen gehad het in die vorm van pyn, vrees en uitputting. Hulle het sekerlik daarvan kennis geneem dat hulle die perke van hul uithouvermoë bereik of dit oorskry het (Boshoff, 1984:5).

Boshoff (1984:5) beweer verder dat die mens sekerlik daarvan kennis sou geneem het dat sy reaksies op bepaalde ervarings 'n sekere patroon sou aanneem en dat hy sekere ervarings nie lank kon verduur nie. Die mens sou sekere aanpassings in sy gedrag moes maak om die stres te verlig.

In 1925 het dr Hans Selye, eerste bekende persoon wat aan die stressindroom aandag gegee het, gevind dat sekere pasiënte siek is sonder enige noemenswaardige simptome (Selye, 1957:14). Hy ontwikkel deur navorsing op rotte die Algemene Aanpassingsindroom (Selye, 1983:4). Die Algemene Aanpassingsindroom (AAS) is die reaksie van organismes op stresstimuli en hantering van dié stimuli.

Selye, wat in sy Stresinstituut in Montreal, Kanada, stresnavorsing bekend gemaak het, het sy aandag veral toegespits op die uitwerking van byniertkorkshormone op die liggaam en die invloed daarvan op stres (Malan, 1991:3). Dit is belangrik om kennis te neem van die hormoonveranderings in die mens, aangesien dit lig kan werp op die streservarings van die mens.

### **3.4 AARD VAN STRES BY DIE SAPD-LID**

#### **3.4.1 Inleiding**

Daar bestaan 'n groot mate van onkunde aangaande die oorsake van stres. Swak eetgewoontes, gebrekkige fisieke oefening en veral die werksituasie wat 'n bydrae tot stres lewer, word dikwels geïgnoreer (Boshoff, 1984:1).

Stres in die werksituasie is so algemeen dat daar geneig word om dit as deel van alledaagse roetine te aanvaar (Boshoff, 1984:34).

Stres in matige hoeveelhede is nie skadelik vir die mens nie. Stres is in werklikheid noodsaaklik ten einde doeltreffend te kan funksioneer (Boshoff, 1984:40; Thompson *et al.*, 1994:2).

#### **3.4.2 Oorsake van stres by lid van SAPD**

Daar word voortdurend van die SAPD-lid gevra om hom bloot te stel aan fisieke en psigiese gevare wat tot stres kan lei. Hy word gereeld blootgestel aan geweld, wreedheid en vyandigheid en moet dikwels kritieke besluite in 'n breukdeel van 'n sekonde neem (Boshoff, 1984:81; Huisamen 1993:18; Laubscher, 1998:156).

Mulders (1998:14) noem die volgende faktore wat bydra tot trauma en stres:

- Die veelvuldige voorkoms van gebeurtenis;
- persoonlike probleme (siekte in familie, verlies van 'n geliefde);
- eensaamheid (geen vriende);
- misbruik van alkohol en dwelms;

- nie in staat om emosies te toon nie;
- seksuele probleme/misbruik in jeug;
- situasie waar persoon met die dood gekonfronteer is;
- situasies waar kinders by betrokke is (mishandeling, dood);
- tydsduur van voorval (gyselaarsdrama wat weke duur);
- aktief of passief (kon jy iets aan die situasie verander of nie, werklading);
- veroordeel deur ander (skiet iemand in uitvoering van opdrag); en
- gebrek aan sosiale ondersteuning (familie, kollegas, hoofde).

Huisamen (1993:18) voeg by bogenoemde ook nog huweliks- en gesinsprobleme, verplasing na 'n ander eenheid en armoede.

Goldfarb en Aumiller (2000:1) het bevind dat die oorsake van stres ook die volgende kan wees:

- 'n Persoon dood in uitvoering van plig;
- meelewing van dood van makker in uitvoering van plig;
- geen ondersteuning deur meerderes;
- skofwerk en ontwrigting van gesinstyd/familiebyeenkomste; en
- daaglikse sleur van negatiewe houding van publiek.

Stutterheim (1998:112) stel die volgende oorsake van stres soos bepaal deur die Maatskaplike Dienste in die SAPD:

- Die jeugdigheid van lede (sommige rekrute is 18 jaar oud) wat in gevaarlike en grusame omstandighede moet werk. Hierdie lede, in hul laat adolessensie en vroeë volwasse stadia, word die meeste aan skietinsidente blootgestel. Dit is abnormaal dat 'n persoon in hierdie ouderdomsgroep aan soveel stres blootgestel word.
- Polisiestasies is dikwels in afgesonderde gebiede geleë waar inwoners van dorpie hoofsaaklik uit lede van die SAPD bestaan. Voorbeelde is Heuningvlei, Onseepkans, Pella en Middelpot. Die gebrek aan

interpersoonlike verhoudings en ontspanningsgeriewe lei tot alkoholmisbruik en huweliksprobleme.

- Getroude lede op afgeleë plekke se kinders moet dikwels vanaf 'n baie vroeë ouderdom in skoolkoshuise geplaas word. Ander geriewe soos mediese dokters en hospitale wat ver is, bring hoë onkoste en ongerief mee.
- In die SAPD lei die kantienkultuur waar drank teen afslagpryse beskikbaar is, dikwels tot alkoholmisbruik.
- Finansiële probleme word ervaar as gevolg van swak beplanning en lede wat verantwoordelik is vir die onderhoud van die uitgebreide familie/gesin.
- Die huidige transformasieproses het 'n radikale invloed op die SAPD-lid se loopbaan sowel as die stabiliteit in hul gesinslewe.
- Die afwesigheid van die nodige bekwaamhede om sekere situasies te kan hanteer, soos om met die publiek en getraumatiseerde slagoffers te werk, lei tot spanning; asook
- rassekonflik by eenhede en polisiestasies; en
- die moratorium op oorplasings.

Dit is belangrik om in gedagte te hou dat stres ook 'n latente fase kan betree en slegs na vore kom wanneer sogenaamde sekondêre simptome (of situasies geassosieer met stres) na vore tree. Dit is moontlik dat SAPD-lede wat tekens van stres toon, aan "latente" stres ly (Feldmann, 1994:1).

Enkele faktore wat tot stres by die SAPD-lid bydra, sal vervolgens kortliks bespreek word.

#### **3.4.2.1 Skofwerk**

Kroes (1977:29) beweer dat die probleem met skofwerk daarin lê dat die polisielid psigologies sowel as fisiologies moeilik aanpas by die ongewone slaap-waaksaam-siklus. Hierdie stelling word bevestig deur die Instituut vir

Gedragswetenskappe, streek H1, Noord-Transvaal van die SAPD (Anon (c), 1993:7) Om hierdie probleem na behore te begryp, is dit nodig om kortliks aandag te gee aan die psigologiese sowel as die fisiologiese komponente wat die individu beïnvloed.

Dit is belangrik om kennis te neem dat die liggaam fisiologies in siklusse funksioneer. Die liggaam se metabolisme, fluktuasie van liggaamstemperatuur, afskeiding van vloeistowwe en hormone, hartklop en velgeleidingsvermoë funksioneer volgens bepaalde ritmes of siklusse. Skofwerk veroorsaak 'n konflik in die fisiologiese ritmes van die liggaam en bring gevolglik stres mee (Kroes, 1977:30).

Die samelewing is op 'n dag/nag-skedule ingestel. Sekere aksies vind plaas in die dag, ander in die nag. Dit is dus vir die skofwerkende SAPD-lid ontwrigtend indien gesinslede hul lewe inrig volgens die dagskedule en die lid moet snags werk (Anon (c), 1993:7). Sy gesin ly daaronder, aangesien die SAPD-lid nie deel in die gesinslewe nie omdat hy slaap as hulle wakker is en werk wanneer hulle slaap. Dit kan verwoestende gevolge vir sy huwelik en gesinslewe inhou.

Kroes (1977:33) beweer dat baie probleme wat deur kinders ondervind word, direk afgelei kan word van die feit dat die vader of moeder nie tuis was (as gevolg van skofwerk) toe die kind die betrokke ouer in sy lewe nodig gehad het nie. Die verhouding tussen ouer en kind word verwaarloos, die kind voel uitgesluit en dit veroorsaak weer psigologiese probleme by die kind.

Skofwerk ontwrig dus die polisiebeampte se lewe, wat tot stres kan lei. Dit kan bydra tot onproduktiwiteit, negatiewe houdings teenoor kollegas en 'n gebrek aan waaksaamheid in gevaarsituasies.

Uit die empiriese studie blyk dit dat respondente skofwerk aanvaar as 'n werklikheid en daarmee saamleef. Slegs 10,8 % van die respondente het skofwerk as 'n stresfaktor in hul lewens ervaar.

### **3.4.2.2 Rolkonflik**

Rolkonflik kom voor wanneer die individu aan teenstrydige verwagtings blootgestel word. Die konflik wat veral interpersoonlike teenstrydigheid meebring, kom na vore in onder meer uitsprake soos: "Ek weet nie wat om te doen nie. Daar is te veel toesighouers wat vir die polisiebeampte sê wat om te doen" (Pieters, 1995:10).

Pieters (1995:10) brei op bogenoemde stelling uit deur te stel dat die veronderstelling gemaak kan word dat die polisiebeampte dikwels hom/haar in 'n eskalerende konfliksituasie bevind. Die rede vir dié veronderstelling is dat daar 'n persepsie by die publiek skyn te bestaan dat die polisiebeampte ten alle tye sal weet hoe om op te tree, uitsprake te maak, regverdige beslissings te vel en besluite te neem. Uiteraard kan dit druk op die polisiebeampte plaas om op kort kennisgewing, en dikwels onder intense emosionele omstandighede, altyd korrek op te tree. Sou dit gebeur dat die individuele polisiebeampte onseker voel oor die verwagtings van sy toesighouers en daarom nie onvoorwaardelik op hul steun kan staat maak nie, kan aanvaar word dat 'n intense gevoel van teenstrydigheid ervaar kan word.

Hierdie teenstrydigheid plaas onnodige druk op die polisiebeampte, wat in 'n stressituasie kan ontaard.

### **3.4.2.3 Werkoormoed**

Oormoed van werk is wanneer daar te veel werk is wat in 'n gegewe tyd afgehandel moet word óf die werk is te moeilik vir die SAPD-lid wat dit moet afhandel (Anon (c), 1993:7). Brown en Campbell (1995:26) stel dat 'n tekort aan personeel asook lang werkure 'n potensiële bron van stres is. Volgens 'n

bevinding deur die Instituut vir Sekerheidstudies en Nedbank (Anon (g), 2001:4) was daar in 2000 'n daling van 10,5 % in die die getal SAPD-lede. Dit stel die getal SAPD-lede op 21 April 2001 op 102 354, 'n wesenlike tekort as die misdaadsyfer in ag geneem word.

Gesien vanuit die feit dat die SAPD meestal 'n tekort aan personeel het, stel Boshoff (1984:93) asook Anon (c), (1993:7) dat daar nie genoeg lede is om klagte te hanteer nie. Potgieter (2001(a):6) beweer dat 'n derde van die SAPD-lede ongeletterd is en dat 10000 polisieledes nie geldige rybewyse het nie. Dit veroorsaak dat SAPD-lede meer dossiere moet hanteer as waartoe hulle kan baasraak. Die hoë verwagtings wat die publiek van die polisiebeampte koester, dra by tot oorbelading.

Boshoff (1984:94) gaan voort deur te stel dat as gevolg van die feit dat die polisiebeampte in werklikheid 24 uur per dag aan diens is, selfs wanneer hy met verlof is, daar altyd van hom verwag word om op te tree, dit duidelik is dat oorbelading 'n probleem by polisiebeampte.

Dat oorbelading van werk in die SAPD is 'n wesenlike probleem, word bevestig deur 43,2 % van die respondente wat aan die empiriese navorsing deelgeneem het. Daarmee saam gaan ook die feit dat werk nie na behore uitgevoer kan word nie omdat daar volgens 37,8 % van die respondente nie voldoende hulpmiddels is om die werk te doen nie.

#### **3.4.2.4 Werkverhoudings**

Brown en Campbell (1995:29) het gevind dat die wyse waarop senior offisiere hul ondergeskiktes in die Polisiediens behandel, 'n groot bron van stres is. Swak kommunikasie, swak konsultasies, foutvindery en die afwesigheid van belangstelling in individuele lede dra by tot stres. Administratiewe prosedures en rompslomp word deur 40,5 % van die respondente in die empiriese navorsing genoem as bydraende faktore tot swak werkverhoudings.

Die SAPD-lid word verder dikwels krimineel en/of departementeel verantwoordelik gehou vir sy optrede en die geringste misstap lei tot vervolging. Erkenning vir prestasie word dikwels agterweë gelaat (Anon (c), 1993:7). De Haas (1998:26) stel dat swart lede van die SAPD toenemende stres ervaar in die werksituasie as gevolg van rassisme en diskriminasie op grond van kleur, traagheid van SAPD om geld aan hulle verskuldig uit te betaal en 'n frustrasie omdat aansoeke om bevorderings oor die hoof gesien word. Sowat 18,9 % van die respondente in die empiriese navorsing het aangedui dat hulle rassiespanning in die werksituasie ervaar.

Die stelling dat die SAPD-lid nie altyd die nodige ondersteuning van sy bestuurders ontvang nie, bring mee dat die lid geen sekuriteit ervaar in sy omstandighede nie, wat bydra tot stres. Hy word altyd beide krimineel en/of departementeel verantwoordelik gehou vir sy optrede en die geringste misstap kan tot vervolging lei. Verder veroorsaak die gebrek aan erkenning by prestasie dat SAPD-lid nie altyd na vermoë sy werk verrig nie (Boshoff, 1984:83; Anon (c), 1993:6).

Bewerings word gemaak dat die SAPD-lid geen inspraak in besluitneming het nie en dat die bestuur sy behoeftes ignoreer. Dié stelling word bevestig deur 24,3 % van SAPD-lede in die empiriese navorsing. Verder beskou bevelvoerders polisiebeamptes nie as professioneel nie hoewel daar van beamptes verwag word om hoogs professioneel op te tree (Anon (c), 1993:7). Dit lei tot 'n gevoel van magteloosheid by die SAPD-lid.

#### **3.4.2.5 Beroepsontwikkelingsfaktore**

Volgens Nel en Burgers (1998:20) word verskeie SAPD-lede as gevolg van stresverwante siektes medies ongeskik verklaar om te werk. Sulke afleggings het sedert 1991 dramaties toegeneem. Dit dui aan dat baie SAPD-lede in hul omstandighede blootgestel word aan traumatiese gebeure wat hulle ontoereikend en sonder ondersteuning laat voel.

As gevolg van die dramatiese veranderings op politieke en sosiale omgewings, ervaar baie lank diensdoende en konserwatiewe lede dat die nuwe polisiëringsrol verwarrend sowel as traumaties is. Baie lede is nie voorbereid op die omvang van die veranderings nie en is selfs onwillig of nie in staat om aan te pas nie. Baie ervaar ook onsekerheid aangaande die implementering van die Waarheids- en Versoeningskommissie se bevindings (Nel & Burgers, 1998:22).

Volgens Botha (1997:46) het internasionale navorsing gewys dat polisiebeamptes stres ervaar tydens en na aftrede. Holmes en Rahe se *Rangorde van resente stresvolle lewensgebeure* (vgl. Minirth *et al.*, 1992:136) toon aftrede as onder die eerste tien items wat aanleiding ge tot stres. Voor aftrede is daar assosiasie met kollegas in SAPD, sekuriteit en status van rang en werkomgewing en 'n vaste inkomste. Na aftrede en dan in besonder gedwonge aftrede as gevolg van regstellende aksie of traumatiese ervarings, is sekuriteit, van vaste salaris en vriende nie altyd so seker nie.

Die bestuur van finansies is volgens Botha (1997:46) daarom baie noodsaaklik. Verkeerde beleggings en onnadenkende besteding kan meebring dat polisiebeampte in finansiële nood verkeer, wat onnodige stres meebring. Dit kan weer sy fisieke toestand beïnvloed.

As aftrede 'n stresfaktor by die SAPD is, is personeelvermindering nog 'n groter stressor. Die verlies van werk beteken ook die verlies van die belangrikste algemene bron van behoeftevervulling. Wanneer mense hul werk as materieel en sielkundig lonend ervaar, gee dit sin en betekenis aan die lewe (Slabbert, 1993:43). Afdanking is ook as gevolg van rasionalisering en regstellende aksie 'n werklikheid in die SAPD.

Volgens prof. Leon Coetsee (1984: ??) van die Nagraadse Skool vir Bestuurswese aan die PU vir CHO, laat verpligte diensbeëindiging by mense

vrae ontstaan oor hul sukses, nie net in werkverband nie, maar ook as mens (Slabbert, 1993:43).

Die impak van personeelvermindering op die organisasie is so groot dat mnr N. MacDonald, besturende direkteur van Career Transition International (Slabbert, 1993:43) aanbeveel dat in die herstrukturering wat personeelrasionalisasie meebring, daar aan drie groepe mense berading gegee moet word. Dit is naamlik aan diegene wat die nuus van aflegging aan hul kollegas en ondergeskiktes moet oordra; die mense wat afgelê word met hul gesinne; en die werkers wat agterbly.

'n Verdere faktor wat tot stres by die SAPD-lid bydra, is betreding van die middeljare. In hierdie tydperk van die lewe kom die mens tot die besef dat die lewe besig is om verby te gaan en dat belangrike lewensdoelwitte soos die verkryging van 'n senior rang, nie verwesenlik sal word nie. Dit is die tydperk waar bewus geraak word van die naderende dood en gevolge wat dit vir gesinslede kan inhou (Collins, 1988:200). In dié tydperk vind daar ook fisieke, endokriene en seksuele veranderinge in die persoon plaas (Lotter, 2000:1) wat weer onnodige stres op die SAPD-lid kan plaas.

Prinsloo (2000:103) het bevind dat die middeljare dikwels tot 'n identiteitskrisis met gepaardgaande probleme lei. Die persoon wil dikwels van beroep verander en begin 'n buite-egtelike verhouding met 'n jonger persoon om te bewys dat hy geen van sy vroeëre krag en energie verloor het nie, dikwels met tragiese gevolge vir sy huwelik en werksituasie.

Swak salarisse en 'n gebrek of gesloer met bevorderings is 'n verdere probleem waarmee die SAPD-lid te kampe het. Van die respondente wat gereageer het op die vraelys gebruik in die empiriese studie, het 56,7 % aangedui dat swak salarisse stres by hulle veroorsaak. Sowat 35,1 % het gekla oor die bestaande bevorderingspraktyke.

### 3.4.2.6 Seksuele teistering

Seksuele teistering is 'n bron van stres vir vroue in die algemeen maar ook vir die vroulike lid in die Polisie diens. Volgens Lourens (1996:91) word nie net die waardigheid van vroue aangetas nie, maar kom daar ook gevalle voor waar die waardigheid van mans deur seksuele teistering aangetas word.

Seksuele teistering kan omskryf word as onwelkome, aanstootlike gedrag van 'n seksuele aard, wat as seksuele diskriminasie geklassifiseer kan word (Lourens, 1996:91). Verder maak seksuele teistering ook inbreuk op die slagoffer se reg op liggaam, integriteit en persoonlikheid.

Joubert (1996:198) stem saam met bogenoemde en meld dat seksuele teistering inbreuk maak op óf die liggaamlike integriteit óf die persoonlikheidsgoedere van die geteisterde. Die geteisterde ervaar vernedering, angs en verleentheid wat tot onnodige stres kan lei.

Boase (1996:88) haal Prekel en Wilkinson (**bronverwysing ??**) aan deur te stel dat *“sexual harassment in the workplace is unwelcome/unwanted/uninvited attention of a sexual nature from someone at work that causes discomfort, humiliation, offence or distress and/or interferes with the job”*.

Twee vorms van seksuele teistering word geïdentifiseer, naamlik seksuele afpersing en die skep van 'n vyandige werkomgewing. Seksuele afpersing kom voor waar 'n persoon seksuele toegewings moet maak in ruil vir beroepsvoordele, bevordering of die behoud van werk (Lourens, 1996:93). Die nadelige gevolg van seksuele afpersing is dat die ontvanger in 'n posisie geplaas word waar daar 'n stresvolle keuse gedoen moet word tussen onwelkome seksuele aandag en werkvoordele (Lourens, 1996:93).

'n Vyandiggesinde werkomgewing is 'n omgewing waar persoon magteloos voel deur byvoorbeeld die feit dat ongewenste tydskrifte rondlê of suggestiewe prente

teen die mure hang (Lourens, 1996:93). Ongewenste e-pos wat vuil of kru taal, of grappe van seksuele aard bevat, kan ook ontvang word vanaf kollegas wat SAPD-lid geïntimideerd laat voel. Boase (1996:88) stel ook molestasie, liefkosing en verkragting as geïntimideerde vorm van seksuele teistering.

'n Vyandiggesinde omgewing behels dat die persoon se werkomstandighede so negatief of intimiderend word as gevolg van seksuele teistering, dat hy/sy nadeel ly, soos byvoorbeeld deur sielkundige probleme soos stres te ontwikkel (Lourens, 1996:93).

Seksuele teistering lei tot stres, 'n swak selfbeeld, gedragsprobleme, skuldgevoelens, depressie, selfhaat en slaaploosheid (Gschwend-Bosch, 2000:190).

Twee van die tien vroulike respondente het aangetoon dat hulle seksueel geteister word in die werksituasie.

#### **3.4.2.7 Gevaar in werksituasie**

Die SAPD-lid word aan fisieke gevaar blootgestel. Hy word daagliks met gevaarlike en onbekende situasies gekonfronteer. Verskeie van dié situasies hou die moontlikheid van geweld, ernstige beserings, ongeskiktheid en selfs die dood in (Pieters, 1995:7). Daar word na hom geskiet of hy word fisiek aangerand. Selfs al gebruik hy nooit sy vuurwapen nie, verkeer hy in gevaar. Dit is deel van sy werk om in gevaarlike situasies betrokke te raak. Dit alles dra by tot die stresvolle lewe van die polisiebeampte (Kroes, 1977:62). In die empiriese ondersoek het slegs 13,5 % van die respondente krisissituasies, naamlik die moontlikheid van beserings of die dood, aangedui as stressors in die werksituasie.

Minnaar (1998:66) het in 'n ondersoek bevind dat 'n betreklik hoë aantal voorvalle waar SAPD-lede gedood word, dit deur 'n kollega veroorsaak is, dikwels in die werksituasie. Hy het bevind dat die hoë werkstres waaraan SAPD-

Iede blootgestel word, sy neerslag vind in argumente tussen lede, wat oorgaan tot moord.

Die SAPD-lid verkeer nie net in fisieke gevaar waar sy lewe bedreig word nie, hy verkeer ook in emosionele gevaar wat die potensiaal het om hom te oorweldig (Kroes, 1977:62). Die SAPD-lid moet dikwels verminkte lyke, mense wat verdrink het en slagoffers van brande opspoor en aan familieledes besorg. Verder kom hulle ook in aanraking met slagoffers van verkragting, kindermishandeling, gesinsgeweld en ander gewelddadige misdade. Alles dra by tot die emosionele aftakeling van die SAPD-lid, wat bydra tot stres in die werksituasie.

#### **3.4.2.8 Kritiek van publiek**

Die openbare houding teenoor die SAPD-lid is 'n miskende maar belangrike oorsaak van stres by die SAPD-lid (Boshoff, 1984:82; Anon (c)1993:7).

Die polisiebeampte se verhouding met die publiek is dikwels swak. In die oë van die publiek beklee hy 'n lae status en word deur 'n groot deel van die samelewing verafsku (Kroes, 1977:51). Dit is veral die pers wat negatiewe aspekte uitlig en die positiewe bydrae van SAPD-lid tot die samelewing vergeet (Anon (c), 1993:7; Koortzen, 1996:61).

Die polisiebeampte word dikwels ontnugter deur die publiek aan wie hy 'n diens lewer. As professionele persoon wil hy graag gerespekteer word vir die diens wat hy lewer, maar hy ontvang dikwels slegs negatiewe kommentaar van die publiek (Kroes, 1977:53). Dit is een van die moeilikste stressors om mee saam te leef. Dit dra gewoonlik saam met ander stressors by tot die totale aftakeling van die polisiebeampte deur stres (Kroes, 1977:54). Met die empiriese navorsing het 32,4 % van die respondente aangetoon dat die kritiek van die publiek 'n uitwerking op hul stresvlak het.

Verder is daar ook nog die negatiewe houding van politici en die Regering. Die invloed van dié groepe strek volgens Koortzen (1996:61) vanaf 'n indirekte invloed op hofuitsprake tot 'n algemene gebrek aan ondersteuning aan die polisie.

Tilley en Lankers-Byrne (1998:62) beweer dat die SAPD-lid die swart skaap van die gemeenskap geword het. SAPD-lede is nie na behore opgelei om hierdie verwagtings van publiek te verstaan of daarop te reageer nie, wat bydra tot hoë vlakke van stres. Die polisiebeamptes sien die stres en trauma wat hulle ervaar as komende van 'n ondankbare, kritiese en bestraffende gemeenskap en daarom voel hulle magteloos, onseker en gebelg.

Die invloed van die gemeenskap strek egter verder as net die weerhouding van ondersteuning en kritiek. Die afname in morele standaarde en 'n gebrek aan dissipline by die gemeenskap blyk 'n direkte invloed op die werkfunksionering van polisiebeamptes te hê (Koortzen, 1996:61).

Die eise wat die onderskeie groepe in die gemeenskap aan die polisie stel, blyk tot die frustrasie by die SAPD-lid aanleiding te gee aangesien dit buite die beheer van polisiebeamptes val (Koortzen, 1996:61).

#### **3.4.2.9 Die regstelsel**

Kroes (1977:44) stel dat daar drie faktore in die regstelsel is wat bydra tot stres by die polisiebeampte, naamlik (1) die skedulering van die verskyning van die polisiebeampte in die hof, (2) die konfrontering van die polisiebeampte deur die regsbeampte en (3) die houding van die regter of voorsittende beampte teenoor die polisiebeampte.

In Suid-Afrika voel polisiebeamptes dat misdadigers meer regte het as die polisie en die breë publiek (Potgieter, 2001(b):6). Mnr. Eric Pelser, 'n navorser van die Instituut vir Sekerheidstudies (ISS) (**bronverwysing ???**) wys daarop dat in

1998 slegs 2 % van die aangemelde motorkapers en 16 % moordenaars suksesvol voor die hof gedaag kon word (Potgieter, 2001(a):6). Dit dra by tot die gevoel van hooploosheid onder die lede van die SAPD.

Dit is volgens Kroes (1977:44) 'n gewoonte van die regsbeamptes om 'n verhoor so te probeer skeduleer dat dit vir die polisiebeampte wat moet getuig, ongeleë is. Hofsake word tot frustrasie van die polisiebeampte gedurig uitgestel. Bo en behalwe sy normale pligte moet die polisiebeampte dus die verhore waarby hy betrokke is, ook nog in sy besige werktyd inpas.

Verder word die polisiebeampte deur die regsbeampte onder kruisverhoor geneem. Die polisiebeampte voel soms of hy die aangeklaagde is vanweë die houding van die regsbeampte om sy kliënt se saak in 'n goeie lig te stel. Die polisiebeampte word dikwels deur regslui as brutaal en sadisties gebrandmerk (Kroes, 1977:45).

Voorts word polisiebeamptes dikwels deur die regter of ander voorsittende beampte tereggewys en vermaan indien hy voel die polisiebeampte het nie sy werk na behore gedoen nie (Kroes, 1977:47).

Dit frustreer die polisiebeampte indien hy - nadat hy baie tyd aan 'n saak gewy het om bewyse te vind en die skuldige voor die hof te kry - moet vind dat die vonnis van die skuldigbevinde baie lig is, of dat die skuldige skotvry daarvan afkom (Kroes, 1977:47; Anon (c), 1993:7). Dit bring mee dat die polisiebeampte die regstelsel in baie gevalle as sy vyand beskou. Dit word bevestig deur 29,7 % van die respondente in die empiriese navorsing wat deel van hierdie studie uitmaak. Dit alles dra by tot verhoogte stres by die polisiebeampte (Kroes, 1977:51).

Die idee bestaan by die polisiebeamptes dat sommige vonnisse té toegeeflik en ontoepaslik is. In ondersoeke waar dit 'n geruime tyd neem om tot by 'n verhoor

te vorder, mag ontoepaslike vonnisse 'n demoraliserende invloed op die polisiebeampte hê (Koortzen, 1996:61).

### 3.5 DIE GEVOLGE VAN STRES

Drie stresresponse kan in die werksituasie onderskei word:

- Fisiologiese response

Dit sluit in kardiovaskulêre siektetoestande, gastroïenteritis, asemhalingsdisfunksies, kanker, artritis, hoofpyne, uitputting en selfs die dood. Hierdie toestande kan lei tot vroeë aftrede op grond van siektetoestand (Brown & Campbell, 1995:18; Thompson, *et al.*, 1994:4).

Volgens Kroes (1977:79) is werkstres vir die meeste hartsiektes by die mens verantwoordelik. Daar is gevind dat stres 'n belangriker faktor in die etiologie van kardiovaskulêre siektes is as dieetprobleme, rook en te min oefening.

- Psigologiese response

Dit sluit onder meer in angs, spanning, depressie, ontevredenheid, verveeldheid, psigologiese uitputting, gevoelens van hulpeloosheid, lae selfbeeld, psigose, woede en 'n verlies aan konsentrasie (Thompson *et al.*, 1994:6). Stres kan ook lei tot die aftakeling van die immuunstelsel, wat lei tot siekte wat veroorsaak dat SAPD-lid onnodig afwesig is van diens (Brown & Campbell, 1995:17).

- Gedragsresponse

Dit sluit in die misbruik van alkohol en verdowingsmiddels, gebrekkige eetlus, senuagtige gebare, roekeloosheid, aggressie, vandalisme, diefstal en selfmoord (Brown & Campbell, 1995:18). Thompson *et al.* (1994:7) voeg ook prikkelbaarheid, ongeduldigheid en humeurigheid by eersgenoemde.

- **Geloofsresponse**

Die invloed van stres op die geloofslewe van die beradene hang af van die standvastigheid van die gelowige, maar is ook gebonde aan sy Skrifbeskouing (Van Niekerk, 1989:33). Geloof is die anker van die beradene. Indien hierdie anker verdwyn of vervaag, veroorsaak stres 'n skeefgetrekte Skrif- en Godsbeskouing.

Combrink (1980:23) stel die volgende gevolge van spanning of stres wat by die mens kan voorkom:

- Stres immobiliseer of verlam mens psigies.
- Psigiese stres rem of blokkeer groei of aanpassing. Die hede word te veel – die toekoms lyk onmoontlik. Allerlei tekens van onvolwassenheid ontstaan. Dikwels word daar in een rol vasgesteek; die soepele aanpasbaarheid van die volwassene ontbreek.
- Stres benewel die oordeel. Oordeelsfoute word gemaak, oorhaastige besluite word geneem of daar is 'n onvermoë om besluite te neem. Kenmerkend is die onvermoë om tussen essensie en bykomstighede te kan onderskei.
- Stres veroorsaak die onproduktiewe gebruik van energie. Die gevolg is dat die streslyer voortdurend moeg en lusteloos voel.
- Teenoor bogenoemde ervaar die streslyer dikwels 'n gevoel van gejaagdheid. Die persoon kom nie tot rus of stilstand nie; sy gedagtes bly maal; hy slaap sleg en kan nie konsentreer nie.
- Stres lei dikwels tot swak kommunikasie met die eie liggaam. Dikwels word nie ag geslaan op moegheid, versadigheid, of honger nie. Seksueel word daar dikwels oor- of onderaktief opgetree.
- Stres veroorsaak dat die streslyer gepreokkupeerd met homself raak. Die selfbeeld raak negatief en 'n algemene kenmerk is die ontstaan van depressie.
- Die streslyer se menseverhoudings is dikwels in 'n warboel van emosionele uiterstes. Bitsigheid, aggressiwiteit, negatiwiteit, huilerigheid en buierigheid is dikwels tekens van stres.

Die meeste van die gevolge van stres kom by alle beroepe voor. In die lig hiervan sal slegs enkele gevolge wat in besonder op die SAPD-lid van toepassing is, soos werkolisme, uitbranding, alkoholisme, selfmoord, fisiologiese en geestesongesteldheid, aftrede, die gesinlewe en produktiwiteit bespreek word.

### **3.5.1 Gevolge van stres by die SAPD-lid**

#### **3.5.1.1 Werkolisme**

Die werkolis kan getipeer word as 'n persoon wat aan werk verslaaf is met die klem op die woord verslaaf. Dit impliseer dat die individu nie meer beheer het oor sy aktiwiteit nie en dat die aktiwiteit dus 'n dinamika van sy eie begin verkry (Van Graan, 1988:23).

Nel (1994:96) tipeer die werkolis as 'n persoon wie se hele lewe, sy gedagtes, emosies en handeling, rondom sy arbeid sentreer. Die werkolis het die slaaf geword van sy arbeid en heers nie meer oor die arbeid nie.

Van Graan (1988:23) beweer verder dat een van die opvallendste eienskappe van die werkolis is dat sy gedrag gekenmerk word deur 'n hoë aktiwiteitsvlak. Die persoon kom baie besig voor maar voel dikwels dat die take wat nog gedoen moet word, meer is en voortdurend meer word as dit wat reeds afgehandel is. Hy doen alles vinnig, val ander persone in die rede, voltooi nie sy sinne nie, sluk dele van die sinne in, eet vinnig en slaap vinnig. So 'n persoon kan nie ontspan nie en werk lang ure. Hy deleger moeilik take aan ander.

Volgens Van Graan (1988:25) is die belangrikste emosie wat die werkolis ervaar die gevoel van magteloosheid. Hierdie gevoel van magteloosheid gaan dikwels met aggressie gepaard.

Lotter (1989:27) stel verder dat die werkolis dikwels 'n algehele gebrek het om dit uit te spreek wat hom pla en om gevoelens te deel. Dit maak dat alles opgekrop word en dat so 'n mens bang is vir blootstelling. Dit kan ook lei tot geslotenheid en eensaamheid.

Farber (1983:4) en ook Minirth *et al.* (1992:19) stel dat studies aangetoon het dat die werkolis normaalweg 'n tipe A persoonlikheid het wat geneig is om psigologiese simptome, insluitend kardiovaskulêre probleme, te ontwikkel as gevolg van stres. Tipe A persoonlikhede is aggressief, kompetend, intens en buierig. Hulle vind dit moeiliker om frustrasies te kan hanteer as hul Tipe B eweknie, en sal makliker kwaad word indien hul pogings onsuksesvol is (Thompson *et al.*, 1994:50).

Die werkolis se “besige” program verhoed hom om tyd in te ruim vir daaglikse meditasie, gebed en Skrifstudie (Minirth *et al.*, 1992:20). Dit beteken dat die werkolis se verhouding met God versluiert raak deur sy dagtake en dat hy in sy nood van God af begin wegbeweeg. Lotter (1989:23) sluit hierby aan deur daarop te wys dat die werkolis 'n werkheiligheid openbaar deur te glo dat hy iets moet doen om deur God en mense aanvaar te word. Verder ervaar hy gewaande skuldgevoelens en is daar 'n onvermoë om (geloofs)gevoelens uit te spreek.

Enkele respondente in die empiriese navorsing, naamlik 8,8 %, het aangetoon dat stres veroorsaak dat hul werk hul lewens beheer.

### **3.5.1.2 Uitbranding**

Uitbranding kan volgens Farber (1983:3) gedefinieer word as 'n gevoel van fisieke leegheid, tesame met 'n gevoel van hulpeloosheid en hooploosheid met 'n gepaardgaande ontwikkeling van 'n negatiewe selfbeeld en negatiewe houding teenoor werk, lewe en ander mense. Minirth *et al.* (1992:17) bevestig hierdie neiging.

Venter (1993:22) pas die definisie van Maslach (**bronverwysing ??**) aan en stel dan dat uitbranding die emosionele uitputting, depersonalisasie en verminderde persoonlike bekwaamheid is wat kan voorkom by individue wat “mens-werk” van een of ander aard doen.

Die belangrike aspekte uit bogenoemde definisie binne die konteks van die SAPD is die “mens-werk” onder die moeilikste omstandighede en verder uitputting wat emosioneel veeleisend is (Venter, 1993:22).

Uitbranding kan volgens Louw (1987:56) beskryf word as ‘n toenemende gevoel van nie-effektiewe vervulling van beroepsfunksies en professionele lewensverantwoordelikheid. Uitbranding hang saam met ‘n gevoel van opgeslotenheid binne die daaglikse beroepsroetine. Daar is ‘n besef dat jy as persoon nie op ‘n funksionele en doeltreffende wyse kan beantwoord aan al die eise wat aan jou beroepsfunksies gestel word nie.

Pieters (1995:5) kom tot die gevolgtrekking dat die verskynsel van uitbranding na vore kom wanneer die uitvloei van energie die beskikbaarheid daarvan oorskry. Hoewel die individu die ooreising van die beskikbare energie in die meeste gevalle kan verwerk, kan ‘n akute korttermyn uitvloei van energie, of ‘n chroniese energie-ooreising, die verdedigingsmeganismes van die individu beïnvloed. Sodoende kan die verskynsel van stres (in die geval van die akute uitvloei van energie) en uitbranding (in die geval van ‘n chroniese energie-ooreising) gesneller word.

Uitbranding kom veral voor onder beroepe wat primêr op dienslewering ingestel is, soos die polisiediens (Ianni & Reuss-Ianni, 1983:82). Faktore wat stres veroorsaak soos reeds in 3.4 bespreek, dra by tot uitbranding (Ianni & Reuss-Ianni, 1983:83; Minirth *et al*, 1992:15).

Venter (1993:22) stel dat die fisiologiese simptome van die uitbrandingsindroom waaroor die meeste navorsers dit eens is, verhoogde bloeddruk, verhoogde hartklop, benoudheid van die bors, hoofpyn en migraine, uitputting, slapeloosheid, naarheid, diarree, braking, maagsere, maagpyn, rusteloosheid en hiperaktiwiteit, psigosomatiese klagtes, rugpyn, gereelde of verlengde verkoues en griep, kners van tande, te gereelde urinering, gewig aansit of verloor van meer as vyf kilogram en onderdrukking van die immuunsteem is.

Die kenmerke van uitbranding (Farber, 1983:3) is die volgende:

- (i) Persoon word sinies teenoor kliënte, blameer hulle vir hul eie probleme en tree neerhalend teenoor hulle op.
- (ii) Persoon wat aan uitbranding ly, is meer as normaal afwesig van werk.
- (iii) So 'n persoon word merkbaar minder idealisties en meer rigied in sy optrede.
- (iv) Werkverrigting neem merkbaar af.
- (v) Die persoon fantaseer en beplan om die professie te verlaat.
- (vi) Die frustrasies van die belewing van uitbranding lei weer tot stres, psigosomatiese probleme en 'n toename in huweliks- en familiekonflik.

Wanneer stres 'n persoon in die gesig staar, word die liggaam se energiebronne gemobiliseer om 'n onmiddellike en doeltreffende respons op daardie bedreiging te gee. Dit staan as die stresreaksie bekend. Hierdie stresreaksie is ontwerp om in die minimum tyd die maksimum hoeveelheid energie na die brein en en spiere te gelei, wat dan verseker dat die liggaam vir intense aktiwiteit voorberei is (Venter, 1993:22).

Lede van die SAPD is veral vatbaar vir uitbrandingsindroom omdat hulle interpersoonlike vaardighede as 'n polisielid gedurig geëvalueer word. Daar is 'n gedurige bewustheid by lede van hul eie weerloosheid (Venter, 1993:26). Dit is

dus noodsaaklik dat 'n bewustheid van die uitbrandingsindroom by SAPD-lede tuisgebring word omdat voorkoming deur streshantering die beste genesing vir die uitbrandingsindroom bied. In die empiriese navorsing van hierdie studie het dit geblyk dat 22,2 % van die SAPD-lede gebuk gaan onder die uitbrandingsindroom.

'n Belangrike simptoom van uitbrandingsindroom is 'n algemene verlies aan helderheid van denke en probleemoplossende gedrag. Verder stel Venter (1993:23) dat die mees kenmerkende kognitiewe simptome van uitbrandingsindroom vergeetagtigheid en afgetrokkenheid is. Daar is daar 'n blokkasie van gedagtes, verhoogde fantasielewe en verminderde konsentrasie, veral met meer gekompliseerde werk. Minder aandag word gegee aan detail, daar is 'n georiënteerdheid ten opsigte van die verlede eerder as die hede, verminderde kreatiwiteit, stadiger denkprosesse en reaksies en 'n neiging om die pad van minder weerstand te volg.

Venter (1993:23) stel ook dat emosionele uitputting een van die algemeenste simptome van uitbrandingsindroom is. Dit behels die gevoel van hooploosheid en hulpeloosheid. In uiterste gevalle kan dit tot emosionele ineenstorting of gedagtes oor selfmoord lei. Woede-uitbarstings, vyandigheid en die geneigdheid om maklik te huil, is verdere emosionele simptome wat kan voorkom. Minirth, *et al.* (1992:17) vul dit aan deur te stel dat die persoon ook nog valse skuldgevoelens het aangesien hy voel dat hy nie 'n taak na behore afgehandel het nie. Dikwels het so 'n persoon het ook 'n lae selfbeeld.

Ontvlugting van die stres is 'n verdere simptoom volgens Venter (1993:24). Minirth *et al.* (1992:17) bevestig dit en sê dit behels onder meer 'n verhoogde inname van kafeïen, verhoogde gebruik van medikasie, asook drank-, sigarette- en dwelmmisbruik.

Minirth *et al.* (1992:17) het bevind dat sommige persone geestelike uitputting ervaar tydens beleving van die uitbrandingsindroom. 'n Gevoel ontstaan dat God kragteloos is en dat die persoon self verantwoordelik is vir krag om huidige situasie te hanteer. Met verloop van tyd word besef dat eie krag nie voldoende is om uit die beklemming te kom nie. Sulke persone begin glo dat God en ook ander mense die rug op hulle gekeer het.

Dit is volgens Farber (1983:16) belangrik dat kollegas, vriende en familieleden die persoon wat aan uitbranding ly, moet ondersteun. Ondersteuningsgroepe is dus noodsaaklik vir die hantering van uitbranding.

### **3.5.1.3 Alkoholisme**

Alkoholisme is die toestand wat ontstaan wanneer 'n persoon in so 'n mate afhanklik van alkohol is dat dit sy psigiese en fisieke gesondheid merkbaar versteur, 'n negatiewe invloed op sy interpersoonlike verhoudings het en die doeltreffendheid van sy sosiale en ekonomiese funksionering aan bande lê (Gouws *et al.*, 1979:14).

Daar moet onderskei word tussen alkoholisme en drankmisbruik. Uit 'n klinies-sielkundige oogpunt gesien, is die alkoholis iemand wat sy probleme oplos of ontduik deur sy toevlug tot alkohol te neem. In teenstelling met die sosiale drinker vir wie alkohol bykomstige motiewe bevredig, drink die alkoholis omdat hy 'n onbewuste begeerte het om dronk te word (Geldenhuys & Du Toit, 1979:237). Brown en Campbell (1995:61) stel dat alkohol misbruik word (i) wanneer die persoon nie kan ophou drink as hy eers begin het nie, (ii) sy werk, familie en sosiale lewe negatief beïnvloed word en (iii) dat die misbruik van die substansie langer as een maand duur.

Menige persoon wat alkohol gebruik, verkeer onder die indruk dat dit 'n stimulant is deurdat 'n paar drankies die gemiddelde persoon meer sosiaal laat optree en dinge laat doen en sê wat onder normale omstandighede nooit geskied nie. Tog

is alkohol in werklikheid 'n depressant wat die hoër sentra van die brein onderdruk en verlam. Dit bring gevolglik mee dat oordeel en ander rasionele prosesse benadeel en selfbeheer verlaag word. Die inname van alkohol bring mee dat die persoon se inhibisies ooglopend buite beheer raak (Gouws, s.j.:3).

Gouws (s.j.:3) stel verder dat die drinker se motoriese koördinasie met die toenemende inname van alkohol al meer nadelig beïnvloed. Hy kan ook mettertyd al minder tussen sensoriese ongerief soos koue en pyn onderskei. Hy vergeet onaangenaamhede en voel slim en selfversekerd.

Boshoff (1984:121) beweer dat alkoholisme by die SAPD-lid die gevolg mag wees van uitermate stres waaraan die lid blootgestel word. Dikwels word die beampte ontslaan as gevolg van sy probleem. Dit los egter nie die probleem op nie, want die oorsake van die stres bly nog steeds in die SAPD.

Farren (2000:2) haal 'n psigoloog in diens van die SAPD aan wat sou beweer het dat "drank in polisiekwartiere goedkoper is as buite die polisie ... en dat alkohol help om die nagmerries te verdoof". Verder word gestel dat SAPD-lede bevestig het dat alkohol gebruik word om spanning te verlig.

Laubscher (1998:160) beweer dat alkoholgebruik 'n wyse van sosialisering is, maklik bekombaar is en deel van die man se wêreld en polisiekuultuur is. Volgens die outeur blyk dit dat die gebruik daarvan gesien word as 'n aanvaarbare wyse om stres en trauma die hoof te bied. In die empiriese studie is bevind dat 20 % van die respondente alkohol gebruik as gevolg van die stres wat hulle ervaar.

Dit is vir die alkoholis onmoontlik om geestelik te groei wanneer hy afhanklik is van alkohol en daardeur gemanipuleer word. Baie alkoholiste weet dit maar dit is vir hulle moeilik om te verander. Die gevolg is dat die alkoholis verder van God af wegbeweeg. Die alkohol word dan die afgod van verering (Collins, 1988:497)

#### 3.5.1.4 Depressie

Clark (1983:9) definieer depressie as 'n unieke emosionele ervaring bestaande uit 'n mengsel van wanhoop, angs, selfveragting, woede, vrees en intense skuldgevoelens. Dit sluit ook 'n gevoel van gejaagdheid in.

Velema (1999:63) verklaar depressie as *“een toestand van moedeloosheid, waarin levenslust en levensmoed ontbreken; waarin men niet boven de ervaringen van het leven staat, maar er onderdoor gaat. Daarbij dan hinderlijke lichamelijke verskijnselen van vermoeidheid, gebrek aan eetlust, behoefte aan niets doen, zich verlamd voelen”*.

Spesifieke oorsake van depressie is onder meer: selfmisleiding, vermoeienis, spanning/stres, aanvalle deur Satan, verwerping, swak selfbeeld, hartseer en fisieke ongesteldheid (Clark, 1983:10). Collins (1988:108) voeg ook by onderdrukte toorn, familie-agtergrond, verlies van geliefde, hulpeloosheid, sonde en skuldgevoelens as oorsake van depressie. Gschwend-Bosch (2000:196) stel ook uitputting, seksuele molestering, vrees en dwelmafhanklikheid as bykomende oorsake van depressie.

Scholte (1999:16) het bevind dat depressie dikwels saamgaan met psigiatriese of fisieke siekte, terwyl persoonlikheidsteurnisse ook dikwels depressie veroorsaak.

Depressie kan ook veroorsaak word deur genetiese afwykings. Navorsing het aangedui dat sulke depressie veroorsaak word deur 'n wanbalans van chemiese stowwe in die brein. Hierdie tipe depressie moet met medikasie behandel word (Collins, 1988:107).

Depressie kom voor onder alle lae van die bevolking. Depressie ontsien nie staatsmanne, (J F K Kennedy, Winston Churchill), musici, wetenskaplikes of teoloë (Billy Graham) nie (Collins, 1988:105; De Villiers, 1983:55, 61).

Collins (1988:110) noem die volgende gevolge van depressie:

- Ongelukkigheid en onbevoegdheid;
- fisieke ongesteldheid;
- lae selfbeeld en onttrekking; en
- selfmoord.

Dit is belangrik om kennis te neem dat depressiewe persone dikwels passief, swak gemotiveerd, pessimisties en nie-verbaal is en 'n laat-maar-loop-houding openbaar. Die depressiewe persoon kan ook 'n sterk afhanklikheidsgevoel toon (Collins, 1988:115).

Die verligting en herstel van die depressiewe toestand wat deur liggaamlike of psigiatriese versteurings veroorsaak word, kan deur medikasie verlig word. Medikasie kan gebruik word om angs te verlig, gedragsprobleme te help hanteer, die slaapritme te verbeter en beheer te kry oor versteurde waarnemings en denke (Otter, 1999:42).

Vir die doel van hierdie studie sal nie verder ingegaan word op die gebruik van medikasie nie, maar word depressie, veroorsaak deur oormatige stres by die SAPD-lid, vanuit 'n pastorale beradingsdimensie belig. Dit blyk dat 22,2 % van respondente wat betrokke was by die empiriese navorsing van hierdie studie, depressie beleef wat 'n invloed op hul lewensomstandighede het.

As gevolg van depressie word die verhouding met God vertroebel. 'n Gevoel van Godverlatenheid kom voor. Dit is dus belangrik om vertroue op God te herstel om te begin om depressie die hoof te kan bied (Collins: 1988:115).

#### **3.5.1.5 Selfmoord**

Selfmoord is 'n baie komplekse sielkundige, maatskaplike en geestesprobleem waarvoor daar nie kitsoplossings bestaan nie (Swanepoel, 1997:40).

Volgens Du Preez (1997:40) kan selfmoord in drie hoofkategorieë ingedeel word, naamlik: paraselfmoord, selfmoordpogings en voltooide selfmoord.

(i) Paraselfmoord

Hierdie metode van selfmoord word dikwels aangetref wanneer die metode wat gebruik word, nie so gevaarlik is nie en die persoon se wil om te sterf nie so intens is nie (Die persoon neem byvoorbeeld twee tot drie pille/tablette wat nie skadelik genoeg is om die dood te veroorsaak nie). Dit is 'n mite dat hierdie tipe gedrag afgemaak moet word as onbelangrik en aandagsoekerig – daar moet altyd aandag gegee word aan 'n persoon se behoefte aan hulp en bystand.

(ii) Selfmoordpoging

Met hierdie optrede gebruik persone dikwels gevaarlike metodes en die wil om te sterf is sterker as in die geval van paraselfmoord. Dit gebeur soms dat persone as gevolg van omstandighede buite hul beheer gekeer word om te sterf, soos waar 'n vriend of familielid afkom op die persoon en dan die poging keer.

(iii) Voltooide selfmoord

By die voltooide selfmoord is die metode van selfmoord lewensgevaarlik en die wil om te sterf baie sterk. Die persoon sal dus seker maak dat hy of sy 'n metode gebruik wat die eerste keer sal slaag. Hy sal sorg dat hy of sy dit op 'n tyd en plek doen waar ander persone nie die selfmoord kan verhoed nie.

Soos reeds in Hoofstuk 1 na verwys, was daar vir die tydperk 1 Januarie tot 31 Desember 1999 11 selfmoorde per 10 000 polisiebeamptes. In die algemeen is die selfmoordsyfer elf keer hoër as die selfmoordsyfer van die Suid-Afrikaanse bevolking. Die selfmoordsyfer is baie hoër onder onderoffisiere as offisiere en meer ongetroudes pleeg selfmoord as getroudes (Swanepoel, 1997:40).

Ivanhoff (2000:????) beweer dat polisie-selfmoord soms as ongelukke gerapporteer word. Dit gebeur omdat die meeste selfmoord met diensrewolwers plaasvind en dan aan 'n skietongeluk toegeskryf word.

Van Rensburg (1998:239) het gevind dat die rede waarom daar so maklik selfmoord gepleeg word, is omdat vuurwapens so maklik beskikbaar is. Alle lede van die SAPD word met 'n vuurwapen toegerus as deel van hul uitrusting.

As gevolg van die hoë voorkoms van selfmoord onder SAPD-lede is daar 'n Selfmoordvoorkomingseenheid in die SAPD wat in die lewe geroep is op 1 September 1998 om selfmoordneigings onder SAPD-lede te ondervang en voorkomend op te tree (Swanepoel, 2000 (b):35).

Dit is so dat mense met hoërisikoberoepe meer geneig is tot selfmoord as diegene wat nie daaglik met gevaar en die dood gekonfronteer word nie. Navorsing in die SAPD toon dan ook dat dit die geval onder SAPD-lede is (Swanepoel, 2000 (b):34).

Swanepoel (1997:40) en Van Rensburg (1998:236) stel dat die volgende faktore, soos deur navorsing bepaal, moontlik aanleiding kan gee tot selfmoord: die besit van vuurwapens; die konfrontering met die potensiële dood van ander asook dié van homself; werkstres; die apatiese en uiters kritiese houding van die publiek; media of van sommige lede van die bevolking; en verhoudingsprobleme. Verder word genoem die swak finansiële klimaat, die regstelsel, terminale siekte, verlies van 'n geliefde, finansiële probleme, skuldgevoelens, portuurgroepdruk, etniese konflik asook depressie.

Swanepoel (2000 (b):34) toon verder aan dat politieke en sosiale transformasie, soos in Suid-Afrika, hand aan hand gaan met angs, stres en onsekerheid. Dit is nie 'n maklike taak vir die SAPD-lid om aan te pas by al die veranderings wat 'n uitwerking op sy persoonlike lewe en werk het nie. Dit sal veral nie so wees

indien hy stabiliteit, wet en orde in 'n gemeenskap moet handhaaf wat self gebuk gaan onder aanpassingsprobleme nie. Wanneer uitermate angs, stres en onsekerheid voorkom en die SAPD-lid het nie 'n ondersteuningsbasis nie, kan hy hom tot selfmoord wend. Slegs 4,4 % van die respondente van die empiriese studie het aangedui dat hulle selfmoord as 'n uitkoms oorweeg uit hul stresvolle lewens.

Daar is ook volgens Van Rensburg (1998:239) gevind dat selfmoord in die SAPD selde beplan word. Dit is 'n impulsiewe daad wat dikwels onder die invloed van alkohol en na werksure gepleeg word.

Dit is belangrik om in ag te neem dat wanneer 'n SAPD-lid sy lewe neem, die verlies van lewe nie net deur die organisasie gevoel word nie. Dit beïnvloed ook die lewens van kollegas, vriende, familie en die hele gemeenskap. Wewenaars, weduwees, kinders en vriende word agtergelaat met pyn en hartseer (Swanepoel, 2000 (b):35).

#### **3.5.1.6 Fisiologiese en geestesongesteldheid**

Die aard van polisiëring in die moderne tydvak is so kompleks dat daar verskeie faktore is waarmee die SAPD-lid te make het. Beide hou 'n fisiese en sielkundige bedreiging vir hom in (Swanepoel, 1997:40)

Die ernstigste gesondheidsgevolg van stres is die dood. Bepaalde siektetoestande het 'n direkte verband met hoë stresvlakke. Kardiovakulêre siektes, maagsere, swak spysvertering, kanker, hipertensie en selfs suikersiekte toon 'n verband met werkstres (Boshoff, 1984:124; Koortzen, 1996:57).

SAPD-lede blyk veral kwetsbaar te wees vir hartsiektes, hipertensie en spinale disfunksie. Hartsiektes en hipertensie is die gevolg van oormatige stres, terwyl spinale disfunksie die gevolg is van die gebrek aan fisieke oefening (Boshoff, 1984:124).

Die algemene psigologiese gevolge van stres by die SAPD-lid sluit depressie, paranoia, amnesie, apatie en angs in. Die uiteindelijke gevolge van genoemde probleme is dat die SAPD-lid rusteloos, hipersensitief, verdedigend en aggressief raak en moeite vind om te konsentreer (Boshoff, 1984:124; Koortzen, 1996:57). 'n Verdere gevolg van stres is slaaploosheid. Sowat 20 % van die respondente in die empiriese studie bevestig hierdie feit.

Malan (1991:17) wys daarop dat dit belangrik is om daarop te let dat die reaksie van 'n persoon op 'n stressor êrens tussen twee uiterste pole val. Dit is:

- (i) Die veg-of-vlug-reaksie waar die persoon in beheer voel en aktief weerstand bied teen die uitdagings van die stressor. Hierdie verdedigingsreaksie word gekenmerk deur 'n sterk verhoogde katesjolamiensekresie, onveranderde kortisol en 'n verhoogde testosteroonvlak.
- (ii) Die teenpool hiervan is 'n depressietoestand waar die persoon hoegenaamd nie in beheer van die situasie voel nie en 'n oorgawereaksie sal vertoon. Hy verduur op 'n passiewe wyse die stressor en bied geen weerstand nie. Dié toestand word gekenmerk deur onveranderde katesjolamienvlakke en sterk verhoogde kortisolvlakke asook grootliks verlaagde testosteroonvlakke.

Malan (1991:24) verduidelik dat kortisol (kortikosteroïed) vandag as die primêre stresshormoon beskou word. Stres beïnvloed vermoedelik die hipotalamus via die limbiese stelsel om die kortikotropienvrystellingsfaktor af te skei. Dit stimuleer die hipofise om kortikotropien af te skei. Kortikotropien stimuleer weer die bynierkorteks om groot hoeveelhede kortikosteroïede, waaronder kortisol, in die bloedstroom vry te stel. Die kortisol het fisiologiese en sellulêre reaksies tot gevolg wat die liggaam beter voorbereid vir die stressituasie moet maak, byvoorbeeld verhoogde bloeddruk en bloedglukosevlakke.

'n Verdere hormoon wat volgens Malan (1991:32) aandag verdien, is testosteroon. Mense met die gevoel van "in beheer wees" en wat tipies in 'n besluitnemende leiershoedanigheid in 'n hoëstresberoep staan (soos byvoorbeeld offisiere in die SAPD), sal 'n veg-of-vlug-reaksie vertoon met gepaardgaande testosteroonvlakke. Testosteroon is 'n manlike geslagshormoon wat verantwoordelik is vir die ontwikkeling en instandhouding van sekondêre manlike geslagseienskappe. Dit is eienskappe soos toename in spiermassa en liggaamsbehandling en die neiging dat kophare uitval by mense wat geneties daartoe geneig is, asook die verdieping van die stem. Dit is derhalwe begryplik dat lede van die vroulike geslag wat aan hoë stres onderworpe is, 'n verlies van kophare, toename in liggaamsbehandling en selfs stemverdieping sal ervaar.

Malan (1991:32) stel verder dat mense wat geen beheer oor hul omstandighede het nie, geneig is tot depressiereaksies wat gepaard gaan met 'n daling in testosteroonvlakke oor die langer termyn. Aangesien testosteroon ook die vorming van sperm stimuleer, is stres een van die hooforsake van onvrugbaarheid by mans. Bogenoemde kan negatiewe gevolge inhou vir die huwelik- sowel as gesinsverhouding van die SAPD-lid.

### **3.5.1.7 Gebroke gesinslewe**

Kroes (1977:93), asook Koortzen (1996:61), het bevind dat polisie diens polisie 'n definitiewe en sterk invloed op die polisiebeampte se gesin het. Baie polisiebeamptes het beweer dat hulle óf die polisie diens moes verlaat óf van hul van huweliksmaat moes skei. Dit word bevestig deur 15,5 % van die respondente in die empiriese navorsing van hierdie studie wat huweliks- of gesinsprobleme beleef.

Volgens Koortzen (1996:61) ondervind die polisiegesin die volgende problem:

- Vriendskappe buite die polisie diens kom selde voor;
- spanning ondervind in die werksituasie word huis toe geneem;

- huweliksmaat is bekommerd oor beampte se veiligheid;
- die negatiewe houding van die publiek beïnvloed ook gesinslede;
- vroue van polisiebeamptes wil nie snags alleen wees nie; en
- die tipe werk wat die polisiebeamptes doen, verhard hom emosioneel en lei tot onsensitiwiteit teenoor hul gesinslede.

Eckenrode en Gore (1990:1) beweer dat dit toenemend voorkom dat hoëstresberoepe, soos die polisiediens, veroorsaak dat lede sukkel om die stres van die werkplek af te skud voor hulle saam met hul gesinne ontspan. Die onvermoë om die grens tussen werkplek en blyplek te onderskei, dra by dat lede van die polisiediens se gesinslede ontwrig raak.

Van Rensburg (1998:239) stel dat as gevolg van die feit dat SAPD-lede ten alle tye dienspistole/rewolwers tot hul beskikking het, dié vuurwapens dikwels gebruik word om huweliksmaats en gesinslede te manipuleer ten tye van konflik en dat daar selfs na die gesinslede geskiet word.

Volgens Koortzen (1996:61) kan huweliks- en gesinstressore daartoe bydra dat emosionele kontak met gesinslede beperk word. Daar kan ook die moontlike verlies van beheer soos weerspieël in emosionele uitbarstings, voorkom. Laasgenoemde mag weer skuldgevoelens by die individu skep.

Aangesien die huwelik en gesin 'n anker in die lewe van die SAPD-lid moet wees, is dit belangrik dat hierdie kleingroep as ondersteuningsgroep ook sy regmatige erkenning deur die SAPD sal ontvang. Daar moet dus begrip by die SAPD-bestuur wees met betrekking tot huwelik en gesin. SAPD-lede moet aangemoedig word en genoeg tyd gegun word om saam met hul gesinne deur te bring.

### **3.5.1.8 Lae produktiwiteit**

Tilley en Lankers-Byrne (1998:62) stel dat daar op 'n gegewe dag 40 % van die SAPD-lede afwesig is as gevolg van siekte, 'n teken van die lae moraal en gedemotiveerde gedrag van lede.

Die gevolg van stres op produktiwiteit is volgens Thompson *et al.* (1994:9) nie net nadelig vir die werknemer nie, die organisasie ly ook daaronder aangesien beplande take nie afgehandel en doelwitte nie bereik kan word nie.

Volgens Allen en Ortlepp (1998:82) kan stres veroorsaak dat die trauma wat die stres aangewakker het, weer beleef word in drome, terugflitse of stimuli wat die individu aan die traumatiese voorval herinner. Hierdie hernude belewing kan 'n destruktiewe rol in die werkomgewing speel waar die SAPD-lid voortdurend trauma beleef aangesien dit 'n onnatuurlike vrees teweeg kan bring. Verder kan die gebrek aan konsentrasie, prikkelbaarheid, slaaploosheid en beangstheid die SAPD-lid se vermoë om sy werkverpligtinge na behore uit te voer, kniehalter. Hy kan ook as gevolg van hierdie toestand sy kollegas in gevaar stel.

Allen en Ortlepp (1998:85) gaan voort deur te stel dat stres die potensiaal het om die SAPD-lid se vermoë om werkbevrediging te ervaar, te laat afneem sover die lid dit nie meer geniet om in die SAPD-omgewing te werk nie. Hierdie stelling word deur 11,6 % van die SAPD-lede wat aan die empiriese navorsing deelgeneem het, bevestig. Dit bring onnodige afwesigheid, swak moraal en swak produktiwiteit na vore wat nie voordelig is vir die land nie.

### **3.5.1.9 Versteurde geloofs- en psigiese lewe**

Die invloed van werkstressore het 'n direkte invloed op die intrapsigiese funksionering van die polisiebeampte. Dié stressore sluit onder meer fisiese en geestesgesondheid, houdings, selfbeeld, status en verwagtings van ander in. Die stressore kom na vore in kognitiewe, affektiewe en konatiewe aktiwiteite. Dit

beïnvloed byvoorbeeld hoe polisiebeamptes hulself sien, hoe hulle oor hulself voel en hoe hulle teenoor ander optree (Koortzen, 1996:62).

In sy wese veroorsaak stres die afwyk van vertrouwe op God, die anker van alle gelowiges (Van Niekerk, 1989:44). Dit wil sê, die SAPD-lid se vertrouwe op God word skeefgetrek en hy ervaar 'n gevoel van verlatenheid. Dit voel vir die streslyer asof God nie meer in beheer is nie. Die berader moet dus help om hierdie verhouding te herstel. In die empiriese navorsing het 11,1 % van die respondente laat blyk dat hul geloofslewe as gevolg van stres besig is om te kwyn.

Besondere aandag sal in Hoofstuk 4 van hierdie studie aan die geloofsdimensie in die lewe van SAPD-lid gegee word.

### **3.6 HANTERING (COPING) VAN STRES**

#### **3.6.1 Inleiding**

Stutterheim (1998:113) stel dat 'n stresvolle gebeurtenis, emosionele ontwrigting en onvoorsiene omstandighede deel is van die lewe en 'n potensiële krisis kan veroorsaak. 'n Krisis is egter nie altyd die gevolg van 'n traumatiese gebeurtenis of lei tot trauma nie. Wat vir een persoon 'n krisis is, is nie noodwendig vir 'n ander persoon 'n krisis nie. Die soort reaksie wat op 'n krisis volg, word bepaal deur 'n persoon se persoonlikheid, fisiese gesondheid, selfbeeld en groepsondersteuning. Sekere persone is eenvoudig sterker en kan groot probleme en frustrasies makliker hanteer.

#### **3.6.2 Metodes om stres te hanteer**

Die invloed van stres op 'n persoon is nie net te wyte aan druk of spanning wat ervaar word nie, maar ook deur die hanteringsmetodes wat gebruik word met die belewing van stres. Thompson *et al.* (1994:23) noem vier vlakke in die hantering van stres:

- Verwyder alles wat aanleiding kan gee tot stres.
- Voorkom dat niksseggende items stressore word.
- Leer vaardighede aan om stresvolle situasies te hanteer.
- Leer ontspanningstegnieke aan.

Sutherland en Cooper (1990:225 e.v.) stel ook fisiese oefening, 'n korrekte dieet, asook veranderde slaappatrone voor in die hantering van stres. Verder word voorgestel dat daar by 'n ondersteuningsgroep ingeskakel moet word. Berading deur 'n opgeleide berader word ook aanbeveel.

Aanvaarding van God se vergiffenis asook dié van ander betrokkenes, is volgens Minirth *et al.* (1992:156) noodsaaklik vir die hantering van stres. Verder is dit ook noodsaaklik dat die streslyer sy lewe onder die heerskappy van God stel. Die streslyer moet op Jesus Christus as persoonlike Saligmaker en Verlosser in stresvolle situasies vertrou. Die streslyer moet erken dat die Heilige Gees hom lei, bemagtig, bemoedig en die liefde van God in sy hart bewerkstellig (Minirth *et al.*, 1992:147).

### **3.6.3 Hantering van stres in die SAPD**

Volgens Kiley (1998:151) moet lede van die SAPD toegerus word met vaardighede en kennis om enige trauma wat 'n lid of 'n kollega in die toekoms mag tref, die hoof te bied. Lede moet kennis neem dat die SAPD psigoloë, maatskaplike werkers en pastorale beraders in diens het wat kan help om traumatiese voorvalle te identifiseer en oorkom. Verder is daar ook ondersteuningsgroepe wat bestaan uit professionele dienste (psigologiese, maatskaplike en geestelike dienste) waar lede onder gekontroleerde omstandighede traumatiese insidente kan bespreek.

Die Maatskaplike Dienste het byvoorbeeld programme soos alkoholbewusmakingsprogramme wat die SAPD-lid pro-aktief kan help om alkoholisme te beheer (Laubscher, 1998:161). Verder is daar ook

selfmoordvoorkomingsprogramme en streswerkwinkels tot die beskikking van die SAPD-lid (Laubscher, 1998:162).

Volgens Farber (1983:15) gebruik psigoloë veral die leerteoretiese benadering om streshanteringstegnieke soos meditasie, bioterugvoering en ontspanningstegnieke aan te leer.

Daar is 'n stresontlontingsprogram wat gebruik word om die funksionele polisiebeamptes wat in ernstig stresvolle situasies verkeer, te help (Huisamen, 1993:19).

Hoewel die fokus van hierdie studie die geloofsdimensie van die streslyer is, is dit tog noodsaaklik dat die streslyer in die SAPD aangemoedig sal word om van die bestaande strukture in die SAPD gebruik te maak om verligting van stres te verkry.

### **3.7 EMPIRIESE NAVORSING**

#### **3.7.1 Doelwit**

Die doelwit van die empiriese navorsing is om te bepaal wat die uitwerking van stresvolle werkomstandighede op SAPD-lede is en of hul geloof 'n ankerrol speel.

#### **3.7.2 Vraelyste**

Vraelyste is saamgestel met die hulp van die afdeling: Navorsing, Strategiese Bestuur, SAPD, Pretoria (Bylae A).

#### **3.7.3 Rasionaal**

Die rasionaal agter die opstel van die vraelys was om vas te stel of pastorale berading aan die streslyer in die SAPD noodsaaklik is asook of die bevindings aangaande stres volgens die literatuur wel in die praktyk voorkom.

### **3.7.4 Werkwyse**

In samewerking met die afdeling: Navorsing, Strategiese Bestuur, SAPD, en bevelvoerders in die SAPD, is vraelyste na verskillende sentra in die Noordwes Provinsie versend. Vraelyste is aan bevelvoerders van eenhede gestuur met 'n begeleidende brief (Bylae B).

### **3.7.5 Respons**

|                            |   |      |
|----------------------------|---|------|
| Getal vraelyste uitgestuur | : | 100  |
| Getal response             | : | 45   |
| Responskoers               | : | 45 % |
| Getal vraelyste verwerk    | : | 45   |

### **3.7.6 Statistiese verwerking en ontleding van data**

#### **3.7.6.1 Demografie**

Range van respondente:

|                |   |    |
|----------------|---|----|
| Konstabel      | : | 12 |
| Sersant        | : | 15 |
| Inspekteur     | : | 14 |
| Kaptein        | : | 2  |
| Superintendent | : | 1  |

Geslag van respondente:

|         |   |    |
|---------|---|----|
| Manlik  | : | 35 |
| Vroulik | : | 10 |

Gemiddelde ouderdom van respondente: 31

Gemiddelde diensjare van respondente in SAPD: 10

Gestationeer:

|          |   |      |
|----------|---|------|
| Landelik | : | 25 % |
| Stedelik | : | 75 % |

**3.7.6.2 Huwelikstatus**

|           |   |      |
|-----------|---|------|
| Getroud   | : | 67 % |
| Ongetroud | : | 29 % |
| Geskei    | : | 4 %  |

**3.6.7.3 Godsdienstige groep**

|           |   |      |
|-----------|---|------|
| Christene | : | 98 % |
| Ander     | : | 2 %  |

GEVOLGTREKKING

- Vanuit 'n geloofsdimensie, hanteer respondente hul stres vanuit 'n Christelike perspektief.

**3.6.7.4 Gebruikmaking van hulpdienste in SAPD**

|                                     |   |        |
|-------------------------------------|---|--------|
| Positief om van hulpdienste gebruik | : | 28,8 % |
| Negatief teenoor hulpdienste        | : | 71,2 % |

GEVOLGTREKKING

- Die negatiewe houding teenoor die hulpdienste in die SAPD (sielkundige, maatskaplike en geestelike dienste) blyk daaruit dat respondente die hulpdienste wantrou en glo dat die hulpdienste sake nie vertroulik hanteer nie. Daar word geglo dit kan bydra tot die beïnvloeding van bevorderings.

**3.6.7.5 Ervaring van stres**

|                                              |   |      |
|----------------------------------------------|---|------|
| Respondente wat stres in werksituasie ervaar | : | 82 % |
| Respondente wat geen stres ervaar nie        | : | 18 % |

### **3.6.7.6 Raadpleeg pastor/berader/predikant buite SAPD**

Gebruik berader/pastor/predikant vir begeleiding : 51 %

Maak nie van berader/pastor/predikant gebruik nie: 49 %

#### GEVOLGTREKKING

- Verskil nie betekenisvol in respons nie

### **3.6.7.7 Is deel van ondersteuningsgroep**

Respondente deel van ondersteuningsgroep : 44,4 %

Respondente nie betrokke by ondersteuningsgroep nie : 55,6 %

#### GEVOLGTREKKING

- Verskil nie betekenisvol in response nie

## **3.8 VOORLOPIGE SAMEVATTING**

- In hierdie studie is bepaal dat stres die reaksie van 'n persoon op skadelike en onaangename interne en eksterne stimuli is. Dit word gekenmerk deur die balansversteuring tussen die individu en sy omgewing.
- Faktore wat bydra tot stres in die SAPD is onder meer:
  - skofwerk
  - rolkonflik
  - werkoorlading
  - werkverhoudings
  - beroepsontwikkelingsfaktore
  - seksuele teistering
  - gevaar in werksituasie
  - kritiek van publiek
  - regstelsel

- Die gevolge van stres in die SAPD is onder meer die volgende:
  - werkolisme
  - uitbranding
  - alkoholisme
  - depressie
  - selfmoord
  - fisiologiese en geestesongesteldheid
  - gebroke gesinslewe
  - lae produktiwiteit
  - versteurde geloofs- en psigiese lewe.

Stres kan behandel word deur by bestaande SAPD-hulpdienste om hulp aan te klop. Stres kan ook baasgeraak word deur geloofsvertroue op God.

## **Hoofstuk 4**

# **PRAKTYKTEORETIESE PERSPEKTIEWE OP PASTORALE BERADING AAN DIE STRESLYER IN DIE SAPD**

## **4.1 INLEIDING**

Die ontwerp van 'n praktykteorie vir die pastorale beradingsgesprek moet beskou word as 'n poging om die doeltreffendheid en aktualiteit van die pneumatologiese interaksiegebeure tussen God en mens te aktiveer. 'n Praktykteorie dra daartoe by om die toepassingsmoontlikhede van die gebeure van heilskonkretisering te verskerp (Louw, 1997(a):304).

Die pastorale beraad wil praktikteoreties gerig wees deur 'n meer probleemgesentreerde asook gestruktureerde vorm te wees van hulpverlening en gesprek met die oog op 'n professionele hantering van gelowiges se probleme en konstruktiewe geloofsgroei. Pastorale beraad is daarop ingestel om die meer akademies-georiënteerde teorie rondom die terapeutiese hantering van menswees en persoonlikheid binne die raamwerk van die gemeentebediening toe te pas (Louw, 1997(a):309).

Louw (1997(a):309) formuleer pastorale beraad ook as 'n helpende verhouding waar die pastor, deur middel van 'n reeks gestruktureerde onderhoude en kontakte, probeer om lidmate (*beradenes* – eie kursivering) se probleme aan te pak en die hulpsoeker te begelei tot groei en sinontdekking. Die oorhoofse pastorale doelwit is geloofsontwikkeling en die bou van 'n Christelike spiritualiteit.

## **4.2 DOELSTELLINGS VAN BERADING**

Kotzé (1971:145, 146) stel dit dat die doelstellings van die pastoraat die volgende is:

Dit geskied tot eer van God. Alles in die skepping is ondergeskik

- i) aan die verheerliking van God, (*Want uit Hom en deur Hom en tot Hom is alle dinge. Syne is die heerlikheid tot in ewigheid* (Rom. 11:36)); en
- ii) tot opbou van die enkeling.

Vir hierdie studie is die doelstelling van Hoofstuk 4 om 'n tersaaklike praktykteorie te ontwerp met behulp van die basisteoretiese gegewens (Hoofstuk 2) in wisselwerking met die metateoretiese inligting (Hoofstuk 3).

Hierdie hoofstuk fokus op die ontwerp van 'n moontlike Skrifgefundeerde beradingsmodel vir gebruik deur die berader/pastor. Hierdie model vind sy momente in sentrale uitgangspunte soos bespreek in die volgende afdeling.

#### **4.3 SENTRALE UITGANGSPUNTE VAN 'N SKRIFGEFUNDEERDE BEDIENINGSMODEL**

##### **4.3.1 Pastorale grondhouding**

Volgens Venter (1996:119) word die pastorale verhouding gerig en bepaal deur die pastorale grondhouding. Die pastorale grondhouding moet verstaan word as die gesindheid, mentaliteit, karakter, medemenslikheid en kommunikatiewe sensitiwiteit wat ten grondslag lê in die pastorale optrede. Die berader speel dus 'n baie belangrike rol in die pastorale beradingsproses.

Venter (1996:119) omskryf die "komponente" van die pastorale grondhouding as empatie, aanvaarding, wederkerigheid en vryheid. Van hierdie komponente vorm empatie dan weer die basis van die ander komponente.

Die berader of pastor moet dus oor sekere persoonlikheidseienskappe beskik om die beradingsproses na behore te laat funksioneer.

### 4.3.2 Die pastor

Die pastorale briewe toon aan dat dit baie belangrik is oor *wie* die pastor is, en nie *wat* die pastor doen nie. In verhouding tot homself moet die pastor met selfbeheersing optree, asook insiklikheid, verstandigheid, nugterheid, en onberispelikheid openbaar (vgl. 1 Tim. 3:2-3; Tit. 1:8). In verhouding tot ander mense is dit bepalend of hy regverdig optree, gasvry is, getrou is aan sy vrou en gesag oor sy kinders uitoefen (vgl. 1 Tim. 5:1-2; Tit 1:8). In verhouding tot God is sy vashou aan die geopenbaarde waarheid deurslaggewend (vgl. 1 Tim. 3:9) (Louw, 1987:65).

Van Pelt (1999:315) beklemtoon dat God self deur Sy Woord en Gees teenwoordig is by die beradingsproses. Daarom is dit noodsaaklik dat die pastor 'n juiste weergawe van die Woord aan die beradene kan oordra. Die pastor is dus verplig om voortdurend die Woord te bestudeer en moet daarmee toegerus word. So groei die pastor ook in die geloof.

Louw (1987:65-66) trek die pastorale identiteit in die volgende drie komponente saam:

- 'n *ethos* – 'n karakter wat deurdrenk is van die Heilige Gees en in sy normbesef ten diepste bepaal word deur geloof in Gods genade en 'n gehoorsaamheid aan die Woord van God.
- 'n *pathos* – 'n liefdevolle en empatiese betrokkenheid by die nood van mense wat ten diepste bepaal word deur God se barmhartigheid oor die sondenood van die mens en Christus se priesterlike medelye met ons swakhede (Heb. 4:15).
- 'n *logos* – 'n kommunikasievermoë wat ontwikkel uit die verbondsonthoofing met die lewende God. Die spraak van die pastor is 'n stuk getuigenis as antwoord op die aanspraak van God se Verbondswoord.

*Ethos, pathos en logos* vind hul eenheid en integrasie binne die persoon van die pastor in die komponent van *charisma*. Dit is daardie saambindende werking van die Heilige Gees wat die mens help om te groei tot 'n groter kongruensie tussen geloofsinhoud en geloofslewe (Louw, 1987:66).

Kirwan (1993:122) stel dat dit belangrik is dat die pastor/berader warmte, empatie, opregtheid, respek, realisme en betroubaarheid weerspieël in sy optrede teenoor die beradene.

#### 4.3.4 Spiritualiteit

Spiritualiteit is 'n komplekse begrip met net soveel definisies as outeurs. Die skrywer vereenselwig hom vir die doel van hierdie studie met Louw (1989:10) se kort definisie van spiritualiteit as *geloof in aksie: operasionele geloof*. Louw (1997(b):15) gee ook 'n wyer omskrywing van spiritualiteit as die toewyding, vroomheid en godsvrug wat deel is van die hele proses van geloofsvolwassenheid.

Oostenbrink en Lotter (1999(b):379) definieer spiritualiteit as die wyse waarop gelowiges voor die aangesig van God in gemeenskap met Hom en medegelowiges in hierdie wêreld lewe.

Oorspronklik wys die term spiritualiteit op 'n bepaalde vorm van geestelike lewe, wat gevoed word vanuit 'n innerlike keuse. Dit gaan om 'n spesifieke grondhouding, gewortel in die verhouding tot God (Velema, 1990:26).

Die pastoraat het 'n besondere belang in die saak waarom dit uiteindelik in die spiritualiteit gaan: die verband tussen innerlike toewyding aan God en die alledaagse lewe. Die pastoraat wil weet wat aan die gang is in die lewerigterende kern van die mens, sy dade, denke en gevoel. Spiritualiteit van 'n mens is aanduidend van hoe daardie mens sy menswees verwerklik (De Jongh van Arkel, 1989:19).

Louw (1987:66) sluit by bogenoemde aan wanneer hy stel dat spiritualiteit die vrug is van die Heilige Gees toegepas binne die mens se verhouding tot God (gebed, meditasie en gemeenskap), sy verhouding tot homself (nederigheid en opregtheid), sy verhouding tot sy medemens (geregtigheid, diens en barmhartigheid) en sy verhouding tot die kosmos (bewaring en verantwoordelikheid). Velema (1990:133) stel dat spiritualiteit nie kan groei indien daar nie gebed en Bybelstudie is nie, want beide voed en versterk die geloof.

Hoewel spiritualiteit nie altyd *Christelik* is nie, en sodanig 'n wyer raamwerk vir die pastor bied, gaan spiritualiteit in hierdie studie fokus op 'n Christelike lewensoriëntasie.

Christelike spiritualiteit lei die mens weg van die illusie van bevoegdheid en gee aanleiding tot die konfrontering van sy hulpeloosheid en afhanklikheid van die genade van God. Wanneer die mens sy swakhede erken, kan Christus se krag in die sondaarmens werk (vgl. 2 Kor. 12:10) (McMinn, 1996:12). Die verhouding met God bring mee dat die mens geborge voel by God; totale vertroue het op op die soewereine God (Velema, 1990:122).

In die Christelike spiritualiteit en spesifiek dan die gereformeerde spiritualiteit word die totale verdorwenheid van die menslike natuur aanvaar. Daaruit spruit dat die mens absoluut afhanklik is van God se genade wat Hy aan ons in Christus skenk. Genade van God roep reaksie op: *enersyds* die aflê van die sonde en *andersyds* 'n nuwe lewe van gehoorsaamheid (Oostenbrink & Lotter, 1999 (b):373).

In die sentrum van Christelike spiritualiteit staan 'n genesende verhouding met God. Ons was gebroke en dood in ons sondige lewe, maar God herstel weer die gebrokenheid en gee lewe. Dit is die heerlikheid van God se genade wat die mens ervaar (McMinn, 1996:35).

Die spiritualiteit van die berader/pastor hou volgens Venter (1999:200) die volgende in:

- Ware spiritualiteit hou in dat die pastor eers begenadigde kind van God is en dan pastor.
- Groei in spiritualiteit hang nou saam met die pastor se omgang met die Woord.
- As 'n pastor in sy spiritualiteit stagneer, kan hy nie die beradenes toerus nie.
- 'n Wesensdeel van die pastor se spiritualiteit is gereelde selfondersoek.

Heitink (1999:272) vestig die aandag daarop dat die geloofsbeleving, spiritualiteit, of die religieuse ervaring van mens tot mens verskil aangesien elke mens sy ervaring as uniek beleef. Dit is belangrik om hierdie stelling in die beradingsproses in ag te neem.

#### 4.4 'N GESPREKSMODEL VIR DIE PASTORALE PRAKTYK

##### 4.4.1 Die pastorale gesprek

De Klerk (1975:46) definieer die pastorale gesprek as die intermenslike ontmoeting waar die beradene deur die pastor (berader) begelei en gelei word tot insig in sy persoon en situasie, en die beligting van sy persoon en situasie deur die Woord van God sodat hy dié lig kreatief in sy lewe kan toepas.

Die pastorale gesprek vind sy aanknoping in die ontmoeting tussen God en mens. Christus is die Subjek van die ontmoeting deur die Woord en Gees (De Klerk, 1975:48).

Die pastorale beradingsgesprek bring na vore dat dit in die pastoraat om 'n dialogiese proses van kontak en ontmoeting gaan (Louw, 1997(a):305). Louw

(1997(a):306) gaan voort deur te stel dat die pastorale gesprek gestruktureerd is maar nooit van sy gerigtheid op God losgemaak kan word nie.

In die pastorale gesprek is die hulpsoekende mens en die menssoekende God besig om mekaar te ontmoet met die hulp van die Heilige Gees. Louw stel verder (1997(a):307) dat die pastorale gesprek gekwalifiseer kan word deur vier faktore:

- Die feit dat die Woord en Gees 'n derde faktor in die pastorale gesprek is, stempel die dialoog in die gesprek tot 'n trialoog.
- Dit gaan in die pastorale gesprek wesenlik om 'n hermeneutiese proses van vertolking.
- Mense word in hul verantwoordelikheid aangespreek in terme van die verbondsmatige karakter van die kommunikasiegebeure tussen God en mens.
- Die pastorale gesprek beoog 'n heel spesifieke antropologiese doelwit: geloofsvolwassenheid as geloofsgroei binne die konteks van die gemeente.

Die pastorale gesprek het ook 'n verkondigingsaspek. Daarom is dit belangrik dat die beloftes van God aan die beradene verkondig word. Coetzee (1984:20) stel dat beloftes van verbondseëninge, genadige nabyheid, Goddelike beskerming en onderskraging, geesteswerkinge en Geestesgawes in die hede en vir die lewensduur aan die individu verkondig moet word. Verder moet daar ook op die eskatologiese beloftes, die wederkoms van Christus en die nuwe aarde en hemel klem gelê word.

Die beradene wat sy lewe op beloftes van God bou, het hoop. Ware hoop is die uitvloeisel van geloof, 'n ware begrip van God en die waarde van verhoudings. Hoop word nie verwerp nie, maar is deel van 'n persoon se instelling en standpunt oor die lewe. Hoop is gerig op die komende Koninkryk van God, die gelowige weet dat ten spyte van krisisse, Christus gaan kom (Louw, 1998:87, 89).

Hoop bring verandering in die persoon en skep visie. Die lewe word nie meer beskou as 'n stryd om oorlewing en plesier nie, maar as diens en vreugde. Hoop bind mense aan mekaar en bring ondersteuning. Hoop bring vryheid van verdrukking (Louw 1998:94).

#### **4.4.2 Pastorale verhouding**

Die skrywer vereenselwig hom met die siening van Heitink (1984:75) dat die pastoraat as hulpverlening meebring dat die pastor (berader) 'n helpende relasie aangaan met mense om – in die lig van die evangelie en in verbondenheid met die gemeente van Christus – saam met hulle 'n weg te soek na geloofs- en lewensvrae.

Die pastorale verhouding is primêr die groei in die ruimte wat deur die geloof bewerkstellig word, wat weer gebou word op die waarheid van die Woord. Die pastorale verhouding, gebed in die geloof en die waarheid van die Woord, bied antwoorde op pastorale probleme van ons tyd (Venter, 1988:35).

McMinn (1996:13) sluit hierby aan deur te stel dat die meeste mense wat vir berading kom, nie op soek is na spesifieke tegnieke om probleem op te los nie, maar op soek is na 'n verhouding met 'n berader met 'n positiewe Christelike waardesisteem. Müller en Swanepoel (1996:637) het gevind dat die berader se unieke godsdienstige waardesisteem die beradingsproses positief beïnvloed. Hierdie stelling word bevestig deur Houston *et al.* (1999:245) in hul studie waar gevind is dat die geloof en waardes van die berader naas die ingryping deur God, die belangrikste komponent vir die beradene in die beradingsproses is.

Die beradene tree in hierdie unieke verhouding met die berader omdat die beradene fisies en geestelik gewond is. Hy wil graag genesing deur Christelike berading ontvang sodat hy van gebrokenheid en smart kan beweeg na hoop en herstel.

'n Pastorale verhouding ontstaan tussen berader en beradene (die streslyer). Hierdie verhouding is volgens Venter (1996:119) gegrond op die gemeenskaplike geloof wat bydra tot goeie kommunikasie in die pastorale gesprek.

Die kommunikatiewe verhouding vind in 'n individualiserende verhouding plaas waar die pastorale gesprek op die individu gerig is. Die welstand van hierdie individu is van groot belang vir die gemeente. Die individu is in Christus opgeneem in die geheel van God se volk. As die lid ly, ly die hele gemeente. Die pastorale berading moet daarom ook daarna streef om die enkeling te bring van isolement na die vreugde en seën van die gemeente (De Klerk, 1964:163).

Met die eerste gesprek moet 'n gesonde relasie en gewenste atmosfeer tussen terapeut en kliënt geskep word. Laasgenoemde moet begrypend, simpatiek-meelewend aanvaar word, sonder enige poging om raad te gee, te oorreed, of om 'n oordeel uit te spreek (Gschwend-Bosch, 2000:48). Die terapeut/berader moet in 'n afwagtende en verwagtende houding verkeer. Stilte is noodsaaklik, dog nooit 'n vervelende stilte nie. Katarsis is lewensbelangrik omdat hierin die moontlikheid skuil dat die kliënt langs hierdie weg van vry-uit spreek die geleentheid kry om homself in sy situasie te ontdek (Kotzé, 1971:59).

Objektiewe aanvaarding van die kliënt het die *agapé* tot grondslag. Deur hierdie goddelike liefde word die pastor in staat gestel om selfs die mees irrasionele en sondige gevoelens van sy kliënt te aanvaar. Daardeur word hy innerlik vry. (Kotzé, 1971:61)

Gepaardgaande met die onvoorwaardelike aanvaarding van die beradene, is die daadverkondiging van die kant van die pastor. Die Christelike daad word in diens van die pastoraat geneem en dit bevestig die liefdesgesindheid van die pastor (Clinebell, 1994:65). Deur die daad moet die Woord vlees word. Die gees van die Christelike liefde word in en deur die beradingsproses in die gemeente uitgestort (Kotzé, 1971:61).

Die beradene wil nou die lewe met moed en vertroue aandurf. Hy ondervind 'n gevoel van bekwaamheid (Kotzé, 1971:61).

Die pastor moet altyd 'n ope oor en oog hê vir die negatiewe emosies met hul destruktiewe werkinge in die intermenslike verhoudinge, asook die verhouding met God. Hy mag nooit so optree asof hy die plek van God inneem nie. Hy moet sy perke en begrensinge ken, sodat God altyd eerste en laaste aan die Woord mag wees en bly (Van Pelt, 1999:300).

Alle pastorale diens is begrond in die Woord van God, omdat die Woord die openbaring van God is. Deur die Woord werk God heilshandelend in die mens (Kotzé, 1971:142; Gschwend-Bosch, 2000:21).

#### **4.4.3 Pastorale hindernisse**

Die persoon wat vir berading kom, moet nie beskou word as 'n pasiënt wat behandeling moet kry nie, maar as 'n persoon wat geestelike berading nodig het. Die simptome wat 'n persoon noodsaak om hulp te soek mag wissel van beroepsonvergenoegdheid, huweliksonmin tot geestelike en emosionele versteurdhede (Solomon, 1977:42).

Namate berading onder leiding van die Heilige Gees vorder, is dit ook belangrik dat geloofsgroei sal plaasvind en dat vordering nie uitsluitlik op intellektuele vlak gemeet word nie. Verandering moet in die lewe van die beradene sigbaar word.

Solomon (1977:52-54) wys op die volgende struikelblokke en hindernisse wat vooruitgang in berading strem:

Hindernisse:

- Hy is nie wedergebore nie. Hoewel 'n persoon die regte woorde op die regte tyd kan kwytraak, kan dit ook wees dat hy dit nie doen omdat hy 'n wedergebore mens is nie maar slegs om die berader te beïndruk. Die

berader is hier, soos altyd, aan die leiding van die Heilige Gees afhanklik om hom so te lei dat die ware prentjie gesien kan word. Die gebrek aan 'n geestelike geboorte sal noodwendig die geestelike groei en ontwikkeling beperk.

- Hy is nie oorgegee aan Christus nie. 'n Persoon kan voorgee dat hy iets doen, maar dit is ook moontlik dat hy homself nie aan Christus oorgee nie. *Oorgawe beteken om radikaal met die sonde te breek en 'n nuwe pad in te slaan* (eie kursivering).
- Hy het onbelyde sonde. Bekende sonde wat nie bely en verlaat is nie staan tussen die sondaar en God (Jesaja 59:2) en verhinder verdere groei en belemmer verhoudings.
- Hy moet skade herstel. Skade aan ander gedoen moet reggestel word, indien moontlik. Die vra en gee van vergiffenis is belangrik (Matt. 5:23, 24).
- Daar is nie vergewensgesindheid nie.
- Daar is vrees teenwoordig. Hierdie is 'n unieke emosie wat feitlik altyd weerstand meebring. Die beradene is dikwels bevrees dat hy aansien sal verloor by die berader indien hy sy diepste emosies bekend maak. Verder kan hy ook vrees vir God hê. Vrees vir verloor van materiële dinge, of geliefdes bring dikwels mee dat die kern van die probleem nie geopenbaar word nie.
- Daar kan weerstand teen die breek van sondige praktyke wees. Ontmaskering van sondige praktyke en verhoudings mag vernedering, werkloosheid, bankrotskap, tronkstraf, verlies van 'n geliefde, of enige ander onaangename situasie vir die beradene teweegbring.
- Die beradene ervaar verwerping deur God. 'n Persoon wat nie weet wat aanvaarding is nie, sal dit moeilik vind dat God hom as mens kan aanvaar, veral as hy probeer het en steeds ervaar dat God nie by hom is nie.
- Hy voel verraai. Die beradene het al so baie keer ervaar dat mense hom verraai, dat hy nie kan glo dat die berader, God of enigiemand anders hom nie die een of ander tyd sal verraai nie.

- Hy het 'n gebrek aan geloof. Sommige beradenes glo dat daar 'n te groot wonderwerk sal moet plaasvind om hulle te red en daarom is hulle bang om op God te vertrou.
- Daar is 'n weiering om swaar te kry. Wanneer emosionele of geestelike pyn ervaar word, sal die beradene feitlik enigiets doen om die pyn te verlig. Hy sal alkohol of dwelms misbruik of ongeoorloofde verhoudings aanknoop, om van die situasie af weg te hardloop.
- Gebrek aan gebed is 'n struikelblok. Dit is belangrik dat God met die beradene praat deur sy Woord, en dit is net so belangrik dat die beradene met God praat deur gebed. Omdat die Heilige Gees die Terapeut is, is dit belangrik dat Woord en gebed sentraal staan in die helingsproses.

Venter (1996:122-123) sluit hierby aan en meld dat polêre spanning, afweermeganismes by die berader, onbekendheid met die situasie van die mens aan wie die liefdesgemeenskap bedien word en die oordragverskynsel belemmeringe in die gesprek kan wees.

Die berader moet dus in die beradingsproses kennis dra van hindernisse sodat dit nie in die pad staan van gesprekvoering en oplossings nie.

#### **4.4.4 Riglyne vir pastorale gesprekvoering**

Venter (1988:32-37) gee enkele riglyne uit die Nuwe Testament vir gebruik in die pastorale gesprek. Die verkondiging van die Woord van God, met kerninhoud die versoeningswerk van Jesus Christus, staan sentraal in die gesprek. In die pastorale gesprek beklee die Heilige Gees die beslissende plek. Die gesprek moet volgens die Nuwe Testament:

- Individualiserend gerig word;
- binne 'n pastorale verhouding geskied;
- die mens in sy geheel betrek;
- in die amp van gelowige gevoer word; en

- moet geskied in die gesindheid van diens.

De Klerk (1985:172-175) vul bogenoemde aan deur te stel dat die pastorale ontmoeting 'n amptelike gespreksontmoeting is, veral in individuele verband, op die konkrete vlak van die lewe as 'n vorm van die bediening van die versoening. 'n Nadere ontleding van hierdie omskrywing lei tot die volgende stellings:

- Die pastorale ontmoeting is 'n vertikale gespreksontmoeting.
- Die pastorale bediening is 'n intermenslike gespreksontmoeting.
- Die pastorale bediening is 'n individualiserende gespreksontmoeting.
- Die pastorale bediening is 'n amptelike gespreksontmoeting.
- Die pastorale bediening is na sy inhoud 'n profetiese, priesterlike en koninklike gespreksontmoeting.
- Die pastorale bediening is 'n metodologiese gespreksontmoeting.

Dit is belangrik dat die luisteraksie in die pastorale gesprek in ag geneem word soos deur onder andere Collins (1988:42-43), Venter (1976:253-255), Gschwend-Bosch (2000:31-34) en De Klerk (1975:56-57) bespreek word. Venter (1976:255) en ook De Klerk (1975:56) stel die volgende vlakke van luister voor:

- Die kognitiewe vlak – luister na direkte inhoud
- Die emosionele vlak – luister na die gevoelswaarde en gevoelsinhoud
- Die houdingsvlak – wat is houding van mededeler tydens mededeling
- Die eksistensiële vlak – luister na die diepste “waardes” van die persoon
- Die stiltevlak – interpreteer die stiltes in die gesprek.

In die pastorale gesprek is stiltes net so belangrik aangesien dit 'n belangrike aspek van sensitiewe inlewing is. Vir 'n persoon onder druk met hewige emosies van pyn, angs en neerslagtigheid is stiltes nie ongemaklik nie, maar 'n veilige hawe waarin vir 'n oomblik geskuil kan word. Stiltes kan 'n verposing en 'n oase

wees vir 'n siel wat uitmekaar geruk is. Gedurende 'n stilte oordink 'n persoon die sentrale gebeure en is besig met die dieptevlak van sy bewussyn. In die pastorale gesprek kom die belangrikste gegewens juis gedurende 'n stilte na die oppervlak (Louw, 1997(a):341).

Dit is egter ook noodsaaklik dat die pastor die stiltes reg interpreteer en nie verkeerde afleidings en gevolgtrekkings as gevolg van stiltes deur die beradene maak nie. Die pastor moet uit die nie-verbale kommunikasie (liggaamshouding, gesigsuitdrukking en emosies) probeer om die aard van die stilte te bepaal (Louw, 1997(a):341)

In die pastorale gesprek is God die inisieerder en die berader moet glo en vertrou dat Hy alles bewerk (Lotter, 1993:87). Alle eer vir oplossings in die pastorale beradingsproses moet aan God alleen gegee word. Die teenwoordigheid van die Heilige Gees moet erken word.

#### **4.4.5 Skrifgebruik in die pastoraat**

Die Skrif word as die geïnspireerde Woord van God (Nederlandse Geloofsbelydenis Art.3) erken en bely in die pastoraat, 'n stelling en feit wat die outeur van hierdie studie heelhartig bely. Die Heilige Gees is self die Inspireerder van die Skrif en tree ook tydens die verstaan van die Skrif as die eintlike Skrifverklaarder op (De Klerk, 1987:104). Die Skrif staan sentraal in die pastoraat, daarom kan die berader nie berading doen in die afwesigheid van die Woord nie (Adams, 1981:85; Dreyer, 1991:152).

Die Woord kan alleen reg verstaan en gelowig aanvaar word deur die bevestiging met die innerlike getuieis van die Heilige Gees (De Klerk, 1987:109).

Paulus rus Timoteus toe vir sy roeping en gee dan die volgende Skrifwaarheid aan hom volgens 2 Timoteus 3:16: *“Die hele Skrif is deur God geïnspireer en het groot waarde om in die waarheid te onderrig...”*(NAV).

Uit die geloof en kennis dat die Skrif die Woord van God is, word die soewereiniteit van God erken. Combrink (1986:48) stel die betekenis van die soewereiniteit van God vir die pastoraat soos volg:

- Omdat die mens totaal verdorwe is, is dit net die almag van God wat 'n hart van klip deur die werking van die Heilige Gees kan wederbaar.
- Ten spyte van die mens se sondedood word sommige tog tot goeie werke uitverkies (Ef. 2:10), sodat 'n gelowige Christen alle rede het om resultate op sy beraad te verwag.
- Omdat Christus persoonlik en waarlik vir bepaalde individue gesterf het, glo die berader dat God vir hulle alles wat nodig is om God te kan dien, saam met sy Seun sal gee.
- In sy onweerstaanbare genade maak God deur sy Gees mense ontvanklik en gewillig en gee Hy hulle Sy krag en wysheid om te doen wat Hy beveel.
- Die soewereine God gee die opdrag en genade sodat die heiliges daarin sal volhard om in die Wynstok te bly. Daarom vertrou die berader ten volle dat God in Sy trou Sy kinders sal help en kragtens 1 Pet. 1:3-5 sowel die erfenis as die erfgenaam sal beskerm.

Omdat God soewerein is, is die lewe van die gelowige dan ook op God gerig want hy weet God is altyd in beheer, ten spyte van sy situasie.

Müller (1981:11) bevestig dat Skrifgebruik noodsaaklik is in die pastorale beraad. Die Woord van God is kragtig; dit is 'n inherente mag wat wag om ontsluit te word (Hebr. 4:12). Daardeur word selfs die aarde geskep en in stand gehou (Ps. 33:6, 9); daardeur word die mens gered, herskep, weer nuut gemaak (Jak. 1:21; 1 Pet 1:23) en daardeur word die mens genees en uit ellende geruk (Ps. 107:20).

Die funksie van die Skrif in die pastoraat is om die beradene tot insig en selfinsig te bring. Die Skrif moet die beradene aangryp deur 'n korrekte appèl op hom/haar te maak ten opsigte van sy/haar konkrete onwil en ongehoorsaamheid. Slegs deur met die Skrif in die pastoraat om te gaan, kan bevryding uit die bande en nuwe lewensperspektief verkry word (Müller, 1981:22).

De Klerk (1987:105) beklemtoon dat God tydens Skriflesing (in die erediens, *maar ook in die beradingsproses*), besig is om deur hierdie handeling Sy reddende krag uit te oefen. Terwyl die Woord gelees word, is mense, deur hul reaksie daarop, op die weg van redding en bly hulle daarop of is hulle besig om verlore te gaan.

Volgens Louw (1997(a):443, 444) kan die Skrif egter ook foutiewelik aangewend word op die volgende wyses:

- Moraliserende gebruik;
- illustratiewe of tipologiese gebruik;
- abstrakte gebruik;
- biblisistiese gebruik;
- homiletiserende gebruik;
- dogmatiserende gebruik; of
- krities-afbrekende gebruik.

Dit is belangrik dat die berader 'n behoorlike kennis van die Woord van God het, teologies goed onderlê is, en self 'n diepgaande geloof in God het (Dreyer, 1991:156; Gschwend-Bosch, 2000:12). Slegs dan sal die berader in staat wees om 'n geskikte Skrifgedeelte vir elke situasie te kies. Die berader gaan elke berading met 'n oop gemoed binne en na aanleiding van die situasie word 'n gedeelte gekies om by die situasie te pas (Dreyer, 1991:149).

Skrifgedeeltes wat gebruik word, moet ook deeglik geëksegetiseer word sodat die waarheid van die Woord aan die beradene verkondig word. Sonder eksegeese kan daar maklik in 'n moralistiese teregwyding verval word.

#### **4.4.6 Gebed in die pastoraat**

Gebed is belangrik in die beradingsproses, vir die berader sowel as die beradene. Gebed het 'n prominente plek in die beradingsproses, want beide die berader en beradene vra hulp van God en is afhanklik van Hom om te voorsien (Adams, 1979:61). Die afwesigheid van gebed dui daarop dat die pastoraat humanisties van aard is (Adams, 1979:62).

Volgens De Klerk (1987:248) is die gebed die geestelike intree in God se heiligdom, die regstreekse aanspreek van God, die belydenis van die bidder en die belangrikste deel van sy dankbaarheidslewe.

Deur "in die Gees te bid" is om kinderlik God as Vader te ken en in eerbied en vertroue innig met die Vader te praat en tegelyk bewus te wees dat die woorde wat uitgespreek word, deur die Gees geheilig en tot in die Vaderhart ingedra word (De Klerk, 1988:136).

Louw (1997(a):498) stel dat gebed wesenlik 'n reaksiefenomeen van die geloof binne die konteks van gemeenskap met God is. Gebed is primêr gemeenskap, nie kommunikasie nie. Gemeenskap veronderstel twee dinge: eerstens, 'n verhouding van vertroue, waarin die objek van vertroue waar en betroubaar is. Daarom is gebed die amen van geloof; die bevestiging van 'n heilsfeit wat gewaarborg word deur God se trou. Tweedens veronderstel gebed 'n deel hê aan die heil. Gebed is geloofsgemeenskap.

Gebed het ook 'n terapeutiese funksie wat van die uiterste belang is vir die beradingsproses met die streslyer in die SAPD. Louw (1997(a):506-510) toon aan dat gebed:

- Meditasie;
- 'n uitdrukkingsmedium van menslike skuld;
- 'n aksie van dank; en
- 'n komponent van genesing is.

Tog moet gebed aan sekere voorwaardes in die praktykteorie voldoen (Venter, 1996:127):

- Gebed moet organies en sinvol voortvloei, as't ware die klimaks van die totale gesprekshandeling wees.
- Gebed het die psigologiese effek van katarsis. Gebed het 'n bevrydende uitwerking indien reg aangewend.
- Gebed moet nie misbruik word om ander te vermaan of wanneer die berader hom nie kan verweer of in gesprek met die beradene kan tree nie.
- Gebed behoort positief, hoopvol-afwagting en gelowig gerig te word, terwyl die hoofelement van dank nie mag ontbreek nie.

Deur die gebed stel die mens hom dus bloot aan God en maak hy homself aan God kenbaar.

#### **4.4.7 Geloof en hoop in die beradingsproses**

In die beradingsproses bewerk die Heilige Gees 'n omwenteling in die hart omdat die beradene onder die heerskappy van die evangelie geplaas word. Deur die werking van die Heilige Gees word die lewensuiting van die beradene radikaal verander. Die verandering ontketen 'n proses van geloofsgroei en geloofsvolwassenheid in die beradene (Louw, 1997(a):220).

Louw (1997(a):221) vat die aard van geloof soos volg saam:

- Geloof is wesenlike gehoorsaamheid. Geloof as gehoorsaamheid beteken dat die geloof fundamenteel 'n instrumentele en reseptiewe karakter verkry. In geloof omhels die mens die genade van God. Die

Heilige Gees werk geloof in die mens sodat die uitwerking van die genade 'n geloofshouding in hom skep wat die genade binne die konkrete bestaan bevestig.

- Geloof besit 'n belydeniskarakter. 'n Belydenis impliseer 'n instemming sodat die mens die inhoud van die geloof met oortuiging kan herhaal en saam met alle gelowiges daarvan kan getuig.
- Geloof is 'n persoonsgerigtheid. Geloof word nie deur 'n saak bepaal nie, maar deur 'n persoon, naamlik Jesus Christus.
- Geloof hang saam met die oorlewering van die gemeente en is deel van die tradisie van die Christelike kerk.
- Geloof is 'n kenbare saak wat wysheid bring en 'n onderskeidingsvermoë skep. Geloof veronderstel 'n kennis gebaseer op die triomf van Christus se opstanding.
- Geloof is 'n vaste vertroue. Geloof aanvaar die inhoud van die evangelie as waaragtig en dit rus in die trou van God aan sy verbondsbeloftes.
- Geloof is deelhê aan die opstandingskrag. Geloof laat die mens deel in die krag van God, naamlik die opstandingskrag van Christus.
- Geloof is gegronde verwagting. Daar bestaan 'n noue verbintenis tussen geloof en hoop. Hoop rig op die onsigbare dimensie van die eskatologiese werklikheid.

Die Christelike geloof hou in dat die nuwe mens op pad is na geestelike of geloofsvolwassenheid. Geloofsvolwassenheid is geloof in aksie vanuit die volheid van die heil en die oorwinnende krag van die Gees binne die toekomsperspektief van die komende ryk van God (Louw, 1997(a):224).

Geloof het ook 'n terapeutiese funksie, naamlik op kognitiewe en rasonale vlak en kan as 'n hermeneutiese funksie beskryf word. Dit beteken dat die gelowige op 'n nuwe en ander wyse die werklikheid waarneem en verstaan. Die gerigtheid

van die mens is nie meer op die self nie, maar op God en die medemens (Louw, 1997(a):523).

In elke beradingsproses is die kans op herstel en genesing beter indien die beradene gefokus word op hoop vir die toekoms (Collins, 1988:69). Die Christelike berading het 'n eiesoortige karakter aangesien die Christelike hoop ten diepste deur sy objek bepaal word. Die sentrale inhoud van die Christelike hoop is toegespits op Jesus Christus, die gekruisigde Seun van God en opgewekte Here. Die Christelike hoop fokus in die Christologie en die soteriologie (Louw, 1984:44).

Christelike hoop kan volgens Louw (1997(a):532) beskryf word as:

- *Gegronde verwagting*. Die Christelike hoop is gefundeer in God se trou aan sy beloftes.
- Die Christelike hoop besit voorts 'n *toeseggende karakter*. Die hoop word gedra en gestimuleer deur die toesegging van die verbondsbeloftes. Die inhoud van hierdie beloftes is die heil van die mens, die waarborg van 'n daaglikse sinvolle lewe, asook die uiteindelijke ewige lewe.
- Die Christelike hoop is wesenlik *opstandingshoop* en werk met 'n *oorwinningsperspektief*. Die beteken dat die hoop vanuit die oorwinningsdimensie oor sonde en dood werkzaam is en 'n toekoms verwag waarin alle destruktiewe magte finaal oorwin sal wees.

In die beradingsproses is hoop terapie dus om die beradene bloot te stel aan die trou van God. Die beradene se Godsbegrip moet beïnvloed word sodat dit verander, deur die werking van die Heilige Gees, sodat die beradene teenoor 'n toekoms georiënteer word wat onties en eskatologies gerig is.

## **4.5 VOORGESTELDE PASTORALE BERADINGSMODEL**

### **4.5.1 Pastorale berading**

Soos reeds in Hoofstuk 1 verwys, val die klem in pastorale berading op die werk van die professionele pastor wat as teoloog en helper oor 'n eie kundigheid beskik. Pastorale berading is 'n meer intensiewe of gespesialiseerde vorm van berading wat gewoonlik ook meer as een gesprek tot gevolg het. Dit is 'n sorgende aksie aan individue, pare en gesinne wat worstel met brandende geloofs- en lewensvrae; mense met probleme in hul verhouding met hulself, met ander en met God.

#### **4.5.1.1 Beradingsmetode**

Daar is verskeie metodes en beradingsmodelle wat gebruik kan word. Verskeie beradingsmodelle is nagegaan, onder andere dié van Calvyn, wat lerend en vermanend aan God al die eer gee (Benoit, 1947:50), Adams (1983:156) se noutetiese model, Clinebell (1994:25) se holisties-vrymakende model. Ook die modelle van Lotter (1987:105-168), Collins (1988:42-47), De Klerk (1985:177e.v.), Venter (1976:248e.v.) en Joubert (1998:97)[sielkundige] kan gebruik word.

Die skrywer van hierdie studie vind homself gemaklik in die gebruik van die volgende beradingsmodel:

##### **4.5.1.1.1 Bou van 'n verhouding**

Die eerste ontmoeting is baie belangrik omdat eerste indrukke gewoonlik blywend is. Die berader moet by die probleem of sonde van die beradene verbykyk en vriendelik, simpatiek en begrypend teenoor die beradene as mens wees. Meegevoel met die situasie waarin die beradene hom bevind, vir hierdie studie die SAPD-lid, moet uitgespreek word.

*- Die berader*

Die berader moet ten alle tye deur die beradingsproses warmte, empatie, toewyding, respek, aanvaarding en opregtheid aan die dag lê. Dit sal verseker dat die beradene gemaklik voel in die teenwoordigheid van die berader wat weer die beradingsproses sal aanhelp.

*- Vertroulikheid*

Die beradene moet ten alle tye verseker wees dat inligting wat verskaf word, as vertroulik gehanteer word, aangesien sy diepste gevoelens, vrese en probleme blootgelê word.

*- Liefde*

Die berading word in liefde gedoen. Liefde in die beradingsproses word selde in die literatuur genoem, tog is die Nuwe Testament vol van liefde. Dit is as gevolg van liefde dat God sy Seun na hierdie wêreld gestuur het om verlore mense te red. Dit is dan ook 'n doel in die beradingsproses om die beradene oor te haal om sy lewe met meer liefde in te rig. By die eerste ontmoeting, maar ook deur die hele beradingsproses, moet liefde tot die naaste (berader/beradene) 'n belangrike rol speel.

*- Partye betrokke in beradingsproses*

Daar moet baie duidelik aan die beradene gestel word dat die Heilige Gees aktief werkend in beradingsproses is (Joh. 16:5-10). God is die middelpunt van die gesprek en alle hulp en leiding kom van Hom. Die beradene kom dan onder die indruk dat die berader slegs 'n instrument is wat self van God afhanklik is vir die beradingsproses.

Die verhouding wat in hierdie fase tot stand kom, bestaan uit drie partye, naamlik die beradene, die berader en die Drie-enige God.

#### **4.5.1.1.2 Ontleding**

##### *- Persoonlike inligting*

Dit is nodig om persoonlike inligting van die beradene te bekom. Persoonlike inligting soos naam, adres, werksomstandighede en mediese omstandighede is belangrik vir toekomstige gebruik. Indien die beradene onder mediese behandeling is, is dit nodig om kennis te dra van medisyne wat gebruik word. Medikasie kan dalk die oorsaak van slaaploosheid, aggressiewe gedrag of stres wees.

##### *- Gebruik van vraelyste*

Inligting kan bekom word deur die invul van vraelyste. Vraelyste is egter baie onpersoonlik en die pastor verbeur 'n geleentheid om behoorlik te luister, wat die eerste kommunisiebeginsel is. Indien daar van vraelys gebruik gemaak word, is dit absoluut noodsaaklik dat dit eerlik beantwoord word.

Vrae kan so gestel word dat berader die beradene se verwysingsraamwerk oor 'n spesifieke saak kan peil. Lotter (1987:124) stel byvoorbeeld voor dat vrae gestel kan word om vas te stel hoe die beradene God sien. Uit die antwoord kan dan afgelei word of die beradene op God vertrou, en of die beradene glo in God se voorsienigheid in sy lewe.

Dit is nie nodig dat die berader kennis moet dra van die beradene se hele lewensgeskiedenis nie, slegs inligting wat kan help om die huidige situasie op te los, is relevant (vgl. Spr. 18:13,15).

##### *- Filtrasie van inligting*

'n Goeie berader is nie 'n skeptiese persoon wat alles in twyfel trek wat die beradene sê nie, maar is wys genoeg om te besef dat die beradene nie altyd die hele storie of die volle waarheid vertel nie. Die beradene doen dit nie altyd doelbewus nie, hy sien net nie altyd sy probleem in die breë perspektief nie. Die berader moet dus, terwyl hy luister, inligting sorteer en filtreer sodat die waarheid

en belangrike sake uitgelig kan word (Collins, 1988:45). Dit kan alleen gedoen word onder leiding van die Heilige Gees.

*- Beplanning*

Gedurende hierdie fase word met die inligting beskikbaar beplan hoe die probleem behandel gaan word. Indien dit blyk dat dit 'n mediese probleem is, word die beradene na gelang van omstandighede, na 'n medikus of psigiater verwys. Indien die berader self berading gaan doen, kom hy en die beradene ooreen hoe die probleem aangepak gaan word, sodat albei weet wat die doelwitte in die beradingsproses is.

#### **4.5.1.1.3 Onderhoud**

*- Luister*

Tydens hierdie fase word die situasie ontgeloop. Die beradene word tyd gegun om sy hart te ontbondel. Dit is baie belangrik dat die berader hier stilte moet handhaaf en moet luister. Die luisteraksie is 'n baie belangrike element in die beradingsproses (De Klerk, 1975:56; Adams, 1983:84; Collins, 1988:43; Gschwend-Bosch, 2000:31).

Jakobus 1:19 bevestig die noodsaaklikheid om te luister: "...elke mens moet maar te gewillig wees om te luister, nie te gou praat nie..."

*- Empatiese optrede*

Die beradene sal tydens hierdie fase baie emosioneel optree. Dit is 'n ontladingsfase en die berader moet hier empaties meedoen. Jesus self is hier 'n voorbeeld waar Hy empaties meegeleef het met diegene wat in nood was (vgl. Luk. 7:11-15).

Die beradene moet onvoorwaardelik aanvaar word as 'n unieke individu. Die gespreksklimaat moet warmte, liefde, simpatie en empatie uitstraal.

*- Openhartigheid*

Die berader moet aandring op die eerlikheid van die beradene sodat die kern van die probleem gevind en behandel kan word. Die beradene moet die versekering kry dat die berader ten alle tye beskikbaar is om te help. Dit sal bydra tot die openhartigheid van die gesprekke.

*- Vermanende optrede*

Tydens hierdie fase moet die beradene aangespreek en vermaan word uit die Woord van God, indien nodig. Die berader moet nie wegstroom van direkte teregwysings nie. Konfrontasie is nie die veroordeling van die beradene in sy situasie nie, maar is daar om die beradene te help om sy sonde raak te sien, sy gebreke en tekortkominge in krisis te erken en verskonings en self-destruktiewe gedrag te oorkom.

*- Skrifgebruik en gebed*

Collins (1988:43) doen aan die hand dat vrae kundig gevrae moet word sodat belangrike en rigtinggewende antwoorde verskaf kan word. Indien nodig kan bemoediging uit die Skriflesing na vore kom. Die Skrif moet antwoorde aan die beradene verskaf. Die Skrif moet verklaar en toegepas word op die probleem wat die beradene ondervind.

Gebed moet organies voortvloei uit die beradingsgesprek en moet nie geforseerd voorkom nie. Dit kan die beradene afskrik en nog verder van God wegdryf.

*- Huiswerk*

Daar kan ook aan die beradene huiswerk gegee word sodat hy voortdurend oor die situasie kan dink en ook self aandag aan die krisis kan gee. Huiswerk verhoed ook 'n totale afhanklikheid van die berader. Skrifgedeeltes en vrae uit gedeeltes kan aan die beradene gegee word sodat hy self die Skrif met al sy rykdom kan ontdek.

#### **4.5.1.1.4 Ontmoeting met God**

##### *- Kennis en vertroue*

Die beradingsproses is daarop gemik om die mens in nood, hier die streslyer, weer tot kennis en vertroue op die Drie-enige God te bring. Die streslyer moet tot die besef kom dat God altyd in beheer is. Al lyk dit soms of Hy nie teenwoordig is nie, Hy is almagtig, alomteenwoordig en 'n liefdevolle God wat omgee vir Sy kinders.

##### *- Gebed*

Gebed in hierdie fase is baie belangrik. Die gebed is hier die kommunikasie met God. Deur gebed word die hart van die berader sowel as die beradene op God gerig en word die diepste nood en ellende voor God geplaas. Daar moet egter gewaak word om die gebed nie as 'n stopmiddel te wil gebruik indien die berader onbevoeg is om die probleem te benader nie.

##### *- Skrifverklaring*

Die Woord van God, geïnspireer deur Sy Gees, is die kenbron van die berading. Deur die Gees van God sal die berader gelei word om die beradene te begelei na die rykdom van die Woord. Die verklaring van relevante Skrifgedeeltes aan beradene sal help om versterking in geloof te bewerkstellig. Dit sal ook aan beradene bevestig dat sy nood nie uniek is nie, maar dat God ook sy ellende kan verlig.

Hou in gedagte dat hierdie 'n leerfase is. Die beradene moet leer om sy situasie vanuit die Woord van God, met die God van die Woord te behandel en op te los (vgl. 1 Pet. 5:7).

Die streslyer moet die versekering kry dat deur die versoeningswerk van Jesus Christus, ook hy vergewing van sondes ontvang. Ook hy staan reingewas as kind van God voor die Troon (vgl. 1 Joh. 1:7, 9).

*- Hoop*

In hierdie fase word daar hoop aan die beradene gegee. Sonder hoop op uitkoms, hoop op die toekoms en hoop op God sal die hele beradingsproses tevergeefs wees. Indien die streslyer 'n hoop-lose fase betree, ervaar hy 'n verliesangs en 'n "performance-anxiety". Wanneer hierdie toestand van hoop-loosheid voortduur sonder enige eksterne sekuriteite of steunpunte en die persoon oorweldig word deur 'n ervaring van algehele doelloosheid en sinloosheid, ontstaan wanhoop (Louw, 1993(a):472).

#### **4.3.1.1.5 Onderwysing**

*- Genesing*

In hierdie fase moet daar gefokus word op die genesingsproses en rekonstruksie van die streslyer se lewe. Die beradene word bewus van God se teenwoordigheid in sy lewe.

Skrifstudie in die vorm van huiswerk en Bybelstudie kan gedoen word, vergelyk ook 4.6.2. Die streslyer leer om die stres te verwerk en om in moeilike tye aan God vas te hou. Die stres wat ervaar word, word positief aangewend en daar word nie onnodige energie vermors nie.

Die probleem word deur die streslyer bestuur, die probleem bestuur nie langer meer die streslyer nie. 'n Gelowige selfbeeld word verkry, die beradene beskou nou elke krisis as 'n uitdaging of avontuur (Joubert, 1998:97).

Die streslyer is bewus dat ten spyte van moeilike omstandighede, God altyd in beheer is en hom nooit sal verlaat nie.

*- Konfrontering*

Dit is tog belangrik dat situasie waarin beradene hom bevind direk aangespreek word en nie in vae verwysings vasgeval word nie, bv.: "Ek moet my woede teenoor my huweliksmaat beheer" en nie " Ek wil 'n gelukkige huwelikslewe hê"

nie. Sake moet nou en hier aangepak word en nie uitgestel word om later reggestel te word nie.

#### *- Vergiffenis*

In hierdie fase word die beradene ook aangemoedig om diegene wat stres kon veroorsaak het, te vergewe. Vergiffenis speel 'n baie belangrike rol in die genesingsproses. Die beradene kan begelei word om die vergiffenisproses te deurloop met die Woord van God in die hart en onder leiding van die Heilige Gees.

Versoening bring in die plek van vyandskap, vriendskap, vrede en rus in die mens. Versoening bring bevryding vir die beradene.

#### **4.5.1.1.6 Ondersteuning**

Die beradene word aangemoedig om by 'n ondersteuningsgroep aan te sluit vir bystand en onderskraging. Familie en vriende word ook versoek om die streslyer te ondersteun.

In die SAPD is daar verskeie groepe, soos gemeld in Hoofstuk 3 waar die SAPD-lid kan inskakel vir onderskraging. Hier is die SAPD-lid ook tussen mense wat sy situasie ken en sy vrese met hom kan deel.

Die streslyer moet ook die versekering van die berader kry dat hy altyd op die hulp en bystand van die berader kan reken, self al is hy nie meer in berading nie. Neem kennis dat fases soos bespreek in 4.5.1.1.1 tot 4.5.1.1.6 nie noodwendig afsonderlik plaasvind nie, maar geïntegreerd kan voorkom.

### **4.6 Riglyne vir pastorale berading aan die streslyer in die SAPD**

#### **4.6.1 Inleiding**

Dit is belangrik om die SAPD-lid te bemagtig om in die veeleisende fisiese, emosionele en geestelike omgewing te funksioneer deur die benutting en

ontwikkeling van ondersteuningsdienste soos Christelike beraders, sielkundige en maatskaplike dienste.

Stres kan in die SAPD beheer word deur SAPD-lede behoorlik toe te rus deur aan hulle kennis oor stres te verskaf. Hulle moet bewus gemaak word van kollegas, vriende en ondersteuningsdienste wat hulle in tye van nood kan ondersteun. Dit is belangrik dat SAPD-lede tydens hul basiese opleiding opgelei word met die idee dat dit aanvaarbaar is om hulp te soek en oor negatiewe gevoelens te praat.

#### 4.6.2 Skrifgebruik

Die Skrif kan sinvol in sekere situasies gebruik word sodat die beradene (die streslyer) deur die aanhoor of lees daarvan in die geloof kan groei. Die kompleksiteit van stres moet in gedagte gehou word by die gebruik van die Skrif. Soos die definisies aangetoon het, is verskeie oorsake en gevolge van stres betrokke. Sekere Skrifgedeeltes kan na gelang van stres soos in Hoofstuk 2 bespreek, soos volg met die streslyer behandel word:

- Stres as gevolg van die belewing van intense gevaar:

Hier kan die beradene deur die lees van Ps. 57 of 2 Kor. 11:24-28 daarop gewys word dat sy situasie nie uniek is nie, maar dat gelowiges ook deur dieselfde gemoedstoestande beïnvloed word. Al wil dit vir die beradene voel sy lewe val uitmekaar, kan hy deur 2 Kor. 11:24-28 die versekering kry dat die Here Sy kind nie uit sy hand laat gaan nie, al is die omstandighede hoe moeilik.

Daar kan aan beradene gevra word: *“Ervaar jy ook soos Dawid in Ps. 57 dat jy in 'n onuithoudbare gevaarsituasie verkeer?”*

Bemoedig die beradene dan uit Ps. 57:2-3 waar Dawid sy lewe in die hande van God plaas en op God vertrou vir uitkoms.

Ps. 23 kan gebruik word om die beradene te bemoedig. Deur God as Herder te bely, sal die beradene geloofstrou en gemoedskalmte ervaar wat hom deur enige situasie sal dra.

- Fisieke smart deur die verlies van 'n geliefde of kollega:

Die beradene kan hier versoek word om die boek Job, en dan veral Job 1 en 2, by die huis te lees en as huiswerk al die verliese wat Job van geliefdes en kennisse gelei het, neer te skryf. Hierdie gedeelte word dan met die beradene bespreek tydens 'n volgende geleentheid.

By die bespreking van hierdie gedeelte word dan veral klem gelê op Job 42:1-6 om Job se reaksie op God se handeling aan die beradene te verklaar. Ps. 23 kan ook hier as vertroosting dien.

- Stres as gevolg van bedruktheid en benoudheid:

Die beradene kan gewys word op Paulus se ervarings soos dit beskryf word in 2 Kor. 11:24-28. Die beradene kan begelei word om te sien dat Paulus sy krisis te bowe gekom het deur sy vertroue op God te stel.

God se vertroosting kan aan die beradene verkondig word uit Jes. 41:10. Die beradene kan gevra word: *“Met die bestudering van Jes. 41:10, is dit nodig dat bekommernis oor jou situasie jou ontspoor?”* asook *“Watter vier dinge doen God vir jou volgens Jes. 41:10?”*

- Bemoediging aan die streslyer:

Die beradene as streslyer het baie bemoediging nodig. Om slegs aan te die beradene te verkondig: *“Moenie vrees nie, dinge kan nie*

erger as kopaf gaan nie”, het geen positiewe uitwerking op ‘n persoon wat reeds nie meer weet watter kant toe nie.

Bemoedig die beradene met Ps. 23, Ps. 139 of Matt. 11:28. Die gedeeltes moet intensief met die beradene bespreek word. Hy moet in sy situasie vertrou dat *die Here sy Herder is, al gaan hy dan ook deur 'n dal van die dood, hy hoef nie te vrees nie, want sy Herder bewaar en beskerm hom.*

Hy moet ook weet dat God hom deur en deur ken. Hy weet waartoe hy in staat is; Hy sal die beradene nie oorlaai nie. Hy vra net dat die beradene sy laste met Hom deel, en Hy sal *rus gee*.

- Besef van afhanklikheid van God:

Die beradene sal nooit sy eie probleme kan oorkom as hy nie tot die besef kom dat hy afhanklik is van God vir alles in sy lewe nie. Hierdie afhanklikheid bevestig aan die beradene dat hy as kind van God kan staat maak op God se bemoediging en beloftes, omdat hy ook ‘n kind van God is.

Ps. 139 kan hier bestudeer word as huiswerk of die berader kan dit aan die beradene verkondig. God se alomteenwoordigheid en almag kan hier baie duidelik aangetoon word.

Dat God die beradene *ken*, bevestig aan die beradene dat God weet wat in die hart en gemoed aangaan, en dus weet hoe die beradene sy situasie beleef. Die beradene kan dus by God pleit vir leiding op sy pad (vgl Ps. 139:5,24)

Die Skrif is vol vertroostende en bemoedigende gedeeltes wat in die beradingsproses aangewend kan word tot versterking van die beradene. Enkele

Skrifgedeeltes word nou genoem wat gebruik kan word in die beradingsproses waar die gevolge van stres die beradene meesleure. Hierdie Skrifgedeeltes is nie in hierdie studie bespreek nie:

| <b><i>Depressie</i></b>       | <b><i>Alkoholisme</i></b>   | <b><i>Rousmart</i></b> | <b><i>Bekommernis</i></b> |
|-------------------------------|-----------------------------|------------------------|---------------------------|
| Ps. 16                        | 1 Kor. 6:9-10               | Joh. 11:25-26          | Ps. 55:22                 |
| Ps. 42                        | Rom. 14:21                  | Jak. 1:2-4             | Ps. 46:1                  |
| Ps. 77                        | 2 Kor. 5:17                 | Ps. 90                 | Spr. 3:5-6                |
| Ps. 38                        | Joh. 8:36                   | Jes. 40:1-11           | Fil. 4:13                 |
| Jes 49:9-11                   | Gal. 5:22-23                | 2 Sam. 12:31-39        | Rom. 8:28                 |
|                               |                             |                        |                           |
| <b><i>Selfmoordpoging</i></b> | <b><i>Huweliksonrus</i></b> | <b><i>Vrees</i></b>    | <b><i>Bitterheid</i></b>  |
| Ps. 55:22                     | Mal. 2:13-16                | Ps. 37:25              | Matt. 18:23-35            |
| P. 31                         | Kol. 3:12-14                | Jes. 43:1-2            | Ef. 4:31                  |
| Ps. 73:25-26                  | 1 Kor. 13                   | Rom. 8:15-16           | Rom. 12:18                |
| Jes. 43:1-3                   | Jak. 4:10                   | Heb. 13:5-6            | Jak. 4:10                 |
| 1 Pet. 5:7-11                 | 1 Kor. 15:58                | Ps. 34:4               | Spr. 26:24-26             |

#### **4.6.3 Gebed**

Die berader moet die gebed fokus op die persoon wat met hom in die beradingsbesoek is. Die gebed moet geïntegreerd met die gesprek geskied. Die gebed moet nie noodwendig as uitlooffase van die besoek beskou word nie, maar kan waar nodig aangewend word.

Die berader moet op grond van dit wat tydens die besoek vasgestel is, hetsy deur verbale of nie-verbale kommunikasie, die gevoelens, nood en vreugde van die streslyer in die SAPD voor God verwoord. Indien die beradene verkies om self die kommunikasie in die gebed te behartig, moet hy nie teengestaan word nie, dit bevestig dat die beradene groei in die geloof.

Daar moet gewaak word om die gebed in te span as 'n laaste middel om te vermaan, of om die besoek as gevolg van onbeholpenheid deur 'n gebed kort te knip.

Die streslyer se probleem moet op die naam genoem word sodat die beradene daarmee in die gebed kan identifiseer. Daar moet deurentyd op God se vermoë om probleem op te los, gekonsentreer word asook op die afhanklikheid van die beradene van God.

#### **4.6.4 Ondersteuningsgroepe**

'n *Ondersteuningsgroep* of kleingroep is 'n groepie van 4 tot 15 gelowiges wat gereeld bymekaarkom vir lewensgemeenskap met God en mekaar, vir onderlinge opbou, vir diens- of getuienislewering in die *groep*, gemeente en samelewing. In die kleingroep gaan dit om lewensgemeenskap – belewing van die gemeenskap van die gelowiges in die volle sin van die woord.

Sosiale ondersteuning uit verskillende oorde is 'n belangrike metode om die SAPD-lid by te staan. 'n Ondersteuningsgroep sal uiteraard baie nou met die SAPD-lid moet saamleef. Ondersteuningsgroepe soos die gesin, familie, vriende, kerklike diensgroepe en groepe bestaande uit lede wat dieselfde ervarings deel kan SAPD-lid dra in tye van stres.

Die berader moet ook ten alle tye beskikbaar vir die beradene wees. Selfs al is die beradene in staat om self sy stres te hanteer, moet die berader beskikbaar wees vir ondersteuning, veral met Woordverkondiging aan beradene.

#### **4.7 SAMEVATTING**

- Pastorale beraad is 'n helpende verhouding waar die pastor probeer om die beradene se probleme aan te pak en die hulpsoeker te begelei tot groei en sinsontdekking.

- Die sentrale uitgangspunte van 'n Skrifgefundeerde bedieningsmodel:
  - Pastorale grondhouding
  - Die pastor
  - Spiritualiteit
  
- 'n Gespreksmodel vir die pastorale praktyk bestaan uit:
  - Die pastorale gesprek
  - Die pastorale verhouding
  - Pastorale hindernisse
  - Riglyne vir pastorale gesprekvoering
  - Skrifgebruik in die pastoraat
  - Gebed in die pastoraat
  - Geloof en hoop in die beradingsproses
  
- 'n Pastorale beradingsmodel kan bestaan uit:
  - Bou van 'n verhouding
  - Ontleding
  - Onderhoud
  - Ontmoeting met God
  - Onderwysing
  - Ondersteuning.
  
- Riglyne vir die pastorale berading aan die streslyer in die SAPD:
  - Skrifgebruik
  - Gebed
  - Ondersteuning

## Hoofstuk 5

### FINALE SAMEVATTING

#### HOOFSTUK 2

- Pastorale berading is *cura animarum*. Dit is die versorging van die volledige mens as fisieke, psigiese, sosiale en geestelike wese.
- Pastorale berading is die verkondiging van die versoening van Jesus Christus aan die mens in nood, deur 'n gesant van God, met die oog op vertroosting, vermaning en opbouing in die geloof.
- Die Skrif toon onder meer die volgende voorbeelde waar daar afgelei kan word dat gelowige stres beleef het:
  - Verlies van geliefdes (Job 1),
  - geestelike en fisiese pyn (Job 2:13),
  - intense gevaar (Ps. 57:2; 2 Kor. 11:24, 25),
  - vrees vir dood (1 Kon. 19:3),
  - angs of benoudheid (Luk. 22:44; 2 Kor. 11:24, 25),
  - bedruktheid, hartseer asook vervolging (Ps. 23:4),
  - fisiese smart en sorg (Matt. 11:28).
- Die streslyer kan sy stres te bowe kom soos die volgende Skrifgedeeltes aantoon:
  - Geloofsvertroue (Ps. 23:4),
  - insig en kennis van God (Ps. 119:1),
  - God ken die mens in diepte (Ps. 139:2),
  - God is oral teenwoordig (Ps. 139:7-10),
  - God is altyd teenwoordig en daarom beskikbaar vir sy kind (Jes. 41:10),
  - God gee rus en kalmte aan sy kind (Matt. 11:28).

---

Die basisteoretiese perspektiewe vanuit die enkele gedeeltes uit die Skrif werp lig op die daarstel van 'n praktykteoretiese beradingsmodel. Die model kan met vrug gebruik word in die berading aan die streslyer in die SAPD.

### **HOOFSTUK 3**

- In hierdie hoofstuk is bepaal dat stres die reaksie van 'n persoon op skadelike en onaangename interne en eksterne stimuli is. Dit word gekenmerk deur 'n balansversteuring tussen die individu en sy omgewing.
- Faktore wat bydra tot stres in die SAPD is onder meer:
  - Skofwerk;
  - Rolkonflik;
  - Werksoorlading;
  - Werksverhoudings;
  - Beroepsontwikkelingsfaktore;
  - seksuele teistering;
  - gevaar in die werksituasie;
  - kritiek van publiek; en
  - regstelsel.
- Die gevolge van stres in die SAPD is onder meer die volgende:
  - Werkolisme;
  - Uitbranding;
  - Alkoholisme;
  - Depressie;
  - Selfmoord;
  - fisiologiese en geestesongesteldheid;
  - gebroke gesinslewe;
  - lae produktiwiteit; en

- versteurde geloofs- en psigiese lewe.
- Stres kan te bowe gekom word deur by bestaande SAPD-hulpdienste om hulp aan te klop. Stres kan ook te bowe gekom word deur geloofskennis en geloofsvertroue op God.
- Empiriese navorsing gedoen in die Noordwes Provinsie het bevestig wat in die literatuur oor stres en die oorsake en gevolge daarvan bekend is. Daar is ook bevestig dat die streslyer 'n berader nodig het om hom of haar in tye van nood te begelei.

#### **HOOFSTUK 4**

- Pastorale beraad is 'n helpende verhouding waar die pastor probeer om die beradene se probleme onder die knie te kry en die hulpsoeker tot groei en sinsontdekking te begelei.
- Die sentrale uitgangspunte van 'n Skrifgefundeerde bedieningsmodel:
  - Pastorale grondhouding;
  - die pastor; en
  - spiritualiteit.
- 'n Gespreksmodel vir die pastorale praktyk kan bestaan uit:
  - Die pastorale gesprek;
  - die pastorale verhouding;
  - pastorale hindernisse;
  - riglyne vir pastorale gesprekvoering;
  - Skrifgebruik in die pastoraat;
  - gebed in die pastoraat; en
  - geloof en hoop in die beradingsproses.

- 'n Pastorale beradingsmodel kan bestaan uit:
  - Bou van 'n verhouding;
  - Ontleding;
  - Onderhoud;
  - ontmoeting met God;
  - onderwysing; en
  - ondersteuning.
  
- Riglyne vir die pastorale berading aan die streslyer in die SAPD:
  - Skrifgebruik;
  - Gebed; en
  - Ondersteuning.

### **ANDER TERREINE VAN STUDIE**

Met die navorsing van hierdie studie is gevind dat die volgende terreine van studie bestaan:

Pastorale berading aan die gesin van die streslyer; en  
pastorale berading aan die SAPD-lid wat sy werk verloor het.

### **SLOT**

Hierdie studie bevestig die ernstige uitwerking wat stres op die streslyer in die SAPD het. Dit beïnvloed nie net die streslyer nie, maar ook die gesin, kollegas en die SAPD as organisasie. Dit is daarom noodsaaklik dat die streslyer na behore begelei word deur die berader/pastor/predikant, sodat die krisis waarin die streslyer hom bevind, herstel kan word.

Dit is noodsaaklik dat die Woord van God aan die streslyer verkondig word sodat dit 'n anker in sy lewe kan word. Meer nog, die God van die Woord moet leef in die hart van die beradene, sodat die streslyer altyd besef die lewende God is in beheer en is altyd daar om hom te onderskraag, al is sy werksomstandighede ook baie moeilik.

## **OPSOMMING**

### **PASTORALE BERADING AAN DIE STRESLYER IN DIE SUID – AFRIKAANSE POLISIE DIENS (SAPD)**

Die SAPD-lid word daagliks in die uitvoering van sy plig aan stres blootgestel. Die SAPD as organisasie asook die publiek plaas geweldige druk op die SAPD-lid om geweld en misdaad in Suid-Afrika te bekamp. Streshantering is dus vir die SAPD-lid as mens baie belangrik om na behore te kan funksioneer.

Stres is die reaksie van 'n persoon op skadelike en onaangename interne en eksterne stimuli, wat gekenmerk word deur 'n balansversteuring tussen die individu en sy omgewing.

Enkele faktore wat aanleiding gee tot stres in die SAPD is geïdentifiseer en bereek, naamlik skofwerk, rolkonflik, werkoorlading, werkverhoudings, beroepsontwikkelingsfaktore, seksuele teistering, traumatiese gebeure in die werkomgewing, kritiek van die publiek en die ondoeltreffendheid van die regstelsel. Die gevolge van stres by die SAPD-lid is onder meer werkolisme, uitbranding, alkoholisme, depressie, selfmoord, fisiologiese en geestesongesteldheid, gebroke gesinslewe, lae produktiwiteit en 'n versteurde geloofs- en psigiese lewe.

Die SAPD-lid kan met die nodige ondersteuning van hulpdienste (sielkundige, maatskaplike en geestelike hulpdienste) in die SAPD, maar ook met die hulp van 'n pastorale berader, sy stres aanpak en leer om dit te hanteer.

Die pastorale berading aan die streslyer in die SAPD geskied deur 'n berader, wat as geroepe dienaar van God sekere Skrifgefundeerde vaardighede gebruik in die beradingsproses. Die berader skep tydens die beradingsproses 'n

pastorale verhouding met die regte pastorale grondhouding; hy is bereid om te luister; gebruik die Woord van God as kenbron in die beradingsproses en wil verandering teweegbring deur gebed en gesprek. Die doel is om die beradene in die geloof te laat groei sodat hy sy probleme in die geloof kan oplos.

Aan die hand van die Woord van God en toepaslike literatuur is vyf sentrale pastorale momente, naamlik die pastorale grondhouding, die pastor, spiritualiteit, 'n gespreksmodel vir die pastorale praktyk, Skrifgebruik en gebed gestel as grondslag vir praktykteoretiese riglyne vir moontlike gebruik in die beradingsproses aan die streslyer in die SAPD.

## **ABSTRACT**

### **PASTORAL COUNSELLING TO THE PERSON WITH STRESS IN THE SOUTH AFRICAN POLICE SERVICE (SAPS)**

The SAPS member is daily confronted with stress. The SAPS, as organisation as well as the public, put immense stress on the SAPS member in the execution of his duties to combat crime and violence in South Africa. Coping with stress is therefore important for the SAPS member to function properly.

Stress is the reaction of a person to harmful and unpleasant internal and external stimuli, which can be characterised by a disturbance of the balance between the individual and his environment.

Some factors leading to stress in the SAPS have been identified and discussed, namely shift work, role conflict, work overload, working relations, career development stressors, sexual harassment, traumatic incidents in the working environment, criticism from the public and the ineffectiveness of the judicial system. Stress results in amongst others workolism, burnout, alcoholism, depression, suicide, physiological and mental disorders, broken families, low productivity and disturbed spiritual and psychological life.

The SAPS member can, with the necessary support by the different support services (psychological, social and spiritual services) in the SAPS, as well as with the support of a pastoral counsellor, be taught to face and to cope with his stress.

Pastoral counselling to the SAPS member affected by stress, is carried out by a counsellor, a called servant of God, using Scripturally founded pastoral skills in counselling. During the counselling process the pastoral counsellor creates a

pastoral relationship with the correct pastoral foundation; he is ready to listen; uses the Word of God as the source of knowledge in the counselling process and strives to bring about change by means of prayer. The aim is to lead the counsellee towards growth in belief in God in order to solve his problems through faith.

Based on the Word of God and the relevant literature, five central pastoral themes were used as foundation for practical theoretical guideline for possible use in the counselling process to the SAPS member affected by stress. These moments are the pastoral principle, the pastor, spirituality, a verbal model for pastoral practice, use of the Scripture and prayer.

---

## BIBLIOGRAFIE

ADAMS, J.E. 1979. More than redemption: a theology of Christian counselling. Phillipsburg : Presbyterian and Reformed Publishing Company.

ADAMS, J.E. 1981. Competent to counsel. Grand Rapids : Baker.

ADAMS, J.E. 1983. The Christian counsellor's manual. Phillipsburg : Presbyterian and Reformed Publishing Company.

ALDEN, R.L. 1993. Job. The new American commentary. Vol. 11. USA : Broadman & Holman.

ALLEN, S. & ORTLEPP, K. 1998. Post-traumatic stress in a South African security organisation. (*In*: Police officials as victims of trauma and crises. Florida : Technicon SA.)

ANON (a). 1977. The analytical Greek lexicon. London : Bagster.

ANON (b). 1986. Hervormde teologiese studies: ortografiese riglyne. Hervormde teologiese studies, 42(1):195-206.

ANON (c). 1993. Stres. Servamus, 86(7):VT7, Jul.

ANON (d). 1998. The Truth and Reconciliation Commission report. Vol. 2. Cape Town : Juta.

ANON (e). 2000. We salute those who paid the highest price. Servamus, 93(7):8, Jul.

ANON (f). 2000. Shoot the "donners". Union Post :1, Sept.

---

ANON (g). 2001. Misdaad meer, polisie minder. Beeld: 4, 21 Apr.

BENOIT, J. 1947. Calvin as zielzorger. Nijkerk : Callenbach.

BLIGNAUT, A.M. 1998. A social work perspective on trauma amongst police personnel. (*In*: Police officials as victims of trauma and crises. Florida : Technicon SA.)

BLOMBERG, C.L. 1992. Matthew: an exegetical and theological exposition of the Holy Scripture. The new American commentary. Nashville : Broadman.

BOASE, N. 1996. Dealing with sexual harassment in the workplace. People dynamics , 14(11):88, Nov.

BOSHOF, J. 2000. Geweldsmisdaad in Ikageng nou kommerwekkend. Potchefstroom Herald: 2, Sept. 22.

BOSHOF, J.J. 1984. Stres by die polisiebeampte. Pretoria : Universiteit van Pretoria. (Ongepubliseerde verhandeling – M. Com.)

BOTHA, A. 1997. Career development for retirement. Servamus, 90(8):42-43, Aug.

BRIDGES, C. 1983. Psalm 119. An exposition. Edinburgh : The Banner of Truth Trust.

BRONGERS, H.A. 1979. De prediking van het Oude Testament. 1 Koningen. Nijkerk : Uitgeverij G.F. Callenbach.

BROWN, J.M. & CAMPBELL, E.A. 1995. Stress and policing: sources and strategies. Chichester : Wiley.

---

BYBEL. 1933. Die Bybel: dit is die ganse Heilige Skrif wat al die kanonieke boeke van die Ou en Nuwe Testament bevat. Kaapstad : Britse en Buitelandse Bybelgenootskap. (Aangedui in die teks as OAV).

BYBEL. 1983. Die Bybel: nuwe vertaling. Kaapstad : Bybelgenootskap van Suid-Afrika. (Aangedui in die teks as NAV).

CALVYN, J. 1970. Die Evangelieën van Mattheus, Markus en Lukas, in onderlinge ooreenstemming gebring en verklaar. Vol 2. Goudriaan : De Groot.

CALVYN, J. s.a.(a). Commentary on the Book of Psalms. Vol. 2. Grand Rapids : Eerdmans.

CALVYN, J. s.a.(b). Commentary on the Book of Psalms. Vol. 4. Grand Rapids : Eerdmans.

CLARK, V. 1983. God se genesing vir depressie. Kaapstad : Lux Verbi.

CLINEBELL, H. 1994. Basic types of pastoral care and counselling. London : SCM Press.

COETZEE, J.C. 1984. Drie wesenlike elemente van egte prediking – indikatief, imperatief en belofte. (*In*: Van der Walt, J.J. *red.* God aan die Woord. Potchefstroom : Departement Diakoniologie, PU vir CHO.)

COLLINS, G. 1988. Christian counselling: a comprehensive guide. Dallas : Word Publishing.

---

COMBRINK, J.C. 1980. Spanning – 'n moordenaar in ons midde. (*In: Psigoflitse*, 2:2. Bulletin van die Departement Psigologie van die Potchefstroomse Universiteit vir CHO.)

COMBRINK, V. 1986. Skrifgebruik in die pastoraat: die standpunt van Jay E. Adams. Potchefstroom : Departement Sentrale Publikasies, PU vir CHO.

DAVIDSON, B. 1981. The analytical Hebrew and Chaldee lexicon. Lynn : Hendrickson.

DAY, J. 1996. Psalms. Sheffield : Sheffield Academic Press.

DE HAAS, M. 1998. Policing culture and stress: the experience of black members. (*In: Police officials as victims of trauma and crises*. Florida : Technicon SA.)

DE JONGH VAN ARKEL, J.T. 1988. Die pastoraat: noodsaaklike onderskeidings ('n Posisie na 25 jaar). (*In: Smuts, A.J., red. Praktiese teologie in Suid-Afrika* 5. Perspektiewe op pastoraat. Pretoria : NG KerkBoekhandel.)

DE JONGH VAN ARKEL, J.T. 1989. Spiritualiteit as semantiese struktuurkern: 'n pastorale perspektief. (*In: Muller, J.C., red. Praktiese teologie in Suid-Afrika* 4:2. Spiritualiteit. Pretoria : NG KerkBoekhandel.)

DE KLERK, B.J. 1987. Die Heilige Gees en die verhouding skriflesing, prediking en gebed in die erediens. Potchefstroom : PU vir CHO. (Ongepubliseerde proefskrif – Th.D.)

DE KLERK, B.J. 1988. Opbou deur die gebed: die erediensgebed as gebed van die gemeente. (*In: Venter, C.J.H., red. God bou op deur sy Woord*. Potchefstroom : Departement Sentrale Publikasies, PU vir CHO.)

---

DE KLERK, W.J. 1964. Wending? Vernuwingsgesprekke oor die gereformeerde kerkpraktyk. Potchefstroom : Pro Rege.

DE KLERK, W.J. 1975. Pastorale sensitiwiteit. Johannesburg : Perskor.

DE KLERK, W.J. 1985. Rousmart: die pastorale sorg aan bedroefdes na die oorlye van 'n dierbare. Johannesburg : De Jong.

DE VILLIERS, I.L. 1983. Depressie: die siekte van ons tyd. Kaapstad : Tafelberg.

DE WITT, A.G. 1983. Loof die Here. Perspektiewe op Psalms 101 – 150. Johannesburg : De Jong.

DREYER, J.S. 1991. Skrifgebruik in die pastorale sorg. *Praktiese teologie in Suid-Afrika*, 6(2):146-160. Pretoria.

DU PREEZ, E. 1997. Selfmoord. *Servamus*, 90(9):40-41:Sept.

ECKENRODE, J. & GORE, S. 1990. Stress between work and family. New York : Plenum.

ENGELBRECHT, E.P. 1973. Die Evangelie van Lukas. Kaapstad : NG Kerk-Uitgewers.

FABRY, H.J. 1986. rox. (*In*: Botterweck, G.J. & Ringgren, H. *ed.* Theological dictionary of the Old Testament. Vol. V. Grand Rapids : Eerdmans.

FARBER, B.A. 1983. Stress and burnout in the human services professions. New York : Pergamon.

---

FARREN, T. 2000. Copboys don't cry, they accept. (*In* Daily Mail & Guardian, 26 Oct. <http://www.mg.co.za/mg/za/archive/2000oct/features/26oct-copboys.html> [5 February 2001].)

FELDMANN, O.T. 1994. Cue incubation in posttraumatic stress disorder amongst members of the South African Police. Johannesburg : RAU. (Unpublished dissertation - MA [Psychology].)

FIRET, J. 1986. Dynamics in pastoring. Grand Rapids, Mich. : Eerdmans.

FLOOR, L. 1981. Kom na my: Skrifstudies oor Matteus 1 – 13. Die betroubare woord. Braamfontein : De Jong.

FOURIE, R. 2000. Man op borgtog skiet glo lid van polisie dood. *Beeld*: 6, Sept, 19.

FRIEDRICH, G. 1979. Theological dictionary of the New Testament. Vol. V. Grand Rapids : Eerdmans.

GELDENHUYS, B.P. & DU TOIT, S.I. 1979. Psigopatologie. Pretoria : Academica.

GELDENHUYS, N. 1975. Commentary on the Gospel of Luke. Grand Rapids : Eerdmans.

GOLDFARB, D.A. & AUMILLER, G.S. 2000. The effect of stress on police officers. <http://www.heavybadge.com/efstress.htm>. [07 Augustus 2000.]

GOUWS, L.A. s.a. Alkoholisme. Potchefstroom : Wesvalia.

---

GOUWS, L.A., LOUW, D.A., MEYER, W.F. & PLUG, C. 1979. Psigologiese woordeboek. Johannesburg : McGraw-Hill.

GROENEWALD, E.P. 1977. Die pastorale briewe. Kaapstad : NG Kerk-Uitgewers.

GROENEWALD, E.P. 1985. Die tweede brief aan die Korintheërs. Kaapstad : NG Kerk-Uitgewers.

GRONDWET **kyk** SUID-AFRIKA. 1996.

GROSHEIDE, F.W. 1954. Het Heilig Evangelie volgens Mattheus: kommentaar op het Nieuwe Testament. Kampen : Uitgeversmaatskappij J. H. Kok.

GSCHWEND-BOSCH, E. s.j. Praktiese Bybelse berading: 'n handleiding vir beraders. Queenswood : Eldad Gschwend-Bosch.

GSCHWEND-BOSCH, E. 2000. Help yourself – help others. Practical Biblical counselling. Pietermaritzburg : Plumblane.

HARRIS, R.L., ARCHER, G.L & WALTKE, B.K. 1981. Theological wordbook of the Old Testament. Vol. 1 & 2. Chicago : Moody.

HAUCK, F. 1982. κοπιαω. (*In*: Kittel, G. *ed*. Theological dictionary of the New Testament. Vol. III. Grand Rapids : Eerdmans.)

HEITINK, G. 1984. Pastoraat als hulpverlening; inleiding in de pastorale theologie en psychologie. Kampen : Uitgeversmaatschappij J.H. Kok.

HEITINK, G. 1999. Practical theology: history, theory, action domains. Manual for practical theology. Grand Rapids : Eerdmans.

---

HELBURG, J.L. 1981. Loof die Here! Die Psalms in Ou- en Nuwetestamentiese lig. Pretoria : NG KerkBoekhandel.

HENDRIKSEN, W. 1976. The Gospel of Matthew. New Testament commentary. Edinburgh : The Banner of Truth Trust.

HEYNS, J.A. 1976. Die nuwe mens onderweg. Kaapstad : Tafelberg.

HEYNS, L.M. & PIETERSE, H.J.C. 1990. A primer in practical theology. Pretoria : Gnosis.

HEYTEK, P.H. 1999. Herderlike bediening aan verbondsouers van 'n kind met Downsindroom. Potchefstroom : PU vir CHO. (Ongepubliseerde verhandeling – Th.M.)

HODGE, C. 1983. A commentary on 1 & 2 Corinthians. Edinburgh : The Banner of Truth Trust.

HOUSTON, B.M., BUFFORD, R.K. & JOHNSON, W.B. 1999. Distinctive components and perceived sources of gain in Christian counselling. *Journal of psychology and christianity*. 18(3):238-253.

HUISAMEN, M. 1993. "Ek kan nie meer nie." Stres binne die SAP. *Servamus*. 86(10):18-19, Okt.

HUISAMEN, M. 2000. The MTN for crime prevention studies. *Servamus*. 93(7):18, Jul.

IANNI, F.A.J. & REUSS-IANNI, E. 1983. "Take this job and shove it!" A comparison of organizational stress and burnout among teachers and police. (*In*: Farber, B.A. *ed.* 1983. Stress and burnout in the human service professions.

---

New York : Pergamon.)

IVANHOFF, A. 2000. Police suicide study recommends additional training, counselling. <http://www.columbia.edu/cu/record/recoord2002.14.html> [15 November 2000]

JONES, G.H. 1984. 1 and 2 Kings. The new century Bible commentary. Grand Rapids : Eerdmans.

JOUBERT, D.J. 1996. Seksuele teistering in diensverband: die teorie (Deel 2). *De jure*, 29(2):197-208.

JOUBERT, P. 1998. 'n Individuele paradigma vir die Christen-voorligtingsielkundige in die praktyk. Johannesburg : RAU. (Ongepubliseerde voorlegging.)

KAPLAN, H.I. & SADOCK, B.J. 1998. Synopsis of psychiatry. Behavioral science/clinical psychiatry. New York : Lippincott Williams & Wilkins.

KEIL, C.F. & DELITZSCH, F. 1981. Commentary on the Old Testament in ten volumes. Vol. 1. The Pentateuch. Grand Rapids : Eerdmans.

KEIL, C.F. & DELITZSCH, F. 1982. Commentary on the Old Testament in ten volumes. Vol. 5. Psalms. Grand Rapids : Eerdmans.

KILEY, J. 1998. The role of the manager in dealing with traumatised members of the SAPS. (*In*: Police officials as victims of trauma and crises. Florida : Technicon SA.)

KIRWAN, W.T. 1993. Biblical concepts for Christian counselling: a case for integrating psychology and theology. Grand Rapids : Baker.

---

KITTEL, G. 1981. ed. Theological dictionary of the New Testament. Vol. 1. Grand Rapids : Eerdmans.

KOEHLER, L. & BAUMGARTNER, W. 1994. The Hebrew and Aramaic lexicon of the Old Testament. Vol 1. Leiden : Brill.

KOORTZEN, P. 1996. Die dimensionaliteit van polisie-stressore. Acta criminologica, 9(2):55-63.

KOTZÉ, G.J. 1971. Die antropologiese onderbou van die gereformeerde pastoraat met spesiale verwysing na die *client-centered* Amerikaanse pastoraat. Pretoria : RGN.

KROES, W.H. 1977. Society's victim – the policeman: an analysis of job stress in policing. Springfield, Ill. : Thomas.

KROEZE, J.H. 1978. Geveg met God – die boek Job. Pretoria : NG KerkBoekhandel.

LABUSCHAGNE, F.J. & EKSTEEN, L.C. 1993. Verklarende Afrikaanse woordeboek. Pretoria : Van Schaik.

LAUBSCHER, M.M. 1998. The role of the police social worker in the assistance of the police official to handle trauma and crises effectively. (*In*: Police officials as victims of trauma and crises. Florida : Technicon SA.)

LOTTER, G.A. 1987. Counselling divorcees on forgiveness. Philadelphia : Westminster Theological Seminary. (Unpublished project – D.Min.)

LOTTER, G.A. 1989. Hoe hanteer die werkolis sy/haar geloofsprobleem? Die kerkblad, 92(2822):26-27, 19 Jul.

LOTTER, G.A. 1993. Die werk van die Heilige Gees in die gelowiges volgens 2 Korinthiërs. Potchefstroom : PU vir CHO. (Ongepubliseerde proefskrif – Th.D.).

LOTTER, G.A. 2000. The so called “male mid-life crisis” and marriage. (Unpublished paper). Potchefstroom : PU for CHE.

LOUW, D.J. 1984. Teologie in hoop. Stellenbosse teologiese studies. Nr. 11. Kaapstad : NG Kerk-Uitgewers.

LOUW, D.J. 1987. Bedieningspanning en die identiteitskrisis van die hedendaagse pastor. (*In*: Combrink, H.J.B., Lategan, B.C., en Müller, B.A. Bediening en bedienaar. 'n Huldigingsbundel opgedra aan prof J.L. de Villiers. Kaapstad : Lux Verbi.)

LOUW, D.J. 1989. Spiritualiteit as Bybelse vroomheid in die teologie en die gemeentelike bediening. (*In*: Praktiese teologie in Suid-Afrika, 4:2. Spiritualiteit. Pretoria : NG KerkBoekhandel.)

LOUW, D.J. 1993. Pastoraat as ontmoeting. Ontwerp van 'n basisteorie, antropologie, metode en terapie. Pretoria : RGN.

✿ LOUW, D J. 1997(a). Pastoraat as vertolking en ontmoeting: teologiese ontwerp vir 'n basisteorie, antropologie, metode en terapie. Kaapstad : Lux Verbi.

LOUW, D.J. 1997(b). 'n Diagnostiese model vir die assessering van spiritualiteit met die oog op geloofsontwikkeling in die pastorale bediening. Praktiese teologie in Suid-Afrika, 12:2. Pretoria.

LOUW, D.J. 1998. Pastoral care and the therapeutic dimension of Christian hope. Pastoral science, 17:81-96. Ottawa : Saint Paul University.

---

LOUW, J.P. & NIDA, E.A. eds. 1988. Greek-English lexicon of the New Testament based on semantic domains. New York : United Bible Societies.

LOURENS, J.F. 1996. Seksuele teistering van die vrou in die werksituasie. Acta criminologica, 9(1):91-98.

MACARTHUR, J F. & MACK, W A. 1994. Introduction to Biblical counselling: a basic guide to the principles and practice of counselling. Wheaton, Ill. : Tyndale.

MALAN, N.T. 1991. Die fisiologie van stres. Potchefstroom: Departement Sentrale Publikasies, PU vir CHO.

McMINN, M.R. 1996. Psychology, theology and spirituality in Christian counselling. Wheaton, Ill. : Tyndale.

MEYER, H.A.W. 1980. Critical and exegetical handbook to the Epistles to the Corinthians. Winina Lake : Alpha.

MINIRTH, F., MEIER, P., HAWKINS, D., THURMAN, C. & FLOURNOY, R. 1992. The stress factor: thriving emotionally and spiritually in the turbulent 90s. Chicago : Northfield.

MINNAAR, A. 1998. An analysis of the murder of members of the South African Police Service: 1994-1997. (*ln*: Police officials as victims of trauma and crises. Florida : Technicon SA.)

MULDERS, E. 1998. Peer support after critical incidents. (*ln*: Police officials as victims of trauma and crises. Florida : Technicon SA.)

MÜLLER, B.A. 1981. Skrifgebruik in die pastoraat. Stellenbosse teologiese studies No. 8. Julie. Kaapstad : NG Kerk-Uitgewers.

---

MÜLLER, J.C. & SWANEPOEL, H.C. 1996. Die invloed van die pastorale terapeut se waardesisteem op die verloop van die terapeutiese proses – met spesifieke verwysing na die Afrika-konteks. Nederduits gereformeerde teologiese tydskrif, 37(XXXVII):635-641.

NAV. **kyk** BYBEL. 1983.

NEL, J. 1998. An overview of themes in planery sessions. (*In*: Police officials as victims of trauma and crises. Florida : Technicon SA.)

NEL, J. & BURGERS, T. 1998. Stress and trauma in the work environment: the South African Police Service. Unisa psychologia, 25(2):17-25.

NEL, M.M.E. 1994. Verslawing: 'n teologies-etiese studie. Potchefstroom : PU vir CHO. (Ongepubliseerde proefskrif – Ph. D.)

OAV **kyk** BYBEL. 1933.

OOSTENBRINK, J.W. & LOTTER, G.A. 1999(a). Die groot God by kleingroepe. Potchefstroom : Skrywers.

OOSTENBRINK, J.W. & LOTTER, G.A. 1999(b). Gereformeerde spiritualiteit as korporatiewe spiritualiteit. In die Skriflig, 33(2):367 - 381.

OSWALT, J.N. 1998. The Book of Isaiah. Ch. 40 – 66. The new international commentary on the Old Testament. Grand Rapids : Eerdmans.

OTTER, M. 1999. Medicatie bij depressie. (*In*: Van Essen, A.A., Van der Kaaden, D., Otter, M., Roest, C., Scholte, W.R., Velema, W.H., Van der Wal, J. & Zevenberg, M. Depressie en geloof. Barneveld : Uitgeverij De Vuurbaak.)

---

PIETERS, H. G. 1995. Psigiese uitbranding by onder-offisiere in die Suid-Afrikaanse Polisie diens. Potchefstroom : PU vir CHO. (Ongepubliseerde skripsie – M.A.)

PLUMER, W.S. 1978. Psalms. The Geneva series of commentaries. Edinburgh : The Banner of Truth Trust.

POTGIETER, D. 2001(a). Skotvrye boewe te wyte aan onopgeleide polisie. Rapport: 6, Febr. 25.

POTGIETER, D. 2001(b). Meer tyd en geld vir voorligting nodig. Rapport: 6, Jan. 21.

PRINSLOO, C.E. 2000. Hulpverlening in die middeljare – riglyne vir die berader. (*In*: Nel, M. red. Praktiese teologie in Suid-Afrika 15(1):101-117. Lynnwoodrif : Die Redakteur).

RIDDERBOS, J. s.j. De profeet Jesaja. Korte verklaring der Heilige Schrift. 5e dr. Kampen : Uitgeversmaatschappij J. H. Kok.

RIENECKER, F. 1980. A linguistic key to the Greek New Testament. Vol. 2. Romans – Revelation. Grand Rapids : Zondervan.

SCHOLTE, W.R. 1999. Depressie: de stand van zaken. (*In*: Van Essen, A.A., Van der Kaaden, D., Otter, M., Roest, C., Scholte, W.R., Velema, W.H., Van der Wal, J. & Zevenberg, M. Depressie en geloof. Barneveld : Uitgeverij De Vuurbaak.)

SELYE, H. 1957. The stress of life. London : Longmans Green.

SELYE, H. 1983. The stress concept: past, present and future. (*In*: Cooper, G.L. ed. 1983. Stress research. Issues for the eighties. New York : Wiley.)

---

SLABBERT, A. 1993. Hoe om afdanking te hanteer. *Finansies & tegniek* 45(7):43, Febr. 19.

SLOAN, J. 1998. Reflecting on support structures available to police officers at station level in the Western Cape. (*In*: Police officials as victims of trauma and crises. Florida : Technicon SA.)

SOLOMON, C.R. 1977. Counselling with the mind of Christ. Old Tappan : Flemming H. Revell.

STAUFFER, E. 1981. *αγωνία*. (*In*: KITTEL, G. *ed.* Theological dictionary of the New Testament. Vol. 1. Grand Rapids : Eerdmans.)

STEIN, R.H. 1992. Luke. The new American commentary. Vol. 24. Nashville : Broadman.

STUTTERHEIM, E. 1998. The Influence of stress and trauma on the social functioning of a member of the SAPS: A social work perspective. (*In*: Police officials as victims of trauma and crises. Florida : Technicon SA.)

SUID-AFRIKA. 1996. Grondwet van die Republiek van Suid Afrika soos op 8 Mei 1996 aangeneem deur die Grondwetlike Vergadering en gewysig op 11 Oktober 1996. (B34B-96.) (ISBN: 0-260-20716-7.)

SUTHERLAND, V.J. & COOPER, C.L. 1990. Understanding stress: a psychological perspective for health professionals. London : Chapman and Hall.

SWANEPOEL, C.M. 1997. Selfmoord. *Servamus*, 90(8):40, Aug.

SWANEPOEL, C.M. 2000 (a). Brief gerig aan skrywer, 2 Oktober. Pretoria : SAPD Selfmoordvoorkomingsprojek.

---

SWANEPOEL, C.M. 2000 (b). The prevention of suicide in the SAPS. Servamus, 93(7):34-35, Jul.

TATE, M.E. 1990. Psalms 51 – 100. Word Biblical commentary. Vol. 20. Dallas : Word Books.

THOMPSON, N., MURPHY, M. & STRADLING, S. 1994. Dealing with stress. London : MacMillan.

TILLEY, P. & LANKERS-BYRNE, B. 1998. Policing with partnership. (*In*: Police officials as victims of trauma and crises. Florida : Technicon SA.)

VAN BRUGGEN, J. 1996. Lucas. Het Evangelie als voorgeschiedenis. Commentaar op het Nieuwe Testament. Kampen : Uitgeverij J. H. Kok.

VAN DYK, P.J. 1989. The image of man – an Old Testament perspective. (*In*: De Villiers, P.G.R. ed. The Bible and stress. Pretoria : University of South Africa.)

VAN GEMEREN, W.A. ed. 1997(a). New international dictionary of Old Testament theology & exegesis. Vol. 1. Grand Rapids : Zondervan.

VAN GEMEREN, W.A. ed. 1997(b). New international dictionary of Old Testament theology & exegesis. Vol. 2. Grand Rapids : Zondervan.

VAN GEMEREN, W.A. ed. 1997(d). New international dictionary of Old Testament theology & exegesis. Vol.4. Grand Rapids : Zondervan.

VAN GRAAN, F. 1988. 'n Profiel van die werkolis. Kerkblad, 91(2799):23, 7 Sept.

VAN NIEKERK, E. 1989. Religion as neighbourliness? The phenomenon of stress in the framework of human meaning and goals. (*In*: De Villiers, P.G.R. *ed.* The Bible and stress. Pretoria : University of South Africa.)

VAN PELT, J.W. 1999. Pastoraat in trinitarisch perspektief: de samehang tussen trinitarische en antropologiese aspecten in het pastoraat. Heerenveen : Uitgeverij Groen.

VAN RENSBURG, P.J. 1998. An analysis of the suicide statistics of the SAPS: Northwest Province 1996. (*In*: Police officials as victims of trauma and crises. Florida : Technicon SA.)

VAN WYK, J.H. 1993. Homo Dei: 'n prinsipiële besinning oor enkele mensebeskouings, waaronder dié van Calvyn. *In die Skriflig*, 27. Suppl. 1.

VAN WYK, P.J. 1989. The image of man – an Old Testament perspective. (*In*: De Villiers, P.G.R. *ed.* The Bible and stress. Pretoria : University of South Africa.)

VELEMA, W.H. 1990. Nieuw zicht op gereformeerde spiritualiteit. Kampen : Uitgeverij J. H. Kok.

VELEMA, W.H. 1999. Depressie en geloof: maakt deze leer geen moedeloze en depressieve mensen? (*In*: Van Essen, A.A., Van der Kaaden, D., Otter, M., Roest, C., Scholte, W.R., Velema, W.H., Van der Wal, J. & Zevenberg, M. Depressie en geloof. Barneveld : Uitgeverij De Vuurbaak.)

VENTER, C.J.H. 1976. Die bediening van die versoening aan die bejaarde: 'n pastorale studie in die lig van die pastorale briewe. Potchefstroom : Pro Rege.

VENTER, C.J.H. 1988. Praktiese riglyne uit die Nuwe Testament vir die pastorale gesprekvoering. (*In*: Smuts, A.J., *red.* Praktiese teologie in Suid-Afrika 5. Perspektiewe op pastoraat. Pretoria : NG KerkBoekhandel.)

VENTER, C.J.H. 1996. Uitkringende liefdesbetoon. Kommunikatiewe handeling in diens van die onderlinge liefdesgemeenskap in die kerk. Pretoria : RGN.

VENTER, C.J.H. 1999. Die spiritualiteit van die bedienaar met verwysing na sy toerustingstaak. In die skriflig, 33(2):187-200.

VENTER, E. 1993. Uitbrandingsindroom: 'n definisie, die simptome en die fases. Servamus, 86(10):VT22-26, Okt.

VERHOEF, G.C. 2000. Die noodsaak van 'n Bybelse mensbeskouing in berading: enkele snitte uit die Skrif en die praktiese implikasie daarvan. Potchefstroom : PU vir CHO. (Ongepubliseerde verhandeling – M.A.)

VOSLOO, W. & VAN RENSBURG, F.J. *red.* 1999. Die Bybellennium. Die Bybel uitgelê vir eietydse toepassing. Eenvolumekommentaar. Vereeniging : Christelike Uitgewersmaatskappy.

WALDNER, M. 2000. SA Polisie: teelaarde vir geweld. Rapport: 2. Nov., 12.

WEISS, K. 1979. φορτισω. (*In*: KITTEL, G. *ed.* Theological dictionary of the New Testament. Vol. IX. Grand Rapids : Eerdmans.)

WRIGHT, H.N. 1993. Crisis counselling: a practical guide for pastors, counsellors and friends. Ventura : Regal Books.

YOUNG, E.J. 1972. The Book of Isaiah. Vol. III. The new international commentary on the Old Testament. Grand Rapids : Eerdmans.

**BYLAE A**

**VRAELYS**

**AAN SAPD-LEDE**

**OOR STRES**

## VERTROULIK/ANONIEM

Vul asseblief onderstaande inligting so volledig moontlik in.

1. RANG: \_\_\_\_\_

2. OUDERDOM: \_\_\_\_\_

3. GESLAG: \_\_\_\_\_

4. DIENSJARE IN SAPD: \_\_\_\_\_

5. WAAR GESTASIONEER:

|          |  |
|----------|--|
| Landelik |  |
| Stedelik |  |

6. HUWELIKSTATUS:

|                      |  |
|----------------------|--|
| Getroud              |  |
| Ongetroud            |  |
| Geskei               |  |
| Wewenaar/<br>Weduwee |  |

7. Tot watter godsdienstige groep behoort u?

|            |  |
|------------|--|
| Christen   |  |
| Islam      |  |
| Hindoëisme |  |
| Afrika     |  |
| Ateïs      |  |
| Ander      |  |

8. Ek maak in tye van nood van die hulpdienste (Sielkundige, maatskaplike, geestelike hulpdienste) gebruik wat in SAPD beskikbaar is.

|     |  |
|-----|--|
| JA  |  |
| NEE |  |

8.1 Indien NEE, hoekom nie?

|                           |  |
|---------------------------|--|
| Sal bevordering beïnvloed |  |
| Wantrou hulpdienste       |  |
| Ander:                    |  |

9. Ek ervaar soms dat my werkomstandighede my stresvlak onnodig verhoog:

|     |  |
|-----|--|
| JA  |  |
| NEE |  |

9.1. Indien JA, watter van die volgende is die oorsake van u stres in die SAPD?

|                                                  |  |
|--------------------------------------------------|--|
| Administratiewe prosedures en rompslomp          |  |
| Gebrek aan inspraak                              |  |
| Kritiek van publiek                              |  |
| Oorlading van werk                               |  |
| Skofwerk                                         |  |
| Onvoldoende hulpmiddels                          |  |
| Salarisse en beroepstatus                        |  |
| Howe en geregtelike stelsel                      |  |
| Krisissituasies: moontlikheid van beserings/dood |  |
| Werkverhoudings                                  |  |
| Rassespanning                                    |  |
| Beroepsfaktore: Vroeë aftrede, bevordering, ens. |  |
| Seksuele teistering                              |  |
| Ander faktore nie hierbo genoem:                 |  |

10. Ek maak gebruik van die dienste van 'n predikant/pastor/berader BUITE die SAPD vir begeleiding om my te help om my probleme te hanteer.

|     |  |
|-----|--|
| JA  |  |
| NEE |  |

11. Ek is deel van 'n ondersteuningsgroep (gesin, vriende, familie, Bybelstudie- of enige ander kleingroep) wat my sal bystaan in tye van nood.

|     |  |
|-----|--|
| JA  |  |
| NEE |  |

12. Ek herken een of meer van onderstaande gevolge van stres in my eie lewe:

|                                                                            |  |
|----------------------------------------------------------------------------|--|
| Werkolis (Aan werk verslaaf)                                               |  |
| Alkoholmisbruik (Meer as 2 drankies per dag)                               |  |
| Uitbranding                                                                |  |
| Selfmoordneigings                                                          |  |
| Depressie                                                                  |  |
| Fisieke siektetoestand (bv. hartsiektes)                                   |  |
| Huweliks- of gesinsprobleme                                                |  |
| Kwynende geloofslewe                                                       |  |
| Kubervrees (Vrees vir tegnologiese ontwikkeling, bv. rekenaars en selfone) |  |
| Seksuele disfunksie                                                        |  |
| Afname in produktiwiteit                                                   |  |
| Slaaploosheid                                                              |  |

13. Ek stel voor dat dié sake wat my hinder wat ek as n probleem in die SAPD ervaar, soos volg opgelos word:

---



---



---

14. Is daar enigiets wat u werk- of persoonlike lewe belemmer wat u graag onder ons aandag wil bring?

---



---

***Dankie dat u bereid was om die vraelys te voltooi.  
F G Minnie***

## **BYLAE B**

# **BEGELEIDENDE BRIEF AAN BEVELVOERDERS**

Posbus 19343  
NOORDBRUG  
2522  
18 April 2001

Die Bevelvoerder  
SAPD  
Noordwes  
RSA

VERSPREIDING VAN VRAELYS ONDER SAPD-LEDE VIR  
NAVORSINGSDOELEINDES

Ek is 'n student aan die PU vir CHO wat tans besig is met 'n MA-graad in Teologie. My verhandeling handel oor die *Pastorale berading aan die streslyer in die SAPD*. Om hierdie studie sinvol te voltooi, is dit nodig om sekere inligting deur middel van 'n vraelys te bekom.

Die vraelys word vertroulik gehanteer en word anoniem ingevul. Dit sal waardeur word indien die vraelys onder lede van die SAPD versprei word, ongeag rang, ras of geslag, sodat 'n geheelbeeld van situasie verkry kan word.

Ek het toestemming ontvang van die SAPD-hoofkantoor, Navorsing Strategiese Bestuur, (brief aangeheg) om vraelys te versprei.

Ek sluit die vraelys in wat so eerlik moontlik ingevul moet word vir die beste resultate.

Byvoorbaat dankie.

Die uwe

F G Minnie  
(Tel: 018-290 5553)