

**DIE VERWANTSKAP TUSSEN KOHERENSIESIN EN  
EMOSIONELE INTELLIGENSIE**

**deur**

**MARINA VENTER**

**SKRIPSIE**

**Voorgelê ter gedeeltelike vervulling van die vereistes vir die  
graad**

**MAGISTER ARTIUM**

**in**

**VOORLIGTINGSIELKUNDE**

**in die**

**FAKULTEIT LETTERE EN WYSBEGEERTE**

**aan die**

**RANDSE AFRIKAANSE UNIVERSITEIT**

**Studieleier: Prof. G.P. DE BRUIN**

**2003**

## DANKBETUIGING

Aan die einde van hierdie studie wil ek graag my dank en waardering teenoor die volgende persone uitspreek:

**Prof. Deon de Bruin** wat as studieleier opgetree het en altyd bereid was om leiding te gee.

**My familie en vriende** vir hulle volgehoue ondersteuning en aanmoediging.

**Die deelnemers aan die studie** wat gewillig was om die vraelyste te voltooi en inligting oor hulleself beskikbaar gestel het om hierdie studie moontlik te maak.



## OPSOMMING

Die onderhawige studie is onderneem om die verband tussen koherensiesin en emosionele intelligensie te ondersoek. Die studie poog om 'n bydrae te lewer tot die klemverskuiwing binne die sielkunde vanaf 'n patologiese paradigma na 'n meer positiewe paradigma binne die sielkunde.

92 persone wat binne organisasies werk en bereid was om die vraelyste te voltooi, het aan die studie deelgeneem. Koherensiesin is aan die hand van die koherensiesinvraelys (Antonovsky, 1987) gemeet. Emosionele intelligensie is gemeet aan die hand van die emosionele-intelligensievraelys (Schutte, Malouff, Hall, Haggerty, Cooper, Golden & Dornheim, 1997).

Verskeie statistiese tegnieke is gebruik om die navorsingshipotese te toets. Die eerste stap in die data-ontledingsproses was om die psigometriese eienskappe van die meetinstrumente te evalueer. Die tweede stap was om die interkorrelasies van die koherensiesin- en emosionele-intelligensieskale en -subskale te bereken. Die interkorrelasies tussen die subskale is vervolgens onderwerp aan 'n hoofasfaktorontleding met geïtereerde kommunaliteite en "Direct Oblimin"-rotasie. Die aantal faktore is aan die hand van die Scree-toets, teoretiese verwagtings en die interpreteerbaarheid van die faktorstruktuur bepaal. Tydens die derde stap is die totaalstelling van die emosionele-intelligensievraelys as afhanklike veranderlike en die subskale van die koherensievraelys as onafhanklike veranderlikes in 'n meervoudige regressie-ontleding gebruik. Dieselfde prosedure is tydens stap vier gevolg, maar hier is die koherensiesinvraelys se totaalstelling as afhanklike veranderlike gespesifiseer en die emosionele-intelligensievraelys se subskale as onafhanklike veranderlikes gespesifiseer.

Die resultate dui daarop dat daar 'n matige positiewe verwantskap tussen emosionele intelligensie en koherensiesin is. Hierdie verwantskap kan

hoofsaaklik aan die invloed van twee subskale toegeskryf word, naamlik optimisme (emosionele intelligensie) en betekenisvolheid (koherensiesin). Individue wat optimisties is, blyk dus oor `n hoë mate van koherensiesin te beskik. Insgelyks blyk dit dat individue wat hulle lewens as betekenisvol ervaar, emosioneel intelligent is. Geen stelling oor die kousale verwantskap tussen die veranderlikes kan egter gemaak word nie. Hierdie navorsing kan egter met vrug aangewend word in verdere navorsing ten einde die rol wat emosionele intelligensie in streshantering speel, te bepaal. Daarbenewens kan die rol wat emosies in individue se koherensiesin speel en veerkragtigheid ook ondersoek word.



## **SUMMARY**

The present study has been undertaken to investigate the relationship between sense of coherence and emotional intelligence.

92 respondents, who work in organisations and who were willing to complete the questionnaires, participated in the study. Sense of coherence has been measured by means of a sense of coherence questionnaire (Antonovsky, 1987). Emotional intelligence has been measured by means of an emotional intelligence questionnaire (Schutte, Malouff, Hall, Haggerty, Cooper, Golden & Dornheim, 1997).

Various statistical techniques have been employed to test the research hypothesis. The first step in the data-analysis process has been the evaluation of the psychometric properties of the measuring instruments. The second step has been the calculation of the intercorrelation of the sense of coherence and emotional intelligence scales and subscales. The intercorrelations between the subscales were subsequently subjected to a principal factor analysis with iterated communalities and Direct Oblimin rotation. The number of factors were determined by means of a Scree test, theoretical expectations and the interpretability of the factor structure. During the third step the total score of the emotional intelligence questionnaire of the dependent variable and the subscales of the sense of coherence questionnaire as independent variables were used in a multiple-regression analysis.

The same procedure was followed during step four, but this time the total score of the sense of coherence questionnaire was specified as a dependent variable and the subscales of the emotional intelligence questionnaire were specified as independent variables.

The results show a moderate positive relationship between emotional intelligence and sense of coherence. This relationship can be attributed mainly to the effect of the two subscales, namely optimism (emotional intelligence) and meaningfulness (sense of coherence). Individuals who are optimistic appear to have a high level of sense of coherence. Similarly, it appears that individuals who perceive their lives as meaningful are emotionally intelligent. However, no statement regarding the causal relationship between the variables can be made.

This research can be applied in further research with a view to determine the role of emotional intelligence in stress management. In addition, the role that emotions play in the sense of coherence of individuals and resilience can also be investigated.



# INHOUDSOPGAWE

## HOOFSTUK 1 INLEIDING

1.1	AGTERGROND TOT EN MOTIVERING VIR DIE STUDIE	1
1.2	PROBLEEMSTELLING	3
1.3	HOOFSTUKINDELING	3
1.4	SAMEVATTING	4

## HOOFSTUK 2 SALUTOGENESE EN KOHERENSIESIN

2.1	INLEIDING	5
2.2	DIE POSITIEWE SIELKUNDE	5
2.3	SALUTOGENESE	7
2.4	FORTIGENESE EN VEERKRAGTIGHEID	9
2.5	KOHERENSIESIN	11
2.5.1	Definisie en bespreking	11
2.5.2	Dimensies van koherensiesin	12
2.5.2.1	Verstaanbaarheid	12
2.5.2.2	Hanteerbaarheid	13
2.5.2.3	Betekenisvolheid	13
2.5.3	Ervarings wat die ontwikkeling van koherensiesin beïnvloed	15
2.5.3.1	Kinderjare	15
2.5.3.2	Adolessensie	16
2.5.3.3	Volwassenheid	17

<b>2.5.4</b>	<b>Veralgemeende weerstandsbronne</b>	<b>18</b>
2.5.4.1	Fisiese en biochemiese bronne	19
2.5.4.2	Materiële bronne	19
2.5.4.3	Kognitiewe en emosionele bronne	19
2.5.4.4	Evaluerende ingesteldheid as bron	20
2.5.4.5	Interpersoonlike verhoudings as bron	20
2.5.4.6	Makrososiale kultuur as bron	20
<b>2.5.5</b>	<b>Navorsing oor koherensiesin</b>	<b>21</b>

### **HOOFSTUK 3      EMOSIONELE INTELLIGENSIE**

<b>3.1</b>	<b>INLEIDING</b>	<b>23</b>
<b>3.2</b>	<b>SOSIALE INTELLIGENSIE</b>	<b>24</b>
<b>3.3</b>	<b>EMOSIONELE INTELLIGENSIE</b>	<b>25</b>
3.3.1	Die vermoë om eie emosies te erken	27
3.3.2	Die vermoë om ander se emosies te herken	29
3.3.3	Die vermoë om emosies in die self te bestuur	31
3.3.4	Die vermoë om ander se emosies te reguleer	33
3.3.5	Die vermoë om emosies doeltreffend aan te wend	34
<b>3.4</b>	<b>RELEVANTE NAVORSING TOT DIE STUDIE</b>	<b>36</b>

### **HOOFSTUK 4      NAVORSINGSMETODE**

<b>4.1</b>	<b>PROBLEEMSTELLING</b>	<b>39</b>
<b>4.2</b>	<b>DOELSTELLINGS</b>	<b>40</b>
<b>4.3</b>	<b>DEELNEMERS</b>	<b>40</b>
<b>4.4</b>	<b>MEETINSTRUMENTE</b>	<b>40</b>
<b>4.4.1</b>	<b>Die biografiese vraelys</b>	<b>40</b>
<b>4.4.2</b>	<b>Die koherensiesinvraelys</b>	<b>41</b>
4.4.2.1	Beskrywing van die koherensiesinvraelys	41
4.4.2.2	Geldigheid van die koherensiesinvraelys	42
4.4.2.3	Betroubaarheid van die koherensiesinvraelys	43



<b>4.4.3</b>	<b>Die emosionele-intelligensievraelys</b>	<b>43</b>
4.4.3.1	Beskrywing van die emosionele-intelligensievraelys	43
4.4.3.2	Geldigheid van die emosionele-intelligensievraelys	45
4.4.3.3	Betroubaarheid van die emosionele-intelligensievraelys	45
<b>4.5</b>	<b>PROSEDURES</b>	<b>45</b>
<b>4.6</b>	<b>HIPOTESE</b>	<b>46</b>
<b>4.7</b>	<b>STATISTIESE ANALISE</b>	<b>46</b>
<b>4.8</b>	<b>SAMEVATTING</b>	<b>46</b>
<b>HOOFSTUK 5</b>	<b>RESULTATE</b>	
<b>5.1</b>	<b>INLEIDING</b>	<b>48</b>
<b>5.2</b>	<b>PSIGOMETRIESE EIENSKAPPE VAN DIE MEET-INSTRUMENTE</b>	<b>48</b>
5.2.1	Itemontleding van die emosionele-intelligensieskaal	48
5.2.2	Itemontleding van die koherensieskaal	50
<b>5.3</b>	<b>INTERKORRELASIES VAN DIE EMOSIONELE INTELLIGENSIE EN KOHERENSIESIN SKALE EN SUBSKALE</b>	<b>51</b>
<b>5.4</b>	<b>FAKTORONTLEDING VAN DIE EMOSIONELE-INTELLIGENSIE- EN KOHERENSIESUBSKALE</b>	<b>52</b>
<b>5.5</b>	<b>MEERVOUDIGE REGRESSIE-ONTLEDING VAN DIE VERWANTSKAP TUSSEN DIE KOHERENSIESIN-SUBSKALE EN EMOSIONELE INTELLIGENSIE</b>	<b>56</b>
<b>5.6</b>	<b>MEERVOUDIGE REGRESSIE-ONTLEDING VAN DIE VERWANTSKAP TUSSEN DIE EMOSIONELE-INTELLIGENSIESUBSKALE EN KOHERENSIESIN</b>	<b>58</b>
<b>5.7</b>	<b>SAMEVATTING</b>	<b>59</b>

## **HOOFSTUK 6 GEVOLGTREKKINGS EN AANBEVELINGS**

<b>6.1</b>	<b>INLEIDING</b>	<b>60</b>
<b>6.2</b>	<b>DIE VERBAND TUSSEN KOHERENSIESIN EN EMOSIONELE INTELLIGENSIE</b>	<b>60</b>
<b>6.2.1</b>	<b>Literatuuroorsig</b>	<b>60</b>
<b>6.2.2</b>	<b>Empiriese bevindings</b>	<b>61</b>
<b>6.2.2.1</b>	<b>Korrelasie en faktorontleding</b>	<b>61</b>
<b>6.2.2.2</b>	<b>Regressie-ontleding</b>	<b>62</b>
<b>6.3</b>	<b>TEKORTKOMINGS VAN DIE STUDIE</b>	<b>62</b>
<b>6.3.1</b>	<b>Tekortkomings van die literatuur</b>	<b>62</b>
<b>6.3.2</b>	<b>Tekortkomings ten opsigte van die empiriese navorsing</b>	<b>63</b>
<b>6.4</b>	<b>GEVOLGTREKKINGS EN AANBEVELINGS OP GROND VAN DIE STUDIE</b>	<b>64</b>
<b>6.5</b>	<b>SLOT</b>	<b>65</b>

## **BRONNELYS**



UNIVERSITY  
OF  
JOHANNESBURG

## **LYS VAN TABELLE**

<b>Tabel 5.1</b>	<b>Itemtotaalkorrelasies en betroubaarheid van die vier emosionele-intelligensiesubskale</b>	<b>49</b>
<b>Tabel 5.2</b>	<b>Itemtotaalkorrelasies en betroubaarheid van die drie koherensiesinsubskale</b>	<b>50</b>
<b>Tabel 5.3</b>	<b>Interkorrelasiematriks van die koherensiesin- en emosionele-intelligensieskale en –subskale</b>	<b>52</b>
<b>Tabel 5.4</b>	<b>Ongeroteerde faktormatriks van die emosionele-intelligensie- en koherensiesinsubskale</b>	<b>55</b>
<b>Tabel 5.5</b>	<b>”Direct Oblimin”-geroteerde faktorpatroonmatriks van die emosionele-intelligensie- en koherensiesinsubskale</b>	<b>55</b>

<b>Tabel 5.6</b>	<b>Zero-orde en semi-parsiële korrelasies van die koherensiesinsubskale en emosionele intelligensie</b>	<b>58</b>
<b>Tabel 5.7</b>	<b>Zero-orde en semi-parsiële korrelasies van die emosionele-intelligensiesubskale met koherensiesin</b>	<b>59</b>

## **LYS VAN FIGURE**

<b>Figuur 5.1</b>	<b>Scree-toets vir die aantal faktore wat onttrek moet word</b>	<b>54</b>
<b>Figuur 5.2</b>	<b>Meervoudige regressie-model van die verwantskappe tussen die koherensiesin en emosionele-intelligensie-totaaltellings</b>	<b>56</b>
<b>Figuur 5.3</b>	<b>Meervoudige regressie-model van die verwantskappe tussen die emosionele-intelligensie- en koherensiesin-totaaltellings</b>	<b>57</b>



# HOOFSTUK 1

## INLEIDING

### 1.1 AGTERGROND TOT EN MOTIVERING VIR DIE NAVORSING

Die dominante navorsingsfokus in die toegepaste sielkunde was vir 'n lang tydperk op patologie of abnormale gedrag en daar is tot 'n groot mate gekonsentreer op menslike ongelukkigheid en psigopatologie. Hierdie siening het deels daartoe gelei dat sielkundiges nie 'n toereikende definisie van gesondheid kon formuleer nie. Strümpfer stel sielkundiges se posisie soos volg: *"They are often at a loss to answer the question: What is health? When not allowed to define it as absence of illness"* (Strümpfer, 1990, p. 265).

Hierdie studie poog om 'n bydrae te lewer tot die klemverskuiwing binne die sielkunde vanaf 'n patologiese paradigma na 'n meer positiewe paradigma binne die sielkunde. Volgens Seligman en Csikszentmihalyi (2000) handel die positiewe sielkunde grootliks oor subjektiewe ervarings soos welstand, tevredenheid, bevrediging, hoop, optimisme en geluk. 'n Verheldering van die positiewe sielkunde kan in Antonovsky (1979, 1987) se werk gevind word. Hy verwys na sy benadering as die "salutogeniese benadering".

Die woord "salutogenese" is 'n samestelling van die Latynse "Salus" wat *gesondheid* beteken en "Genesis" wat *oorsprong* beteken. Die woord "salutogenese" verwys dus na die oorsprong van gesondheid. Antonovsky (1979, 1987) het die digotome klassifikasie van die mediese model (naamlik dat 'n persoon óf siek óf gesond is) bevraagteken. Dit het aanleiding gegee tot 'n kontinue konseptualisering van gesondheid waar die individu haar- of homself op 'n kontinuum bevind tussen twee pole, naamlik ongesteldheid en gesondheid (Antonovsky, 1979). Hy ontwikkel die konsep 'koherensiesin' wat sentraal is in die salutogeniese model. Koherensiesin word gedefinieer as 'n algemene,

standhoudende manier waarop 'n individu sy of haar wêreld beleef en waarneem. 'n Persoon met 'n hoë koherensiesin het 'n *deurlopende, blywende, en dinamiese gevoel van vertrouwe en verwagting dat beide die interne en eksterne omgewing voorspelbaar is en dat dinge so goed sal uitwerk as wat verwag kan word* (Antonovsky, 1979).

Navorsing deur Kalimo en Vuori (1990) bevestig 'n verband tussen koherensiesin, lewenstevredenheid en geluk as aanduiders van geestesgesondheid. Volgens studies deur Flannery en Flannery (1990) korreleer koherensiesin negatief met lewenstressors en sielkundige simptome. Hieruit blyk dat koherensiesin moontlik lewenstressors uitskakel. Makowska en Makowiec-Dabrowska (1997) het bevind dat koherensiesin positief korreleer met 'n gesonde lewenstyl. Persone wat 'n hoë koherensiesin-telling behaal het, het hulle lewens as minder spanningsvol beskou en hulle gesinsfunksionering hoog beoordeel.

Nog 'n konstruk wat 'n plek vind binne die positiewe sielkunde is 'emosionele intelligensie'. Daar was die afgelope dekade besondere belangstelling in hierdie konstruk. Salovey en Mayer (1990) het baanbrekerswerk op die gebied gedoen en emosionele intelligensie gedefinieer as *die vermoë om emosies waar te neem, te verstaan en te bestuur*.

Navorsing het getoon dat daar 'n sterk korrelasie is tussen emosionele intelligensie en lewenstevredenheid (Palmer, Donald & Stough, 2002; Bar-On, 1997; Martinez-Pons, 1997). Ciarrochi, Deane en Anderson (2002) het die verband tussen spanning en emosionele intelligensie ondersoek. Uit die navorsing blyk dit dat individue wat daartoe in staat is om hulle emosies doeltreffend te bestuur, die beste in spanningsvolle omstandighede vaar. Dit wil dus voorkom asof beide emosionele intelligensie en salutogenese moontlik bydra tot 'n individu se welstand en lewenstevredenheid.

Daar is egter tot op hede nog nie enige navorsing gedoen wat die verband tussen koherensiesin en emosionele intelligensie ondersoek nie. Die onderhawige studie het ten doel om hierdie verband te verhelder.

## **1.2 PROBLEEMSTELLING**

Dit blyk dat beide emosionele intelligensie en koherensiesin bydra tot 'n individu se welstand, lewensvrede en stres hantering. Dit is egter nie duidelik hoe emosionele intelligensie en koherensiesin onderling verband hou nie. In die lig hiervan is die navorsingsvraag dus of 'n verband aangetoon kan word tussen die individu se emosionele intelligensie en sy of haar koherensiesin.

## **1.3 HOOFSTUKINDELING**

Die uitleg van die studie sien soos volg daaruit:

### **Hoofstuk 2: Salutogenese en koherensiesin**

In hierdie hoofstuk word die salutogeniese model beskryf, sowel as die agtergrond waarteen die begrip 'koherensiesin' ontwikkel het. In die beskrywing word ook verwys na die begrippe 'fortigenese' en 'veerkragtigheid' (Engels: *resilience*). Daar word 'n volledige bespreking van die konstruk 'koherensiesin' verskaf.

### **Hoofstuk 3: Emosionele intelligensie**

In hierdie hoofstuk word die ontwikkeling van die konstruk 'emosionele intelligensie' bespreek. Die verskillende komponente van emosionele intelligensie word afsonderlik bespreek.

## **Hoofstuk 4: Metodologie**

Die manier waarop die empiriese ondersoek gedoen is, word in hierdie hoofstuk beskryf. Die volgende aspekte geniet ook aandag:

- a) Die eienskappe van die meetinstrumente.
- b) Die samestelling van die biografiese vraelys.
- c) Die beskrywing van die persone wat deelgeneem het aan die ondersoek.
- d) Die insameling van die data en die wyse van data-ontleding.

## **Hoofstuk 5: Die resultate van die studie**

In die hoofstuk word die resultate gerapporteer en bespreek.

## **Hoofstuk 6: Gevolgtrekkings en aanbevelings**

Die gevolgtrekkings wat uit die resultate voortvloei, word bespreek. Verder word tekortkomings van die navorsing uitgewys en sekere aanbevelings op basis van die navorsing gemaak.

### **1.4 SAMEVATTING**

In hierdie hoofstuk is daar gefokus op die agtergrond tot en die motivering vir die studie.

## HOOFSTUK 2

### SALUTOGENESE EN KOHERENSIESIN

#### 2.1 INLEIDING

In hierdie hoofstuk word die salutogeniese benadering en koherensiesin teen die agtergrond van die positiewe sielkunde bespreek.

#### 2.2 DIE POSITIEWE SELKUNDE

Daar is tans tekens van 'n klemverskuiwing binne die sielkunde na 'n meer positiewe paradigma. Die veranderende fokus behels onder meer die bestudering van positiewe kwaliteite wat die lewe vervullend maak. Volgens Seligman en Csikszentmihalyi (2000) het die positiewe sielkunde betrekking op subjektiewe ervarings soos welstand, tevredenheid, bevrediging, hoop, optimisme en geluk. Op 'n individuele vlak sluit dit aspekte in soos die vermoë om lief te hê, om te werk, braafheid, interpersoonlike vaardighede, uithouvermoë, vergifnis, oorsponklikheid, visie, geestelikheid, wysheid en talente. Op 'n groepsvlak betrek die positiewe sielkunde aspekte soos verantwoordelikheid, vertroeteling, altruïsme, verdraagsaamheid en werksetiek.

Voor die Tweede Wêreldoorlog is drie doelwitte vir die sielkunde as wetenskap gestel, naamlik die genesing van geestessiektes, 'n poging om die lewens van mense meer produktief en vervullend te maak en die ontwikkeling van 'n vermoë om talent te identifiseer en dit te koester. Die laaste twee doelwitte het egter vir lank agterweë gebly. Fondse was meer geredelik beskikbaar vir navorsing wat gehandel het oor die behandeling van geestessiektes. Gevolglik was daar 'n groter fokus op patologie of abnormale gedrag (Seligman & Csikszentmihalyi, 2000).



Die positiewe sielkunde behels dus 'n radikale verandering in die aannames wat gemaak word oor gesondheid en menslike potensiaal. In teenstelling met die tradisionele sielkunde vra die positiewe sielkunde "wat is goed en waarna moet gestreef word?" eerder as "wat is verkeerd en moet herstel word?". Daar was oor die afgelope paar dekades fragmentariese pogings om gesondheid en welstand te definieer. Hier volg 'n paar voorbeelde ter illustrasie. Hierdie lys is egter geensins volledig nie.

- Maslow (1968) se konsep 'selfaktualisering'.
- Jung (1960) se konsep 'individuasie'.
- Allport (1961) se konsep 'volwassenheid'.
- Erikson (1959) se stadia van psigo-sosiale ontwikkeling.
- Rogers (1980) se konsep 'die volledig funksionerende persoon'.
- Johoda (1958) se positiewe kriteria vir geestesgesondheid.

Alhoewel hierdie bogenoemde perspektiewe in hulle eie reg 'n groot bydrae gelewer het binne die sielkunde, was daar geen teoretiese integrasie nie. Gevolglik het dit nie 'n bydrae gelewer tot die konseptualisering van die positiewe sielkunde nie. Volgens Ryff (1989) is een rede hiervoor dat die konstruksie nie voldoende geoperasionaliseer is nie en geen metode van assessering beskikbaar was nie. 'n Tweede rede is dat die kriteria wyd en omvattend is en dit moeilik is om te bepaal wat gebruik kan word. Laastens is die aantyging dat die literatuur belaai is met waarde-oordele

Ryff (1989) het die konstruk 'sielkundige welstand' probeer operasionaliseer deur ooreenkomste tussen die bogenoemde teorieë te identifiseer. Die volgende konsepte is geïdentifiseer as aspekte van sielkundige welstand, naamlik selfaanvaarding, positiewe verhoudings met ander, outonomie, omgewingsaanpassing, lewensbetekenis en persoonlike groei. Ryff en Singer (1998) stel dit soos volg: "*Human well-being is ultimately an issue of engagement*

*in living, involving expression of a broad range of human potentialities: intellectual, emotional and physical*" (Ryff & Singer, 1998, p. 2).

Die gevaar bestaan dat die konseptualisering van die positiewe sielkunde bloot 'n stel voorskrifte behels wat gebaseer is op die morele waardes en gelowe van die persone wat hierdie voorskrifte formuleer (Rich, 2001). Rich (2001) wys daarop dat konstruksie binne die positiewe sielkunde oor tyd en oor kulture heen kan verskil. Wat in een kultuur onaanvaarbaar en afwykend is, kan in 'n ander kultuur aanvaarbaar wees. Net so bepaal verloop van tyd wat aanvaarbare gedrag is en wat nagestreef behoort te word. Dit bemoeilik dus die konseptualisering van wat gesondheid en 'n vervullende lewe beteken.

Verdere kritiek teen die positiewe sielkunde behels dat voorskrifte oor sielkundige welstand min ruimte vir die uniekheid van die menslike ervaring laat. Volgens Taylor (2001) loop die positiewe sielkunde die gevaar om te simplisties te wees deurdat dit sielkundige welstand wil definieer deur die afwesigheid van negatiewe kwaliteite in die mens.

'n Verheldering van die positiewe sielkunde kan in Antonovsky (1979, 1987) se werk gevind word. Hy verwys na sy benadering as die salutogeniese paradigma, wat die onderwerp van bespreking in die volgende afdeling is.

### **2.3 SALUTOGENESE**

Antonovsky het die mediese model van digotome klassifikasie (naamlik dat 'n persoon óf siek óf gesond is) bevraagteken. Dit het aanleiding gegee tot 'n kontinue konseptualisering van gesondheid waar die individu haar- of homself bevind op 'n kontinuum tussen die twee pole naamlik ongesteldheid of gesondheid (Antonovsky, 1979). Antonovsky stel dit soos volg:

*"To ask about a specific disease is to narrow one's search to specific, disease-relevant factors. To ask about ease and dis-ease*

*is to ask about generalized factors that are relevant to all disease. And to ask about health ease, that is, to seek to explain what facilitates our movement toward the most salutary end of the breakdown continuum, is to search for weapons that may be far more potent in decreasing human suffering than is any specific disease-preventing or disease-curing factor” (Antonovsky, 1979, p.56).*

Antonovsky (1979) het die konsep ‘salutogenese’ ontwikkel by voltooiing van sy studie van Joodse vroue wat die konsentrasiekampe in die Tweede Wêreldoorlog oorleef het. Die meerderheid vroue het ten spyte van haglike omstandighede in die konsentrasiekampe die vermoë behou om vervullende lewens te leef en selfs geluk te ervaar. Hy het ook armoedige gemeenskappe in die Amerikaanse bevolking bestudeer en op basis van die uitkoms die vraag gevra: “*Whence the strength?*” (Antonovsky, 1979, p. 7). Hulle kon ten spyte van haglike omstandighede spanning oorkom.

Antonovsky (1979) erken egter dat selfs mense in gemaklike lewensomstandighede op ‘n daaglikse grondslag aan spanningsvolle ervarings blootgestel word. Hy kom tot die gevolgtrekking dat stressors alomteenwoordig is en dat die lewe inherent spanningsvol is (1979). Hy maak die volgende stelling: “*Given the ubiquity of pathogens – microbiological, chemical, physical, psychological, social, and cultural – it seems to me self-evident that everyone should succumb to this bombardment and constantly be dying*” (Antonovsky, 1979, p. 13).

In die lig van die voorafgaande en ander studies poog Antonovsky dus om ‘n antwoord op die volgende vraag te vind: Hoe hanteer en oorkom mense hierdie magdom stressors ten einde welstand te ervaar? Die salutogeniese paradigma berus dus op die aanname dat stressors altyd teenwoordig is en dat dit gesonde gevolge kan hê. Die impak van die stressors word beïnvloed deur die

eienskappe van die stressor en die suksesvolle vermindering of selfs uitskakeling van die ongemak wat deur die stressor veroorsaak word.

Resente literatuur oor stres hantering fokus in 'n toenemende mate op die positiewe uitkomst ná die blootstelling aan 'n spanningsvolle ervaring. Volgens Park (1998) rapporteer individue dat hulle “floreer” as gevolg van hulle vermoë om spanning te hanteer en sommige rapporteer selfs “groei” na moeilike ervarings soos die dood van 'n geliefde (Calhoun & Tedeschi, 1989-90), die diagnose van kanker (Taylor, 1983) of 'n hartaanval (Affleck, Tennen, Croog & Levine, 1987). “Groei” impliseer egter nie dat hierdie individue nie struikelblokke en probleme op hulle pad ervaar nie.

Ten einde konseptuele duidelikheid te verseker, is dit nodig om te onderskei tussen die terme “groei” en “floreer”. “Groei” verwys na enige positiewe verandering wat 'n persoon na 'n spanningsvolle ervaring rapporteer. “Floreer” verwys op sy beurt na 'n verhoogde vlak van funksionering ná 'n spanningsvolle ervaring.

Dit blyk wel dat sommige individue oor sekere eienskappe beskik wat hulle in staat stel om veeleisende omstandighede beter as ander mense te hanteer. Strümpfer (2000) verwys na hierdie vermoë as “veerkragtigheid”. Hy stel voor dat die salutogeniese paradigma eerder bekend moet staan as “fortigenese”.

## **2.4 FORTIGENESE EN VEERKRAGTIGHEID**

Die term “fortigenese” is afgelei van die Latynse woord “Fortis” wat *sterk* beteken en die Griekse woord “Genesis” wat *oorsprong/begrip* beteken. Fortigenese het betrekking op die oorsprong van sterkte. Volgens Strümpfer (1990) het Antonovsky in wese nie net na die oorsprong van fisiese gesondheid gesoek nie, maar ook na die oorsprong van sielkundige welstand. Strümpfer redeneer dat mense in alle lewensareas stressors op dieselfde wyse hanteer. Dus geld

dieselfde vrae en antwoorde oor wat met mense gebeur by die werk, as jong getroudes, in ouerskap en tydens oorgange na ander lewensfases, byvoorbeeld die middeljarekrisis en aftrede. Hy stel dit soos volg: *“Introducing the construct is not to deny the need to search for the origins of health: it is merely to say that, in the process of doing so, Antonovsky could not help but point to the closely related origins of strength needed to be effective at other end-points of human functioning too (Strümpfer, 1990, p. 82).*

Vanuit dieselfde veld het die term “veerkragtigheid” ontwikkel. Volgens Strümpfer (1990) verwys dit na die vermoë om veeleisende omstandighede te oorkom of om terug te keer na vorige vlakke van funksionering. Dit behels die gebruik en aanwending van interne en eksterne hulpbronne. Dit is ‘n meer holistiese benadering as dié van Antonovsky (1987), wat hoofsaaklik op fisiese gesondheid fokus, aangesien dit alle vlakke van menslike funksionering erken.

Die konstrukte ‘fortigenese’ en ‘veerkragtigheid’ het dus vanuit die salutogeniese benadering ontwikkel. Verbandhoudende konstrukte wat ook ‘n plek vind binne die salutogeniese paradigma is die volgende:

- Frankl se konsep ‘selftransendensie’ (1961)
- Kobasa se konstruk ‘geharde persoonlikheid’ (1982)
- Ben-Sira se konstruk ‘vermoëndheid’ (Engels: *potency*)(1985)
- Thomas se konstruk ‘stamina’ (1981)
- Rotter se konstruk ‘lokus van kontrole’ (1954)
- Bandura se konstruk ‘selfeffektiwiteit’ (1986)
- Rosenbaum se konstruk ‘aangeleerde hulpbronne’ (1990)
- Epstein se konstruk ‘konstruktiewe denke’ (1998)

Bogenoemde konstrukte is soortgelyk aan Antonovsky se konstruk ‘koherensiesin’ wat in hierdie studie as konstruk gebruik word om te bepaal hoe

effektief mense spanningsvolle omstandighede in hulle lewens hanteer. Die konstruk word vervolgens bespreek.

## **2.5 KOHERENSIESIN**

### **2.5.1 Definisie en bespreking**

Vandat Antonovsky in 1979 die konstruk 'koherensiesin' vir die eerste keer gedefinieer het, het hy dit verder uitgebrei en definieer hy dit soos volg:

*The Sense of Coherence is a global orientation that expresses the extent to which one has a pervasive, enduring though dynamic feeling of confidence that; (1) The stimuli deriving from one's internal and external environment in the course of living are structured, predictable, and explicable (comprehensible); (2) There are resources available to meet the demands posed by these stimuli (manageability) and; (3) These demands are challenges, worthy of investment and engagement (meaningfulness) (Antonovsky, 1987, p19).*

Volgens die definisie is koherensiesin 'n algemene, standhoudende manier waarop 'n individu sy of haar wêreld beleef en waarneem. Wanneer die individu volwassenheid binnegaan, het hy of sy reeds 'n stabiele koherensiesin en dit is hoogs onwaarskynlik dat 'n persoon se koherensiesin radikaal sal verander. 'n Spesifieke ervaring, byvoorbeeld sukses of mislukking, kan lei tot 'n tydelike verskuiwing of geringe permanente verskuiwing van die persoon se koherensiesin, maar die verandering sal steeds naby 'n stabiele punt op die kontinuum van ongesteldheid en gesondheid (welstand) plaasvind (Antonovsky, 1979).

Die individu se koherensiesin is egter ook dinamies. Koherensiesin word deur die individu se totale lewe gevorm, en deur lewenservarings getoets en aangepas. Radikale verandering in 'n persoon se huwelikstatus, beroep of woonplek kan aanleiding gee tot 'n beduidende aanpassing in 'n persoon se koherensiesin, maar vind altyd plaas binne die konteks van die persoon se vorige vlak van koherensie. Indien 'n spesifieke ondervinding veroorsaak dat 'n individu se koherensiesin in 'n bepaalde lewensarea verswak, sal 'n persoon met 'n sterk koherensiesin bepaalde veranderinge aanbring ten einde sy of haar koherensiesin weer te versterk (Antonovsky, 1979).

Binne die definisie word daar na drie dimensies verwys, naamlik:

- a) Verstaanbaarheid
- b) Hanteerbaarheid
- c) Betekenisvolheid

Hierdie dimensies sal vervolgens elkeen afsonderlik bespreek word.

## **2.5.2 Dimensies van koherensiesin**

Antonovsky (1987) verwys na drie sleuteldimensies van koherensiesin.

### **2.5.2.1 Verstaanbaarheid**

Volgens Antonovsky (1987) verwys “verstaanbaarheid” na die mate waartoe 'n persoon die persepsie het dat stimuli uit sy of haar interne of eksterne omgewing georden, konsekwent, gestruktureerd en duidelik ervaar word. 'n Persoon met 'n sterk koherensiesin beleef dus nie sy interne of eksterne omgewing as chaoties, ongeorden en onverklaarbaar nie. Stimuli hoef egter nie noodwendig altyd positief te wees nie. Die persoon met 'n sterk verstaanbaarheidsin kan stimuli soos byvoorbeeld die dood, oorlog of mislukking verwerk.

### **2.5.2.2 Hanteerbaarheid**

“Hanteerbaarheid” verwys volgens Antonovsky (1987) na die mate waartoe die persoon hulpbronne kan identifiseer wat aangewend kan word om gebeurtenisse suksesvol te hanteer. Hierdie hulpbronne is nie net dit waaroor die individu self beskik nie, maar dit kan ook ander hulpbronne wees soos byvoorbeeld ‘n huweliksmaat, vriende, of op ‘n geestelike vlak, God. Wanneer die individu nie oor genoeg hulpbronne beskik nie, kan die lewensgebeurtenis nie suksesvol hanteer word nie, aangesien die eise wat die omgewing stel te veel is om te hanteer. Antonovsky (1987) wys egter daarop dat ‘n omgewing wat geen eise stel nie, opsigself ‘n stressor is, aangesien elke individu ‘n innerlike behoefte aan stimulasie het. Hy wys voorts daarop dat ‘n balans in die oor- of onderbelading van stimuli nodig is, ten einde ‘n sterk hanteerbaarheidsin te ontwikkel.

### **2.5.2.3 Betekenisvolheid**

“Betekenisvolheid” verwys na die mate waartoe ‘n persoon voel dat die lewe op emosionele en kognitiewe vlak sin maak (Antonovsky, 1987). Wanneer ‘n individu voel dat ‘n ervaring betekenisvol is, sal hy of sy dit as die moeite werd ervaar om tyd en energie daaraan te spandeer en homself daartoe verbind. Wanneer negatiewe insidente plaasvind soos die dood van ‘n geliefde of siekte, sal ‘n persoon met ‘n sterk betekenisvolheidsin die betekenis daarin soek en poog om dit te oorkom. Die betekenisvolheidskomponent verteenwoordig volgens Antonovsky (1987) ook ‘n motiveringskomponent. ‘n Persoon sal meer gemotiveer wees om aktiwiteite na te streef wanneer dit tot innerlike vervulling lei. Gevolglik sien ‘n persone met ‘n sterk betekenisvolheidsin ook dat die lewe betekenisvol is op ‘n emosionele vlak (Antonovsky, 1987).

Antonovsky (1987) se konstruk ‘betekenisvolheid’ stem grotendeels ooreen met die konsep ‘lewensbetekenis’, wat sentraal staan binne die eksistensiële



sielkunde van Kiergaard (1954), Binswanger (1958), Boss (1983) en Frankl (1961). Volgens Frankl (1961) kan die lewe betekenis hê onder enige lewenstoestand, selfs tydens lyding. Wanneer 'n persoon voel dat sy lewe geen betekenis het nie, lei dit tot eksistensiële frustrasie en 'n patologiese toestand wat hy "neurogene neurose" noem. Of die persoon sy lewe as betekenisvol ervaar, sal dus afhang van sy eie persepsie van sy of haar lewensituasie. Verstaanbaarheid hou dus nou verband met betekenisvolheid.

Die bogenoemde drie dimensies is onlosmaakbaar deel van die konstruk 'koherensiesin' en toon 'n hoë positiewe korrelasie met mekaar (Antonovsky,1987). Daar bestaan egter situasies waar 'n persoon hoë teenwoordigheid van een komponent vertoon, maar 'n laer teenwoordigheid van 'n ander. 'n Huisvrou kan byvoorbeeld hoë vlakke van verstaanbaarheid demonstreer, maar lae vlakke van betekenisvolheid. Sy beleef moontlik haar omgewing as georden en hanteerbaar, maar ervaar dit nie as verreikend nie en gevolglik beleef sy dit nie as betekenisvol nie.

Dit kom voor of betekenisvolheid die meeste gewig dra. Sonder betekenisvolheid sal hoë vlakke van verstaanbaarheid en hanteerbaarheid volgens Antonovsky (1987) slegs tydelik wees. 'n Sterk koherensiesin impliseer egter nie dat die persoon sy of haar hele wêreld as verstaanbaar of betekenisvol ervaar nie. Individue stel hulle eie grense ten opsigte van wat hulle in hulle belewingswêreld insluit. Volgens Antonovsky (1987) is daar egter vier sferes wat nie uitgesluit kan word nie, naamlik die individu se innerlike gevoelens, belangrike aktiwiteite byvoorbeeld werk, interpersoonlike verhoudings met betekenisvolle ander persone en eksistensiële kwessies byvoorbeeld die dood, isolasie, konflik, mislukkings en tekortkomings.

Die volgende lewenservarings speel volgens 'n studie deur Antonovsky (1987) 'n rol in die ontwikkeling van die drie komponente van koherensiesin: konsekwenheid en stabiliteit blyk 'n basis te vorm vir die

verstaanbaarheidskomponent; balans tussen positiewe en negatiewe ervarings blyk 'n basis te vorm vir die hanteringskomponente, en deelname aan besluitneming en 'n aandeel in die vorming van die uitkoms van gebeure, dra by tot die vorming van die betekenisvolheidskomponent.

Die ontwikkeling van koherensiesin vind plaas binne die verskillende lewensfases en word vervolgens bespeek.

### **2.5.3 Ervarings wat die ontwikkeling van koherensiesin beïnvloed**

Ervarings binne die onderskeie ontwikkelingsfases dra by tot die vorming van koherensiesin en vind dus gedurende die totale lewensloop plaas (Antonovsky, 1987).

#### **2.5.3.1 Kinderjare**

'n Persoon se ervarings gedurende sy kinderjare het 'n betekenisvolle impak op sy of haar koherensiesin. Volgens Bowlby (1969) se gehegtheidsteorie bevorder die optrede van die baba kontak met die ouers. Die kontak is nie net belangrik vir die fisiese ontwikkeling van die kind nie, maar ook vir sy of haar emosionele ontwikkeling. Objekrelasie-teoretici soos Fairburn (1952), Kernberg (1976) en Kohut (1977) het ook die belangrikheid van die verhouding tussen die self en objekte (betekenisvolle ander persone) beklemtoon. Objekverhoudings is intrapsigiese strukture, dus geïnternaliseerde beelde van die self en van ander. Dit word grootliks bepaal deur vroeë interpersoonlike verhoudings en affekteer latere interpersoonlike verhoudings. Die kind het die inherente behoefte om gereflekteer te word deur sy of haar ouers. Dit dien as 'n refleksie vir die ontwikkelende self. Die doel is differensiasie en integrasie van die self, maar ook die totstandkoming van 'n eie identiteit. Hegte bande met 'n primêre versorger of groep voorsien in die kind se behoefte aan stabiliteit en is 'n belangrike bron vir die ontwikkeling van 'n verstaanbaarheidsin. Gevolglik beleef die persoon sy of

haar omgewing as georden, konsekwent, gestruktureerd en duidelik (Antonovsky, 1987).

Al sou die kind sy omgewing as verstaanbaar en stabiel ervaar, speel die kwaliteit van die response uit die omgewing 'n belangrike rol in die ontwikkeling van die betekenisvolheidskomponent. 'n Kind wat geslaan of geïgnoreer word as hy of sy huil, leer wel 'n mate van voorspelbaarheid maar ervaar dat hy nie in staat is om sy behoeftes uit sy omgewing te vervul nie. Wanneer daar aan die kind se behoeftes aandag gegee word, met die kind gespeel word en aan die kind die boodskap oorgedra word dat hy of sy van belang is en sy of haar behoeftes waardevol is, dra dit daartoe by dat die kind die omgewing as betekenisvol ervaar. Dus is die kwaliteit van die respons wat die kind uit sy omgewing ervaar belangrik.

Soos wat die kind ouer word, word daar bepaalde eise aan die kind gestel deur sy of haar omgewing. Wanneer die kind hierdie take bemeester, leer die kind dat hy of sy doeltreffend meewerk aan hantering van die eise wat deur die omgewing gestel word (Erikson, 1959). Hierdie eise dra by tot die ontwikkeling van die hanteerbaarheidskomponent (Antonovsky, 1987).

### **2.5.3.2 Adolessensie**

Die ontwikkelingstaak van die adolessent behels die ontwikkeling van 'n eie identiteit (Erikson, 1959). Vir die adolessent is dit nie 'n eenvoudige taak nie. Veelvuldige liggaamlike verandering en inkonsekwentheid in watter gedrag toepaslik is al dan nie, dra hiertoe by. Die ouers versterk een tipe gedrag, die kind se vriende 'n ander en die massamedia propageer ook weer 'n ander tipe gedrag.

Antonovsky en Sagy (1986) het gevind dat jonger adolessente 'n swakker koherensiesin vertoon as ouer adolessente. Dit kan grootliks toegeskryf word

aan veelvuldige liggaamlike veranderinge en 'n inkonsekwente omgewing. Die koherensiesin word verder gekompliseer deur die sosio-ekonomiese klimaat en idiosinkratiese lewensgebeure, byvoorbeeld die dood van 'n ouer, verhuising na 'n ander omgewing of die werkloosheid van 'n ouer. 'n Gebrek aan hulpbronne en 'n onvermoë om die wêreld waarin hulle leef as hanteerbaar en verstaanbaar te beleef, dra geensins by tot 'n sterk koherensiesin nie. Hierteenoor kan 'n stabiele omgewing wat duidelik en realisties is, koherensiesin bevorder.

Die adolessent kan volgens Antonovsky (1987) slegs 'n tentatiewe koherensiesin ontwikkel wat wel gebruik kan word om korttermynvoorspellings te maak oor hoe hy of sy stresvolle lewensgebeure sal hanteer. Dit is egter met die toetrede tot volwassenheid dat ervarings binne die kinderjare en adolessensie versterk of omgekeer word.

### **2.5.3.3 Volwassenheid**

Die jong volwassene beskik oor 'n tentatiewe koherensiesin wat met die individu se toetrede tot volwassenheid meer permanent word. Die individu gaan langtermynverbintenisse met persone aan. Sosiale rolle verstrekk of verswak ook 'n persoon se koherensiesin. Volgens Antonovsky (1987) vind die belangrikste ontwikkeling van 'n individu se koherensiesin in die eerste dekade van sy of haar volwasse lewe plaas. Die eerste dekade van 'n persoon se volwasse lewe bied geleenthede om die verskeidenheid vaardighede en konstruksies wat tydens kinderjare en adolessensie aangeleer word, uit te toets, te orden of te wysig. Kalimo en Vouri (1990) is ook van mening dat die individu se koherensiesin veral in die vroeë ontwikkelingsjare gevorm word, maar definitief versterk of verswak word gedurende die volwasse lewensjare, veral die eerste werksjare.

Die volwasse individu beskik oor 'n redelik permanente koherensiesin. Volgens Antonovsky (1979) is dit hoogs onwaarskynlik dat die individu se koherensiesin radikaal sal verander. Verandering kan egter plaasvind wanneer daar 'n stressor

is waaroor daar geen keuse uitgeoefen kan word nie en waarvan die individu geen vorige ervarings het nie of waarvoor hy of sy nie voorbereid is nie. Verandering vind altyd plaas binne die individu se vorige vlak van koherensie. Antonovsky (1993) beklemtoon dat dit onwaarskynlik is om groot verbeteringe in die individu se telling op die koherensiesinraelys te sien en wys daarop dat 'n telling van vyf punte as 'n betekenisvolle verskuiwing gesien kan word.

Lewenservarings speel dus 'n groot rol in die ontwikkeling van koherensiesin. Maar wat speel 'n rol in die vorming van die lewenservarings? Die antwoord lê grootliks in wat Antonovsky die "veralgemeende weerstandsbronne" noem.

#### **2.5.4 Veralgemeende weerstandsbronne**

Die veralgemeende weerstandsbronne (Engels: *general resistance resources*) help die individu om lewenservarings suksesvol te hanteer. Antonovsky (1979) definieer veralgemeende weerstandsbronne as *fisiese, biochemiese, materiële, kognitiewe, emosionele en evaluerende ingesteldhede, en interpersoonlike verhoudings en makrososiale kulturele eienskappe van 'n individu. Verder sluit dit ook primêre groepe, subkulture, en gemeenskappe in wat doeltreffend is in die vermyding of teenstand van 'n wye verskeidenheid stressors en wat sodoende spanning voorkom* (Antonovsky, 1979, p. 103).

Die moontlikheid bestaan dat die afwesigheid van die veralgemeende weerstandsbronne opsigself 'n stressor kan wees en die individu se koherensiesin hierdeur nadelig beïnvloed kan word (Antonovsky, 1979). Daar is verskeie weerstandsbronne waaroor 'n individu kan beskik, wat vervolgens kortliks bespreek word.

#### **2.5.4.1 Fisiese en biochemiese bronne**

Die fisiese en biochemiese weerstandsbronne word bepaal deur die individu se genetika maar kan deur die omgewing beïnvloed word. Dit sluit die individu se immunitietstelsel, sentrale senuweestelsel en ander biochemiese en fisiese prosesse in (Antonovsky, 1979).

#### **2.5.4.2 Materiële bronne**

Antonovsky (1979) onderskei tussen bronne en interpersoonlike verhoudings. Bronne sluit geld, fisiese krag, skooling, klere en kos in. Dit lei tot mag, status en die beskikbaarheid van dienste, byvoorbeeld onderwys. Die belangrikheid van die bepaalde bronne hang af van die kultuur waarbinne die individu funksioneer. In een kultuur sal fisiese krag van groot waarde wees, terwyl 'n ander kultuur finansiële welvaart as belangriker ag.

#### **2.5.4.3 Kognitiewe en emosionele bronne**

Antonovsky (1979) beklemtoon twee kognitiewe en emosionele weerstandsbronne, naamlik intelligensie en ego-identiteit. Kennisintelligensie verwys na die individu se vermoë om kennis en intelligensie te gebruik tot sy of haar voordeel. Dit sluit in die akkurate waarneming van 'n situasie, die selektering van toepaslike en konstruktiewe gedrag, die aanpasbaarheid in veranderende omstandighede en die insig in toepaslike standaarde van gedrag. Ego-identiteit reflekteer 'n gevoel van integrasie, stabiliteit, dinamika, buigsaamheid en onafhanklikheid sowel as 'n gevoel van verbintenis met die sosiale en kulturele omgewing. Ego-identiteit verwys ook na die individu se beeld van homself. Hierteenoor verwys die koherensiesin na die individu se beeld van die wêreld.

#### **2.5.4.4 Evaluerende ingesteldheid as bron**

Antonovsky (1979) onderskei tussen drie algemene hanteringstyle wat die individu help om stresvolle situasies beter te hanteer, naamlik rasionaliteit, buigsaamheid en versierendheid. Rasionaliteit dui op akkurate objektiewe evaluering van die stressors en die mate waartoe dit vir die individu 'n bedreiging inhou. Buigsaamheid dui op die aantal moontlike planne of opsies wat beskikbaar is vir die hantering van stressors. Buigsaamheid dui ook op 'n gewilligheid om verskillende hanteringsmoontlikhede op die proef te stel. Versierendheid dui op die antisipering van 'n reaksie van die omgewing op die individu se gedrag. Individue met 'n groter mate van rasionaliteit, buigsaamheid en versierendheid behoort die stressors met groter sukses en bevrediging die hoof te bied.

#### **2.5.4.5 Interpersoonlike verhoudings as bron**

Elke individu beskik oor 'n sosiale ondersteuningstelsel waartoe hy in 'n meerdere of mindere mate toegang het. Antonovsky (1979) onderskei tussen voortdurende verbintnisse, samehangende verbintnisse en gekontroleerde verbintnisse. Voortdurende verbintnisse berus op die kognitiewe beoordeling van die individu dat dit goed is om deel van 'n groep te bly. Samehangende verbintnisse verwys na die mate waartoe 'n individu voel dat hy of sy emosionele bande met die groep het. Gekontroleerde verbintnisse verwys na die evaluasie van die groep as goed of sleg, sowel as na die norme van die groep. Groter verbintenis tot 'n groep dien as 'n veralgemeende weerstandsbron.

#### **2.5.4.6 Makrososiale kultuur as bron**

Makrososiale kultuur verwys na waar die individu in die groter prentjie inpas en gee aan elkeen 'n plek in die wêreld (Antonovsky, 1979). Binne 'n bepaalde

kultuur is daar 'n eie taal sowel as 'n stel norme en rolle. Hierdie norme stel bepaalde eise aan die individu en word geïnternaliseer deur die samelewing waarbinne die individu funksioneer. Hierdie norme en waardes word deur die individu geïnternaliseer en rig sy of haar gedrag ten einde sosiaal aanvaarbaar te wees.

Verskeie studies het Antonovsky (1987) se konstruk 'koherensiesin' gebruik om individue se reaksie tot spanningsvolle lewensituasies te meet.

### **2.5.5 Navorsing oor koherensiesin**

'n Studie deur McSherry en Holm (1994) het die verband tussen koherensiesin en sielkundige en fisiologiese response op 'n spanningsvolle situasie ondersoek. Subjekte se koherensiesin is gemeet en 'n verdere battery toetse is afgeneem voor en na 'n spanningsvolle situasie. Die resultate het die geldigheid en bruikbaarheid van die koherensiesin ondersteun en aangedui dat individue wat 'n lae koherensiesin het, meer ongesteldheid toon en minder geneig is om op bepaalde maniere op te tree wat stres en ongelukkigheid verlaag.

Volgens studies deur Flannery en Flannery (1990) korreleer koherensiesin negatief met lewenstressors en sielkundige simptome. Hiervolgens blyk dit dat koherensiesin lewenstressors uitskakel. Dit blyk verder dat koherensiesin 'n globale voorbeskiktheid tot 'n bepaalde respons op 'n spanningsvolle situasie is.

In verdere studies het Makowska en Makowiec-Dabrowska (1997) bevind dat koherensiesin positief korreleer met 'n gesonde lewenstyl. Persone het hulle lewens ook as minder spanningsvol gesien en hulle gesinsfunksionering as meer doeltreffend beoordeel.

In 'n studie deur Tzenova (1997) is 'n beduidende korrelasie tussen koherensiesin en welstand aangetoon. (Indikators vir welstand was



geestesgesondheid, die afwesigheid van depressie en uitbranding, asook 'n voorname om dinge te wil doen.)

In hierdie hoofstuk is die salutogeniese paradigma wat 'n plek vind binne die positiewe sielkunde en die konstruk 'koherensiesin' bespreek. In die volgende hoofstuk word die konstruk 'emosionele intelligensie' bespreek.



## HOOFSTUK 3

### EMOSIONELE INTELLIGENSIE

#### 3.1 INLEIDING

Gedurende die afgelope dekade was daar heelwat navorsingsbelangstelling in die konstruk 'emosionele intelligensie', wat breedweg gedefinieer kan word as *die vermoë om emosies waar te neem, te verstaan en te bestuur* (Salovey & Mayer, 1990). Die konstruk het groot belangstelling verkry vanweë die verskyning van die populêre boek van Daniel Goleman (1995). Volgens Goleman (1995) kan lewensukses gesien word as 'n funksie van emosionele intelligensie eerder as van kognitiewe intelligensie. Ook die populêre tydskrif TIME (1995) het die stelling gemaak dat emosionele intelligensie moontlik die beste voorspeller van sukses in die lewe is. Alhoewel hierdie stellings gemaak is sonder genoegsame empiriese bewyse, het dit wel daarin geslaag om die belangstelling van die breër publiek en akademici te prikkel.

Alhoewel Goleman (1995) die konsep gepopulariseer het, was dit Salovey en Mayer (1990) wat die baanbrekerswerk in hierdie verband gedoen het. Hulle het gepoog om navorsing oor emosies in 'n teoretiese raamwerk saam te vat ten einde kommunikasie oor emosies te verbeter. Belangstelling in die konstruk het tot gevolg gehad dat verskeie navorsers probeer het om die konstruk te definieer en instrumente te ontwikkel wat emosionele intelligensie meet.

In hierdie hoofstuk word daar gekyk na verskillende definisies van emosionele intelligensie en die komponente daarvan. Maar eerstens word daar verwys na sosiale intelligensie en hoe die konsep verband hou met emosionele intelligensie. Laastens word navorsing wat relevant is vir die studie bespeek.

## 3.2 SOSIALE INTELLIGENSIE

Die onderskeid tussen sosiale en akademiese intelligensie is reeds in 1920 deur Thorndike gemaak toe hy intelligensie verdeel het in sosiale, abstrakte en meganiese intelligensie (Walker & Foley, 1973). Meganiese intelligensie verwys na die vermoë om meganiese aspekte te bestuur, abstrakte intelligensie verwys na die vermoë om idees en simbole te bestuur en te verstaan, en sosiale intelligensie verwys na die vermoë om mense te verstaan en interaksie te hanteer. Dus het Thorndike reeds tagtig jaar gelede 'n konstruk gepropageer wat soortgelyk is aan emosionele intelligensie. Abstrakte en meganiese intelligensie het voorrang geniet en instrumente is ontwikkel wat die konsepte kon meet. Alhoewel die term "sosiale intelligensie" belangstelling gewek het, het dit min teoretiese ondersteuning gekry en het die konstruk vir 'n geruime tyd min veld gewen.

Vir dekades lank is die sentrale vraag of daar wel 'n unieke empiriese domein vir sosiale intelligensie bestaan en of sosiale vermoëns bloot 'n funksie van abstrakte intelligensie is. Die meeste begripsomskrywings van sosiale intelligensie beklemtoon een van die aspekte van Thorndike se konseptualisering soos hierbo beskryf. O'Sullivan en Guilford (1975) het sosiaal-kognitiewe vaardighede beklemtoon. Hulle omskryf sosiale intelligensie as die individu se vermoë om gedagtes, gevoelens en voornemens van ander, soos wat dit manifesteer in waarneembare leidrade, kognitief te verstaan. Hierteenoor het Weschler (1958) se omskrywing van sosiale intelligensie die aksieaspek van sosiale intelligensie beklemtoon deur te fokus op aangepaste gedrag en verstandige sosiale optrede. Navorsing deur Wong, Day, Maxwell en Meara (1995) dui aan dat sosiale intelligensie en akademiese intelligensie op minstens drie dimensies oorvleuel naamlik: sosiale persepsie, sosiale kennis en sosiale gedrag.

Die mees onlangse toevoeging tot die veld van die sosiale intelligensie was Gardner (1993) se konsep 'persoonlike intelligensie'. Twee tipes kan onderskei word, naamlik: intra- en interpersoonlike intelligensie. Intrapersoonlike intelligensie verwys na die individu se vermoë in terme van toegang tot sy eie gevoelslewe; dit wil sê die vermoë om vinnig en effektief tussen emosies te onderskei, die vermoë om emosies te etiketteer, simbolies te kodeer en dit te gebruik om gedrag te begryp en te reguleer (Gardner, 1993). Interpersoonlike intelligensie is na "buite" gerig, op ander individue. Dit sluit in die vermoë om te onderskei tussen ander individue se gemoedstoestande, temperamente, motiverings en voornemens (Gardner, 1993). Gardner se konsepte 'intra- en interpersoonlike intelligensie' het later die basis verskaf vir emosionele intelligensie.

Mayer en Salovey (1997) was van mening dat sosiale intelligensie omsluit word deur emosionele intelligensie, wat bestaan uit 'n aantal vermoëns wat onderskei kan word van verbale en nie-verbale vermoëns, wat gemeet word deur die meer tradisionele intelligensietoetse. Vervolgens word die ontwikkeling van die konstruk 'emosionele intelligensie' bespreek.

### **3.3 EMOSIONELE INTELLIGENSIE**

Salovey en Mayer (1990) het die term "emosionele intelligensie" vir die eerste keer gedefinieer as *die vermoë van 'n individu om sy of haar emosies asook die emosies van ander waar te neem, die vermoë om te onderskei tussen verskillende emosies, en die vermoë om hierdie inligting te gebruik om sy of haar denke en gedrag te rig*. Dit lê dus voor die hand dat emosionele intelligensie 'n multidimensionele konsep is.

Goleman (1995) het Salovey en Mayer se definisie van emosionele intelligensie verder uitgebrei en aan die hand van vyf domeine bespreek:

- **Erkenning van eie emosies.** Selfbewussyn (Engels: *self-awareness*) is een van die sleutelkomponente. Sonder selfbewussyn kan daar nie selfkennis wees nie.
- **Bestuur van eie emosies.** Dit verwys na die individu se hantering van emosies op so 'n manier dat toepaslike sosiale optrede moontlik is. Dit is 'n vaardigheid wat selfkennis vereis.
- **Om die self te motiveer.** Dit verwys na die individu se vermoë om hom- of haarself te motiveer ten einde 'n doel te bereik of 'n taak uit te voer.
- **Om emosies in ander te herken.** Hierna word ook verwys as empatie.
- **Om verhoudings te kan hanteer.** Dit hou verband met interpersoonlike vaardigheid.

Cooper en Sawaf (1997) definieer emosionele intelligensie as *“the ability to sense, understand, and effectively apply the power and acumen of emotions as a source of human energy, information, connection, and influence.”* (Cooper & Sawaf, 1997, p. xiii). Hulle het emosionele intelligensie meer prakties probeer maak ten einde die toepassingswaarde daarvan te verhoog. Hulle siening van emosionele intelligensie word weergegee in 'n model wat uit vier hoekstene bestaan:

- **Emosionele geletterdheid.** Cooper en Sawaf (1997) beskryf hierdie hoeksteen as die vermoë om eerlik met jouself te wees. Dit hou verband met Goleman (1995) se konsep van selfbewussyn en Salovey en Mayer (1990) se vermoë om eie emosies te herken en uit te druk.
- **Emosionele fiksheid.** Om eerlik met jouself te wees oor wat jy voel, is egter nie genoeg nie. Volgens Cooper en Sawaf (1997) is dit ook nodig om oorspronklik en veerkragtig te wees, asook om vertrouensverhoudings te kan vorm. Dit hou voorts verband met die individu se vermoë om eerlik te wees oor wie hy of sy is, wat hy of sy wil hê en hoe om eerlike doelwitte te stel ten einde dit wat die individu graag wil bereik, moontlik te maak.

- **Emosionele diepte.** Dit verwys na die individu se vermoë om 'n sterk karakter te bou en om sy of haar unieke potensiaal en doelwitte te erken. Ten einde dit te bereik, is dit nodig vir die individu om toegewyd te wees en met integriteit op te tree. Dit hou verband met die bestuur van emosies in die self en ander (Salovey & Mayer, 1990).
- **Emosionele alchemie.** Die individu se vermoë om geleenthede te erken en dit te benut, word hier beklemtoon. Dit vereis dat die individu sy eie intuïsie moet erken, ontwikkel en vertrou (Cooper & Sawaf, 1997).

Daar is heelwat oorvleueling tussen die drie definisies van emosionele intelligensie. Eerstens is dit belangrik dat die individu sy of haar eie emosies moet herken en hierdie emosies moet kan bestuur. Hierdie vermoëns kan egter nie in 'n vakuum plaasvind nie en vereis dat die individue ander se emosies moet kan herken en interpersoonlike verhoudings moet kan volhou. Dit vereis verder dat die individu sy of haar emosies moet kan bestuur ten einde doelwitte te bereik en aanpassing te bevorder. Vervolgens word hierdie komponente van emosionele intelligensie bespreek.

### 3.3.1 Die vermoë om eie emosies te herken

Die proses wat emosionele intelligensie onderlê, word geïnisieer wanneer inligting wat 'n emosionele komponent het, die perseptuele stelsel van die individu betree. Akkurate waarneming en die herkenning van emosies is die eerste stap in die proses. Dit is die basiese emosionele bevoegdheid waarop die ander bevoegdhede berus (Goleman, 1995). 'n Selfbewussyn is hiervoor nodig ten einde bewus te wees van innerlike gemoedstoestande asook denke oor die gemoedstoestand (Goleman, 1995).

'n Belangrike medium waardeur emosies bepaal en uitgedruk word, is taal (Salovey & Mayer, 1990). Die vermoë om duidelik oor eie emosies te praat en daaraan uiting te gee, is deel van die sosiale leerproses van emosies. Volgens

Saarni (1990) is die individu se vermoë om die emosiewoordeskat en emosionele uitdrukking wat algemeen in sy kultuur en subkultuur gebruik word, te implementeer, 'n aanduiding van emosionele bevoegdheid.

Die uitdrukking van emosie is egter dikwels nie-verbaal eerder as verbaal. Dit is moontlik die rede waarom die uitdrukking en die bestuur van emosies vir baie jare nie as 'n verstandvermoë erken is nie. Afhangende van die spesifieke kultuur, leer kinders geleidelik waar, wanneer, by wie en hoe om hulle gevoelens in gedrag uit te druk, asook hoe om sekere skeletspiere wat betrokke is in emosionele uitdrukking, te beheer (Saarni, 1990). Volgens Malatesta (1990) is daar 'n inherente seinwaarde vir nie net die persoon wat die emosie ervaar nie, maar ook vir die een wat dit beleef. Vir die persoon wat emosie ervaar, het die herkenning daarvan weer 'n inligtingswaarde en bevorder dit sosiale interaksie.

Vanuit die veld van die psigiatrie word *aleksitimie* gebruik om te verwys na 'n kognitiewe-affektiewe versteuring wat die wyse waarop die individu sy emosies uitdruk en ervaar, beïnvloed. Die term is afkomstig van die Griekse woord "a-" wat *gebrek* beteken, "lexis" vir *woord* en "thymos" vir *emosies*. Die volgende tekens is kenmerkend van *aleksitimie* (Taylor, Bagby & Parker, 1991, 1997):

- 'n Kommunikasie styl wat gekenmerk word deur gebrekkige simboliese denke wat veroorsaak dat innerlike houdings, gevoelens, wense en motivering nie sigbaar is nie;
- Merkbare probleme met die herkenning en beskrywing van eie gevoelens, asook probleme om te onderskei tussen emosionele toestande en blote liggaamsensasies;
- 'n Robotagtige bestaan word gevoer, die persoon gaan op 'n meganistiese wyse deur die lewe, asof instruksies uit 'n handleiding gevolg word;
- Gebrekkige gesigsbewegings; en
- Interpersoonlike verhoudings wat gekenmerk word deur 'n onvermoë tot empatie.

Navorsing deur Parker, Taylor en Bagby (2001) bevestig dat die konstruk 'aleksitimie' en emosionele intelligensie baie sterk, maar negatief, met mekaar korreleer. Aleksitimie kan dus beskryf word as 'n gebrek aan fundamentele vaardighede wat as emosioneel intelligent beskou word. Hierdie bevindinge stem ooreen met vorige navorsing waar aleksitimie geassosieer word met wanaanpassende verdedigings- en hanteringsmeganismes (Parker, Taylor & Bagby, 1998), 'n kwesbaarheid vir spanningsvolle ervarings (Bagby, Taylor & Parker, 1994) en probleme met die hantering van onaangename emosies (Taylor, Bagby & Parker, 1997).

Dus is die vermoë om emosies akkuraat te herken en uit te druk 'n fundamentele deel van emosionele intelligensie. Die vermoë om ander se emosies te herken, is egter ook van groot belang en word vervolgens bespreek.

### **3.3.2 Die vermoë om ander se emosies te herken**

Vanuit 'n evolusionêre perspektief is dit belangrik dat 'n individu sy of haar eie emosies en ook dié van die mense om hulle kan waarneem. Dit het tot gevolg dat interpersoonlike verhoudings meer vlot verloop deurdat gevaar vermy word of ongelukkigheid verlaag word. Omdat die mens 'n sosiale wese is en in groepe funksioneer, vereis die sosiale milieu vandag meer as ooit dat mense met mekaar oor die weg moet kom en duidelikheid het oor wat hulle voel en ervaar (Cooper & Sawaf, 1997). Dit blyk dat die vermoë om emosies in ander te herken grootliks verband hou met die vermoë om emosies in jouself te herken (Hoffman, 1984). Die bewyse vir die bestaan van so 'n verband word ondersteun deur die literatuur oor *aleksitimie*.

Volgens Goleman (1995) en Salovey en Mayer (1990) is empatie 'n kenmerk van emosionele intelligensie. Empatie soos deur Rogers (1980) beskryf, is die vermoë om ander se gevoelens te herken en hierdie gevoelens self te ervaar.



Volgens Taylor (1983) word interpersoonlike verhoudings benadeel deur 'n onvermoë om eie emosies te herken, aangesien die individu se vermoë tot empatie belemmer word. Cooper en Sawaf (1997) stem saam dat empatie 'n belangrike vaardigheid is van emosionele intelligensie, maar sluit meegevoel en respek vir ander daarby in.

Empatie het beide 'n kognitiewe en affektiewe komponent (Hoffman, 1984). Die kognitiewe komponent van empatie het hoofsaaklik betrekking op die herkenning van ander se innerlike toestande, terwyl die affektiewe komponent die wedersydse ervaring van daardie emosies insluit. Die navorsing oor empatie toon aan dat dit verband hou met die vermoë tot die herkenning en uitdrukking van emosies. Hogan (1969) het bevind dat empatie verband hou met die vermoë om 'n ander se siening of standpunt te identifiseer. Volgens Buck (1984) hou empatie verband met die vermoë om ander se emosies akkuraat te identifiseer. Mayer, DiPaolo en Salovey (1990) het navorsing gedoen oor individue se vermoë om emosionele inhoud in gesigte, kleure en abstrakte ontwerpe te herken. Ten einde die rol daarvan in interpersoonlike verhoudings vas te stel, is dit in verband gebring met empatie. Op grond van hierdie navorsing is bevind dat daar wel 'n algemene vermoë bestaan om die emosionele inhoud van visuele stimuli te herken en dat hierdie vermoë verband hou met die vermoë om empaties teenoor ander te reageer.

Volgens navorsing deur Eisenberg en Fabes (1992) reageer individue op verskillende maniere wanneer hulle blootgestel word aan ander se hartseer, lyding en emosionele behoeftes. Sommige reageer met 'n simpatieke reaksie, soos kommer of meegevoel, terwyl ander met angstigheid en ongemak reageer. Die navorsing skryf dit toe aan verskillende vlakke van vikariese emosionele respondering. Ooropwekking word deur die individu ervaar as persoonlike nood. Dit is die gevolg van 'n onvermoë om emosionele reaksie binne hanteerbare perke te hou. Gevolglik sal die individue daartoe geneig wees om op hulle eie behoeftes te fokus en interaksie vermy. Uit die bogenoemde is dit dus duidelik

dat die vermoë om onaangename en angswekkende emosies te hanteer, 'n komponent van sosiale en emosionele bevoegdheid is ( Saarni, 1990; Salovey & Mayer, 1990).

Dit wil dus voorkom dat emosioneel-intelligente individue meer toepaslik op hulle eie emosies en op dié van ander kan reageer, aangesien hulle hul emosies meer akkuraat kan waarneem en beter daartoe in staat is om hul eie emosionele toestand te bestuur. Vervolgens word die regulering van emosies bespreek.

### **3.3.3 Die vermoë om emosies in die self te bestuur**

Volgens Salovey en Mayer (1990) is die vermoë om emosies in die self sowel as in ander te reguleer, 'n belangrike komponent van emosionele intelligensie. Die regulering van emosie vind op verskillende vlakke plaas, naamlik die ekspressiewe komponent sowel as die subjektiewe ervaringskomponent.

Dit is vir die mens moontlik om ten spyte van 'n emosionele reaksie vanuit die sentrale senuweestelsel, beheer oor hulle emosionele uitdrukking uit te oefen (Malatesta, 1990). Individue wat nie daartoe in staat is om die wyse waarop hulle hul emosies uitdruk, te beheer of te bestuur nie, raak emosioneel oorgewek (Eisenberg & Fabes, 1992). Individue wat hulle emosionele opwekking suksesvol kan reguleer, sal waarskynlik probleemsituasies op 'n betreklik konstruktiewe en gekontroleerde wyse hanteer.

Die uitdrukking van emosies speel ook 'n primêre rol in emosionele kommunikasie tussen individue. Die gevolg is dat sommige individue hulle emosies duideliker aan ander kan oordra en op hierdie wyse sosiaal daardeur bevoordeel word (Saarni, 1990). 'n Individue kan sy selfdoeltreffendheid in interpersoonlike verhoudings bevorder deur bewus te wees van die invloed wat sy of haar emosioneel-ekspressiewe gedrag het. Die individue kan die

intensiteit, duur en frekwensie van sy emosioneel-ekspressiewe gedrag teenoor ander reguleer ten einde die gewenste reaksie by hulle te ontlok.

Die regulering van emosies kan, benewens ekspressiewe regulering, ook op 'n subjektiewe ervaringsvlak plaasvind. Salovey en Mayer (1990) vergelyk die individu se vermoë om subjektiewe emosionele ervaring te reguleer en te bestuur met die vermoë om sy of haar gemoedstemming of luim te reguleer. Alhoewel 'n gemoedstemming minder intens is en gewoonlik langer duur as emosie, is die emosioneel-intelligente individu volgens hierdie outeur ewe goed daartoe in staat om sy gemoedstemming as sy emosies te bestuur en te reguleer. Daar is 'n verskeidenheid ervarings wat 'n individu beleef omtrent hulle gemoed. Hierdie meta-ervarings kan gekonseptualiseer word as die resultaat van 'n stelsel wat emosies monitor, dit evalueer en soms aksie neem ten einde 'n bepaalde gemoedstoestand te verander. Op grond van veelvuldige ervarings van emosie bou individue hulle eie teorieë omtrent die situasie, wat kan lei tot 'n spesifieke gemoedstoestand.

'n Individu kan byvoorbeeld 'n bepaalde aksie kies ten einde 'n bepaalde gemoedstoestand te ervaar (byvoorbeeld om na musiek te luister) of die individu kan sy of haar gemoedstoestand reguleer deur die persone te kies waarmee hulle wil assosieer. Individue sal meer geneig wees om geselskap van diegene op te soek wat 'n positiewe siening van hulself sal verseker en om diegene te vermy wat 'n negatiewe siening van hulself versterk. Mense soek dus aangename ervarings en probeer om onaangename ervarings te vermy (Salovey & Mayer, 1990).

Vir 'n individu wat 'n negatiewe gemoedstoestand ervaar maar die toestand as "onder beheer sien" en "in staat om te verander", sal die ervaring van so 'n gemoedstoestand baie minder destruktief wees. Dit kan aan hulle die moed gee om nuwe situasies uit te probeer wat die potensiaal het om die gemoedstoestand te verander (Salovey & Mayer, 1990). Alhoewel dit vir die individu onmoontlik is

om te beheer watter emosies hy of sy ervaar, kan hy of sy wel beheer hoe lank die emosie gaan duur. Die vermoë om angswekkende emosies te beheer, is veral 'n belangrike aspek van emosionele regulering en is volgens Goleman (1995) 'n belangrike sleutel tot die individu se emosionele gesondheid.

#### **3.3.4 Die vermoë om ander se emosies te reguleer**

Die vermoë om ander se emosies te reguleer, stel die individu in staat om verhoudings suksesvol te hanteer en is 'n baie belangrike komponent van emosionele intelligensie (Salovey & Mayer, 1990). Volgens Goleman (1995) berus die vermoë om ander se emosies te reguleer op die vermoë om eie emosies te reguleer, asook op die vermoë om empaties teenoor ander op te tree. Sosiale vaardighede ontwikkel vanaf die bogenoemde basis en stel die individu in staat tot sosiaal-bevoegde optrede en suksesvolle interpersoonlike verhoudings (Goleman, 1995). In wese berus dit dus op die vermoë om ander se gedagtes, gevoelens en voornemens, soos wat dit in gedrag manifesteer, kognitief te verstaan en op grond daarvan sosiaal verstandig op te tree.

Emosioneel intelligente individue gebruik hierdie vermoë om bepaalde doelwitte te bereik. Individue kan hierdie vermoë gebruik om ander se gemoedstoestand te verbeter of self hul emosies te bestuur ten einde hulle te motiveer tot 'n spesifieke doel, soos in die geval van 'n charismatiese individu. Die kern van die charismatiese individu se persoonlikheid lê in sy begrip vir emosies en die rol wat dit in die samelewing speel (Wasielowski, 1985). Aan die ander kant kan individue hierdie vaardighede gebruik ten einde ander te manipuleer vir hulle eie gewin.

Volgens Hatfield, Cacioppo en Rapson (1994) verskil individue se vermoë om ander se emosies te reguleer en het invloedryke kommunikasie die volgende eienskappe:

- Die vermoë om intense emosies te ervaar of minstens te kan voorgee dat dit ervaar word.
- Die vermoë om deur middel van gesigsuitdrukking, taal of liggaamshouding uiting te gee aan intense emosies.
- Die vermoë om sensitief te wees teenoor ander se emosies wanneer dit strydig is met eie emosie.

Die individu se subjektiewe emosionele ervaring kan dus beïnvloed word of gereguleer word deur middel van nie-verbale terugvoer (byvoorbeeld gesigsuitdrukking, stemtoon, liggaamshoudings en bewegings). Dus is mense van nature geneig om ander se emosies te reguleer.

Ten slotte word die individu se vermoë om emosies doeltreffend aan te wend bespreek.

### **3.3.5 Die vermoë om emosies doeltreffend aan te wend**

Individue verskil in die mate waartoe hulle hul emosies gebruik om probleme op te los. Emosies en gemoedstoestand beïnvloed probleemoplossingstrategieë op 'n subtiele wyse. Navorsing deur Bower (1985) toon aan dat die individu se siening van sy of haar eie doeltreffendheid tot probleemoplossing grootliks beïnvloed word deur sy of haar heersende gemoedstoestand.

Salovey en Mayer (1990) is van mening dat veranderinge in emosie of gemoedstoestand die individu beïnvloed ten opsigte van toekomstige optrede en besluitneming. Die emosie wat die individu ervaar, kan tot gevolg hê dat die individue hulle denke omtrent die toekoms moet verander of 'n wyer verskeidenheid alternatiewe moet oorweeg. Die individu kan op grond hiervan verskillende scenarios daarstel en hulself daarop voorberei. Volgens Goleman (1995) het intense negatiewe gevoelens tot gevolg dat die individu se aandag maklik afgelei word en dat sy of haar gedagtegang heeltemal in beslag geneem

word deur sy of haar eie omstandighede. Emosies kan konsentrasie belemmer en dus oorspoel na die individu se verstandsvermoë. Veral die werkende geheue wat alle relevante inligting vir 'n taak in gedagte moet hou, word beïnvloed.

Die impak van emosies op kreatiewe denke is deur Isen, Daubman en Nowicki (1978) ondersoek. Volgens hulle het emosies 'n invloed op probleemoplossing aangesien emosionele veranderings 'n uitwerking het op die organisering van inligting in die geheue. Wanneer individue positiewe emosies ervaar, vind hulle dit baie makliker om probleme te kategoriseer en te bepaal wat belangrik is. Dit lei gevolglik tot meer kreatiewe probleemoplossing. Volgens Salovey en Mayer (1990) is individue in staat om hulle aandag te rig op nuwe probleme wanneer kragtige emosies ter sprake is. Dus kan emosionele eerlikheid daartoe lei dat die individu sy aandag verskuif van dag-tot-dag probleme na meer belangrike probleme (Cooper & Sawaf, 1997). Dus is emosie nie noodwendig destruktief vir kognisies nie, maar help dit individue om eise te prioritiseer en hulle aandag te fokus op hulle hulpbronne wat beter aanpassing in die hand werk.

Emosionele intelligensie is ook 'n motiverende faktor wanneer die individu voor moeilike take te staan kom. Individue wat emosioneel intelligent is, sal geneig wees om negatiewe emosies te oorkom, hulself tot beter prestasies aan te moedig en optimisties te bly. Volgens Goleman (1995) speel positiewe motivering of die gevoel van entoesiasme, ywer en selfvertroue 'n belangrike rol en lei dit daartoe dat die individu kan volhard. Dit is duidelik dat die wyse waarop die individu sy emosionele lewe hanteer, bepalend is vir die mate waartoe hulle hul ander vermoëns sal kan benut.

Wanneer individue lewenstake op 'n emosioneel intelligente wyse aanpak, behoort hulle beter daartoe in staat te wees om probleme meer doeltreffend op te los. Die manier waarop die individue hul probleme oplos, sal ook verband hou met hul eie interne emosionele ervarings. Emosioneel intelligente individue sal

ook meer geneig wees om hul probleme op 'n kreatiewe wyse op te los en alternatiewe oplossings te vind. Hulle sal ook meer geneig wees om inagnemend en respekvol teenoor ander op te tree.

In hierdie hoofstuk is die verskillende komplementêre definisies van emosionele intelligensie en die komponente daarvan bespreek. Vervolgens word relevante navorsing tot die onderhawige studie bespreek.

### **3.4 RELEVANTE NAVORSING TOT DIE STUDIE**

Individue wat in staat is om hul eie emosies waar te neem en uit te druk, ander se emosies akkuraat waar te neem en hul emosies kan bestuur, word gesien as emosioneel intelligent. Die vraag ontstaan of dit slegs nog 'n definisie is van 'n gesonde, selfgeaktualiseerde persoon. Verdere navorsing is nodig om hierdie vraag te beantwoord. In die afgelope dekade het navorsing grootliks gefokus op die ontwikkeling van emosionele intelligensie as 'n teoretiese konstruk. Die volgende resente navorsing is relevant tot die studie.

Navorsing toon aan dat emosionele intelligensie 'n sterk korrelasie toon met lewenstevredenheid (Palmer, Donaldson & Stough, 2002; Bar-On, 1997; Martinez-Pons, 1997). Positiewe emosies blyk volgens die studies die beste voorspeller te wees vir lewenstevredenheid. Emosionele intelligensie verklaar die wisseling in lewenstevredenheid wat nie deur persoonlikheid verklaar word nie.

As positiewe emosies bydra tot lewenstevredenheid, is die logiese afleiding dat negatiewe emosies grootliks bydra tot emosionele probleme soos angstigheid en depressie. Emosionele intelligensie kan moontlik gebruik word om die bogenoemde probleme te verklaar. Tot op hede is daar egter nog min navorsing gedoen oor die verband tussen geestesiektes en emosionele intelligensie.

Martinez-Pons (1997) het egter in sy studie bevind dat emosionele intelligensie 'n sterk (negatiewe) korrelasie toon met depressiesimptomologie.

Navorsing deur Ciarrochi, Deane en Anderson (2002) het die verband tussen spanning en emosionele intelligensie ondersoek. Uit hierdie navorsing blyk dit dat emosionele intelligensie nie noodwendig bydra tot beter stresshantering nie. Individue wat daartoe in staat is om emosies in hulself en ander waar te neem, vaar nie noodwendig beter onder spanningsvolle omstandighede as diegene wat lae emosionele intelligensie het nie. Gevolglik rapporteer beide groepe hoër vlakke van depressie, hopeloosheid en selfmoordgedagtes. Individue met 'n beter vermoë om hul emosies te bestuur, blyk beter in spanningsvolle omstandighede te vaar en rapporteer minder gevoelens van hopeloosheid en depressie.

Die vraag ontstaan egter waarom individue wat hoog meet op die emosionele persepsie, 'n groter teenwoordigheid van symptomologie toon as diegene wat nie so vaardig is in die waarneming van hul eie en ander se emosies nie. Die antwoord lê moontlik daarin dat individue wat nie oor die vaardigheid beskik om hulle emosies effektief te bestuur nie, oeropgewek raak. Persone met lae emosionele persepsie beskerm hulself indirek deurdat hulle nie bewus is van emosionele nuanses nie. Dit is dan ook in lyn met navorsing deur Simpson, Ickes en Blackstone (1995) wat aantoon dat die vermoë om emosies doelbewus nie waar te neem nie, 'n suksesvolle strategie in stresshantering is. Individue wat met lae emosionele persepsie word heel moontlik slegs op die korttermyn daardeur bevoordeel. Hulle is heel moontlik wel sensitief vir spanningsvolle omstandighede, maar nie bewus van die uitwerking daarvan nie. Dit is weer in lyn met navorsing wat aangetoon het dat individue met aleksitimie swak vaar in spanningsvolle omstandighede (Sien paragraaf 3.2).

Op grond van die bogenoemde navorsing blyk dit dus dat individue wat in staat is om emosies te reguleer, die beste vaar in spanningsvolle omstandighede. Hulle



is gevolglik beter in staat om emosies in ander te bestuur. Dit lei tot groter intimiteit en sosiale ondersteuning in spanningsvolle tye (Schutte, Malouff, Hall, Haggerty, Cooper, Golden & Dornheim, 1998). Dit stem ooreen met navorsing wat aantoon dat sosiale ondersteuning stres hantering bevorder (Kalafat, 1997)

Daar word vervolgens in Hoofstuk 4 'n uiteensetting gegee van die navorsingsmetodes wat gebruik is om die verband tussen koherensiesin en emosionele intelligensie te ondersoek.



## HOOFSTUK 4

### NAVORSINGSMETODE

In hierdie hoofstuk word die navorsingsmetodes en data-ontledingstegnieke wat in die studie gebruik is, bespreek.

#### 4.1 PROBLEEMSTELLING

In Hoofstuk 2 is die konstruk 'koherensiesin' bespreek. Volgens Flannery en Flannery (1990) reflekteer koherensiesin die individu se algemene vermoë om opgewasse te wees teen stressors. Hoe sterker die persoon se koherensiesin, hoe groter is die moontlikheid dat die individu sy of haar posisie op die kontinuum van ongesteldheid teenoor gesondheid sal behou of selfs sal verbeter in spanningsvolle omstandighede. Individue met hoër koherensiesin sal minder geneig wees om spanningsvolle situasies as bedreigend en angswekkend te ervaar as diegene met 'n swakker koherensiesin. Volgens Antonovsky en Sagy (1986) sal individue met hoë tellings ook minder geneig wees om sommige situasies as ego-bedreigend te ervaar. Navorsing deur Kalimo en Vuori (1990) bevestig 'n verband tussen koherensiesin, lewenstevredenheid en geluk.

In Hoofstuk 3 word daar gefokus op die konstruk 'emosionele intelligensie'. Salovey en Mayer (1990) het emosionele intelligensie omskryf as die vermoë om emosies waar te neem, te verstaan en te bestuur. Die literatuur toon aan dat emosionele intelligensie 'n sterk korrelasie toon met lewenstevredenheid (Palmer, Donald & Stough, 2002; Bar-On, 1997; Martinz-Pons, 1997). Ciarrochi, Deane en Anderson (2002) het die verband tussen spanning en emosionele intelligensie ondersoek. Uit hierdie navorsing blyk dit dat individue wat daartoe in staat is om hul emosies doeltreffend te bestuur die beste vaar in spanningsvolle omstandighede.

Beide emosionele intelligensie en koherensiesin dra by tot 'n individu se welstand, lewenstevredenheid en stresshantering. Dit is egter nie duidelik hoe emosionele intelligensie en koherensiesin onderling verband hou nie. Op grond van die bogenoemde is die oorkoepelende navorsingsvraag of daar 'n verband is tussen die individu se emosionele intelligensie en sy of haar koherensiesin.

## **4.2 DOELSTELLING**

Aan die hand van die probleemstelling en die bespreking in Hoofstuk 1 is die doelstelling van die studie om die verwantskap tussen koherensiesin en emosionele intelligensie te ondersoek.

## **4.3 DEELNEMERS**

92 deelnemers is deur middel van 'n gerieflikheidsteekproefprosedure geïdentifiseer. Die deelnemers is werksaam in organisasies en hulle was gewillig om vraelys te voltooi. Die ouderdomme van die deelnemers wissel tussen 20 en 61 jaar. Die gemiddelde ouderdom van die deelnemers is 33 jaar, met 'n standaardafwyking van 11 jaar. 66 deelnemers is vroulik en 26 manlik.

## **4.4 MEETINSTRUMENTE**

Die volgende meetinstrumente is in die studie gebruik: 'n biografiese vraelys, 'n koherensiesinvraelys en 'n emosionele-intelligensieskaal.

### **4.4.1 Die biografiese vraelys**

'n Kort biografiese vraelys is saamgestel ten einde 'n gedetailleerde beeld van die proefpersone te kan gee. Die vraelys het bestaan uit sewe items: geslag, ouderdom, huwelikstatus, aantal kinders, taal, hoogste akademiese kwalifikasies en huidige posisie binne die organisasie.

## **4.4.2 Die koherensiesin vraelys**

Die koherensiesin vraelys (Antonovsky, 1987) meet koherensiesin en gee 'n aanduiding van waar 'n persoon hom of haar op die kontinuum van ongesteldheid tot gesondheid bevind. 'n Individue met 'n hoë telling op die koherensiesin vraelys behoort minder geneig te wees om spanningsvolle situasies as bedreigend en angswekkend te ervaar as diegene met 'n swakke koherensiesin en gevolglik behoort die individu sy of haar posisie op die kontinuum te behou of selfs te verbeter.

### **4.4.2.1 Beskrywing van die koherensiesin vraelys**

Die koherensiesin vraelys bestaan uit 29 items in die vorm van stellings. Die respondente dui op 'n sewepunt-Likertskaal aan in watter mate die stelling beskrywend van hom of haar is. Dertien van die items is negatief geformuleer en tellings moet eers gereflekteer word alvorens 'n totaal telling verkry kan word. 'n Hoër telling dui 'n hoë koherensiesin aan.

Die koherensiesin vraelys bestaan uit drie subskale, naamlik (a) verstaanbaarheid, (b) hanteerbaarheid, en (c) betekenisvolheid.

- **Verstaanbaarheid**

Hierdie subskaal bestaan uit items 1, 3, 5, 10, 12, 15, 17, 19, 21, 24, 26 en dui die mate aan waartoe 'n individu die wêreld as geordene, voorspelbaar en duidelik waarneem.

- **Hanteerbaarheid**

Hierdie subskaal bestaan uit items 2, 6, 9, 13, 18, 20, 23, 25, 27, 29 en meet die mate waartoe 'n persoon oor die selfwaargenome bronne beskik om die eise van gebeurtenisse suksesvol te kan hanteer.

- **Betekenisvolheid**

Hierdie subskaal bestaan uit items 4, 7, 8, 11, 14, 16, 22, 28 en meet die mate waartoe 'n individu die lewe as betekenisvol en sinvol waarneem.

Antonovsky (1987) sien betekenisvolheid as die belangrikste komponent, want daarsonder sal verstaanbaarheid en hanteerbaarheid slegs tydelik wees. Volgens hom is verstaanbaarheid die tweede belangrikste, omdat hanteerbaarheid afhanklik van verstaanbaarheid is.

#### **4.4.2.2 Geldigheid van die koherensiesin vraelys**

Antonovsky (1993) wys daarop dat die inhouds-, gesig- en konsensusgeldigheid van die koherensiesin vraelys verteenwoordigend is van die teoretiese fasette van die vraelys. 'n Item is net bygevoeg nadat drie kollegas, wat met die teorie vertrou is, onafhanklik van mekaar bevestig het dat die item na een van die drie dimensies van die koherensiesin verwys. Slegs in 'n paar studies (Antonovsky, 1993) het van die items geringe aanpassing ondergaan. Konstruktgeldigheid (konvergente en diskriminante geldigheid) is sover vasgestel kan word nie nagevors nie (Antonovsky, 1993).

Antonovsky en Sagy (1986) het bevind dat die koherensiesin vraelys negatief met die kenmerk "angstigtheid" by tieners en jong volwassenes korreleer. In 'n studie van Sammallahti, Holi, Komulainen en Aalberg (1996) is die koherensiesin vraelys en Bond se *Defensive Style Questionnaire* met mekaar vergelyk. Hulle het bevind dat die konstruktgeldigheid, kriteriumgeldigheid en samevallende geldigheid van beide vraelyste mekaar ondersteun. Wat betref konstruktgeldigheid is bevind dat beide die onvolwasse verdedigingstyle van Bond se *Defensive Style Questionnaire* en die koherensiesin vraelys voorspellers vir simptomatologie is.

#### **4.4.2.3 Betroubaarheid van die koherensiesin vraelys**

Verskeie studies dui daarop dat die koherensiesin vraelys betroubare tellings weergee. Volgens Antonovsky (1987) het die interne konsekwente betroubaarheid van die koherensiesin vraelys in 26 studies gewissel tussen 0.85 en 0.91. Ander studies rapporteer 'n betroubaarheidskoëffisient wat wissel tussen 0.90 en 0.93 (Sammallahti et al., 1996).

Antonovsky (1993) rapporteer dat studies wat oor die toets-hertoets-betroubaarheid gedoen is, se koëffisiente wissel tussen 0.41 en 0.97.

#### **4.4.3 Die emosionele-intelligensievraelys**

Die emosionele-intelligensievraelys is ontwerp volgens die model van Salovey en Mayer (Schutte, et al., 1998). Volgens Salovey en Mayer (1990) bestaan emosionele intelligensie uit die volgende kategorieë: die individuele vermoë om emosies in die self en in ander waar te neem en uit te druk, emosies te reguleer, en die gebruik van emosies ten einde probleme doeltreffend op te los. 'n Hoë telling reflekteer 'n hoë vlak van emosionele intelligensie.

##### **4.4.3.1 Beskrywing van die emosionele-intelligensievraelys**

Die emosionele-intelligensievraelys bestaan uit 33 items in die vorm van stellings. Die respondente dui op 'n vyfpunt-Likertskaal aan in watter mate die stelling hom- of haarself beskryf. Drie van die items is negatief geformuleer en die tellings vir hierdie items moet gereflekteer word alvorens 'n totaal telling verkry word. Die bogenoemde vermoëns word weergegee in 'n enkele faktortelling. Op grond van die navorsing en bevindings van die Petrides en Furnham (2000) kan vier subskale vir die emosionele-intelligensieskaal bereken word naamlik (a) optimisme (gemoedsregulering), b) herkenning van emosies, (c) sosiale vaardigheid en (d) die toepassing van emosies.

- **Optimisme (gemoedsregulering)**

Hierdie subskaal bestaan uit items 2, 3, 10, 12, 14, 21, 23, 28, 31 en dui die mate aan waartoe die individu die verwagting het dat hy of sy probleme kan oorkom en suksesvol kan wees in wat hy of sy ookal aanpak. Hierdie individu beskik oor die vermoë om aktiwiteite uit te soek wat hulle in staat stel om positiewe emosies te ervaar. Hulle kan hulself motiveer deur hulle te verbeel dat take 'n positiewe uitkoms sal hê.

- **Herkenning van emosies**

Hierdie subskaal bestaan uit items 5, 9, 15, 18, 19, 22, 25, 29, 32 en dui die mate aan waartoe individue bewus is van emosies wat deur hulle ervaar word, bewus is van nie-verbale boodskappe wat deur hulle gestuur word en of hulle oor die vermoë beskik om emosies in ander se nie-verbale kommunikasie te herken.

- **Sosiale vaardighede**

Hierdie subskaal bestaan uit items 1, 4, 6, 8, 11, 13, 16, 24, 26, 30, 33 en dui die mate aan waartoe die individu gemaklik voel om sy of haar emosies met ander te deel, in watter mate hy of sy aanvoel wanneer om emosies te deel en wanneer nie, en of hy of sy emosioneel beskikbaar is vir ander om hulle emosies te deel en empatie te hê met die ander persoon omdat hulle goed kan verstaan hoekom die ander persoon so voel. Hierdie individue sal ook daartoe geneig wees om ander te probeer help om beter te voel.

- **Toepassing van emosies**

Hierdie subskaal bestaan uit items 7, 17, 20, 27 en dui aan tot watter mate die individu positiewe emosies gebruik ten einde nuwe moontlikhede raak te sien, probleme op te los en goeie idees te hê.

#### **4.4.3.2 Geldigheid van die emosionele-intelligensievraelys**

Geldigheidstudies deur Schutte et al. (1998) het aangetoon dat die vraelys gebruik kan word om die sukses van eerstejaarstudente te voorspel. Dit stem ooreen met Goleman (1995) se siening dat emosionele intelligensie 'n beter voorspeller is van sukses in die lewe as kognitiewe intelligensie.

Verdere studie deur Schutte et al. (1998) het aangetoon dat emosionele intelligensie nie verband hou met kognitiewe vermoëns nie. Emosionele intelligensie was ook hoër by vroulike persone as by manlike persone en was ook betekenisvol hoër by terapeute as by hul kliënte. Emosionele intelligensie het ook 'n sterk korrelasie getoon met die persoonlikheidseienskap "oopheid vir ervarings" volgens die groot vyf persoonlikheidsdimensies (Ackerman & Heggestad, 1997).

#### **4.4.3.3 Betroubaarheid van die emosionele-intelligensievraelys**

Schutte et al. (1998) rapporteer 'n interne konsekwente betroubaarheid van die emosionele-intelligensievraelys as 'n Cronbach-alfa van 0.87. In 'n verdere studie is die toets-hertoets-betroubaarheid oor 'n tydperk van twee weke gedoen. 'n Koëffisient van 0.78 is verkry.

#### **4.5 PROSEDURES**

Die biografiese vraelyste en die psigometriese instrumente is binne organisasies versprei. 120 vraelyste is versprei waarvan 92 terugontvang is. Persone wat gewillig was, het die vraelyste voltooi. 'n Begeleidingsbrief het anonimiteit en vertroulikheid gewaarborg. Al die vraelyste wat voltooi is, kon gebruik word.



## **4.6 HIPOTESE**

Die navorsingshipotese is dat koherensiesin positief verband hou met emosionele intelligensie.

## **4.7 STATISTIESE ANALISE**

Verskeie statistiese tegnieke word gebruik om die navorsingshipotese te toets. Die eerste stap in die data-ontledingsproses was om die psigometriese eienskappe van die meetinstrumente te evalueer. In hierdie verband is gefokus op die gekorrigeerde item-totaalkorrelasies en die interne konsekwenheidsbetroubaarheid van die skale.

Die tweede stap was om die interkorrelasies van die koherensiesin- en emosionele-intelligensieskale en -subskale te bereken. Die interkorrelasies tussen die subskale is vervolgens aan 'n hoofafaktorontleding met geïtereerde kommunaliteite en "Direct Oblimin"-rotasie onderwerp. Die aantal faktore is aan die hand van die Scree-toets, teoretiese verwagtings en die interpreteerbaarheid van die faktoroplossings bepaal. Tydens die derde stap is die totaalstelling van die emosionele-intelligensievraelys as afhanklike veranderlike en die subskale van die koherensievraelys as onafhanklike veranderlikes in 'n meervoudige regressie-ontleding gebruik. Dieselfde prosedure is tydens stap vier gevolg, maar hier is die koherensiesinvraelys se totaalstelling as afhanklike veranderlike gespesifiseer en die emosionele-intelligensievraelys se subskale is as onafhanklike veranderlikes gespesifiseer.

## **4.8 SAMEVATTING**

In hierdie hoofstuk is die empiriese doelstellings, die deelnemers, die meetinstrumente en die wyse waarop die data ingesamel en verwerk is, beskryf.

In paragraaf 4.4 wat handel oor die meetinstrumente, is die motivering vir die gebruik asook die psigometriese eienskappe van elke instrument beskryf.

In die volgende hoofstuk word die resultate en bevindinge van die studie beskryf.



## HOOFSTUK 5

### RESULTATE

#### 5.1 INLEIDING

In hierdie hoofstuk word die resultate van die studie aangebied. Die resultate verskyn in die volgende volgorde: (a) 'n bespreking van die psigometriese eienskappe van die meetinstrumente, (b) die interkorrelasies van die koherensiesin- en emosionele-intelligensieskale en -subskale, (c) die resultate van 'n hoofafaktorontleding van die koherensiesin- en emosionele-intelligensiesubskale, en (d) die resultate van twee meervoudige regressie-ontledings wat ten doel gehad het om die verbande tussen koherensiesin en emosionele intelligensie verder te verhelder.

#### 5.2 PSIGOMETRIESE EIENSKAPPE VAN DIE MEETINSTRUMENTE

Aangesien daar nie sonder meer aanvaar kan word dat die koherensiesin- en emosionele-intelligensieskale betroubare tellings vir die onderhawige groep deelnemers sou lewer nie, is die onderskeie subskale aan 'n itemontleding onderwerp.

##### 5.2.1 Itemontleding van die emosionele-intelligensieskaal

Op grond van die bevindings en aanbevelings van Petrides en Furnham (2000) om die emosionele-intelligensieskaal as 'n multidimensionele skaal te hanteer, is besluit om vier subskaalteellings vir die emosionele-intelligensieskaal te bereken. Hierdie subskale is elk aan 'n standaarditemontleding onderwerp. Die items vir elke subskaal is op grond van 'n faktorontleding wat deur Petrides en Furnham (2000) gerapporteer is, geselekteer.

Die gekorrigeerde itemtotaalkorrelasies en alfa-koëffisiënte vir elk van die vier emosionele-intelligensiesubskale word in Tabel 5.1 weergegee. Inspeksie van die tabel dui daarop dat slegs twee items onbevredigende itemtotaaltellings getoon het, naamlik E11 ( $r = 0.15$ ) en E33 ( $r = 0.02$ ). Beide hierdie items vorm deel van die sosialevaardighedeskaal. Die betroubaarheid van die vier skale kan oor die algemeen as bevredigend vir navorsingsdoeleindes beskryf word: optimisme/gemoedsregulering ( $\alpha = 0.85$ ), herkenning van emosies ( $\alpha = 0.78$ ), sosiale vaardighede ( $\alpha = 0.73$ ), en toepassing van emosies ( $\alpha = 0.72$ ). In die lig van die bevredigende betroubaarheidskoëffisiënte is besluit om geen items uit te skakel nie.

**Tabel 5.1** Itemtotaalkorrelasies en betroubaarheid van die vier emosionele-intelligensiesubskale

Optimisme/ gemoeds- regulering	$r_{it}$	Herken- ning van emosies	$r_{it}$	Sosiale vaardighede	$r_{it}$	Toepassing van emosies	$r_{it}$
E2	0.60	E5	0.22	E1	0.51	E7	0.57
E3	0.56	E9	0.38	E4	0.47	E17	0.54
E10	0.62	E15	0.53	E6	0.49	E20	0.57
E12	0.74	E18	0.68	E8	0.38	E27	0.40
E14	0.66	E19	0.44	E11	0.15		
E21	0.50	E22	0.54	E13	0.40		
E23	0.63	E25	0.50	E16	0.46		
E28	0.32	E29	0.38	E24	0.44		
E31	0.53	E32	0.69	E26	0.51		
				E30	0.55		
				E33	0.02		
$\alpha$	0.85	$\alpha$	0.78	$\alpha$	0.73	$\alpha$	0.72

### 5.2.2 Itemontleding van die koherensiesinskaal

Die gekorrigeerde itemtotaalkorrelasies en alfa-koëffisiënte vir elk van die drie koherensiesinsubskale word in Tabel 5.2 weergegee. Inspeksie van die tabel dui daarop dat slegs twee items onbevredigende itemtotaaltellings getoon het, naamlik S3 ( $r = 0.09$ ) en S2 ( $r = 0.19$ ). Item S3 vorm deel van die “verstaanbaarheid”-subskaal en item S2 vorm deel van die “hanteerbaarheid”-subskaal. Die betroubaarhede van die vier skale kan oor die algemeen as bevredigend vir navorsingsdoeleindes beskryf word: verstaanbaarheid ( $\alpha = 0.70$ ), hanteerbaarheid ( $\alpha = 0.72$ ), en betekenisvolheid ( $\alpha = 0.82$ ). In die lig van die bevredigende betroubaarheidskoëffisiënte is besluit om geen items uit te skakel nie.

**Tabel 5.2** Itemtotaalkorrelasies en betroubaarhede van die drie koherensiesinsubskale

Verstaan- baarheid	$r_{it}$	Hanteer- baarheid	$r_{it}$	Betekenis- volheid	$r_{it}$
S1	0.42	S2	0.15	S4	0.33
S3	0.09	S6	0.36	S7	0.68
S5	0.22	S9	0.37	S8	0.47
S10	0.45	S13	0.38	S11	0.72
S12	0.35	S18	0.36	S14	0.62
S15	0.32	S20	0.38	S16	0.49
S17	0.40	S23	0.44	S22	0.55
S19	0.38	S25	0.40	S28	0.53
S21	0.43	S27	0.47		
S24	0.41	S29	0.49		
S26	0.34				
$\alpha$	0.70	$\alpha$	0.72	$\alpha$	0.82

### 5.3 INTERKORRELASIES VAN DIE EMOSIONELE-INTELLIGENSIE- EN KOHERENSIESINSKALE EN -SUBSKALE

Die korrelasies tussen die emosionele-intelligensie- en koherensiesinskale en -subskale word in Tabel 5.3 weergegee. Inspeksie van die tabel dui daarop dat al die korrelasies positief is. Die korrelasies tussen die vier emosionele-intelligensiesubskale is almal statisties beduidend en wissel tussen 0.53 en 0.69. Insgelyks is al die korrelasies tussen die drie koherensiesinsubskale statisties beduidend en wissel tussen 0.35 en 0.67. Die korrelasies van die vier emosionele-intelligensiesubskale met die emosionele-intelligensietotaaltelling kan almal as sterk beskryf word en wissel tussen 0.79 en 0.89. Eweneens is die korrelasies tussen die drie koherensiesinsubskale en die koherensiesintotaaltelling sterk en wissel tussen 0.76 en 0.88. Die korrelasie tussen die emosionele-intelligensie- en koherensiesintotaaltellings is 0.30, wat daarop dui dat die twee konstrakte ongeveer 9% van hulle variansie deel.

Dit is opvallend dat die “herkenning van emosies”-subskaal van die emosionele-intelligensieskaal geen betekenisvolle korrelasies met enige koherensiesinsubskale getoon het nie. Die “sosiale vaardigheid”-subskaal van die emosionele-intelligensieskaal het ook slegs met die “betekenisvolheid”-subskaal van die koherensiesin 'n betekenisvolle (maar nie baie sterk nie) korrelasie gehad ( $r = 0.30$ ). Die “toepassing van emosies”-subskaal van emosionele intelligensie het met twee koherensiesinsubskale, naamlik betekenisvolheid ( $r = 0.27$ ) en hanteerbaarheid ( $r = 0.20$ ) betekenisvolle (maar nie baie sterk nie) korrelasies gehad. In teenstelling hiermee het die “optimisme”-subskaal van emosionele intelligensie betekenisvolle korrelasies met al drie koherensiesinsubskale gehad. Die “optimisme”-subskaal se korrelasie met die “verstaanbaarheid”-subskaal was relatief swak ( $r = 0.20$ ), maar die korrelasies met betekenisvolheid ( $r = 0.50$ ) en hanteerbaarheid ( $r = 0.46$ ) was relatief sterk.

**Tabel 5.3** Interkorrelasiematriks van die koherensiesin- en emosionele-intelligensieskale en –subskale

	Verst	Bete	Hant	Opt	Herk	SV	Toep	KS	EI
Verst	1.00								
Bete	0.35*	1.00							
Hant	0.50*	0.67*	1.00						
Opt	0.20*	0.50*	0.46*	1.00					
Herk	0.07	0.11	0.09	0.53*	1.00				
SV	0.07	0.30*	0.15	0.66*	0.68*	1.00			
Toep	0.06	0.27*	0.20*	0.69*	0.55*	0.60*	1.00		
KS	0.76*	0.81*	0.88*	0.47*	0.11	0.22*	0.22*	1.00	
EI	0.13	0.35*	0.27*	0.85*	0.83*	0.89*	0.79*	0.30*	1.00

*Nota.* Verst = Verstaanbaarheid, Bete = Betekenisvolheid, Hant = Hanteerbaarheid, Opt = Optimisme, Herk = Herkenning van emosies, SV = Sosiale vaardighede, Toep = Toepassing, KS = Koherensiesin, EI = Emosionele intelligensie

\*  $p < 0.05$



UNIVERSITY  
OF  
JOHANNESBURG

#### 5.4 FAKTORONTLEDING VAN DIE EMOSIONELE-INTELLIGENSIE- EN KOHERENSIESUBSKALE

Die drie koherensiesinsubskale, naamlik verstaanbaarheid, betekenisvolheid en hanteerbaarheid, en die vier emosionele-intelligensiesubskale, naamlik optimisme, herkenning van emosies, sosiale vaardighede, en toepassing van emosies, is aan 'n hoofsfaktorontleding met geïtereerde kommunaliteite onderwerp. Die doel van die faktorontleding was drieledig, naamlik (a) om ondersoek in te stel na die mate waartoe die struktuur onderliggend aan die sewe subskale ooreenstem met die verwagte twee faktorstruktuur, (b) om ondersoek in te stel na die korrelasie tussen die twee faktore, en (c) om ondersoek in te stel na die verwantskappe tussen die koherensiesinsubskale en

die emosionele-intelligensiefaktor aan die een kant, en die verwantskappe tussen die emosionele-intelligensiesubskale en die koherensiesinfaktor aan die ander kant.

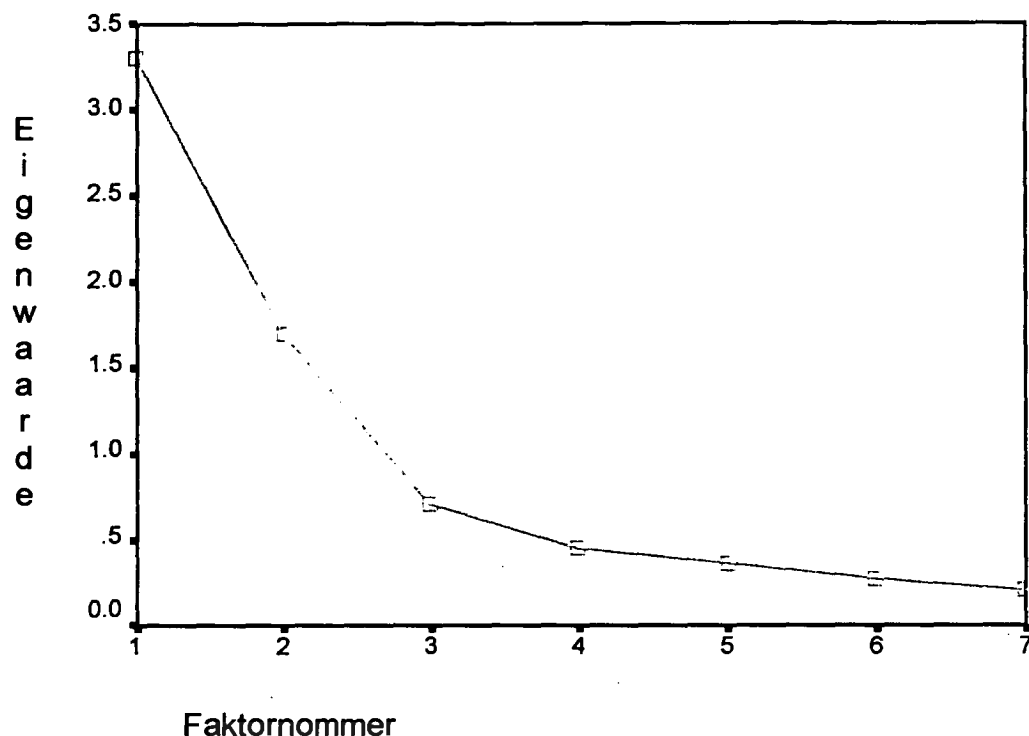
Die aanvanklike kommunaliteite is aan die hand van die gekwadreerde meervoudige korrelasies van die subskale beraam. Die Scree-toets en die eigenwaardes-groter-as-een-kriterium het daarop gedui dat twee faktore onttrek behoort te word (sien Figuur 5.1)<sup>1</sup>. Twee faktore stem ook ooreen met dit wat op teoretiese gronde verwag kon word, naamlik 'n koherensiesinfaktor en 'n emosionele-intelligensiefaktor. Derhalwe is twee faktore onttrek en aan die hand van die "Direct Oblimin"-kriterium na eenvoudige struktuur geroeteer. Die ongeroteerde faktormatriks verskyn in Tabel 5.4 en die skuins geroeteerde faktormatriks verskyn in Tabel 5.5. Die eerste ongeroteerde faktor het ongeveer 47.33% van die variansie in die korrelasiematriks verklaar, en die tweede ongeroteerde faktor het ongeveer 24.20% van die variansie verklaar (saam verklaar die twee faktore dus ongeveer 71.53% van die variansie in die korrelasiematriks).



---

<sup>1</sup> Let daarop dat die Scree-toets moontlik daarop dui dat drie faktore onttrek kon word. Daar is besluit om met twee faktore te volstaan, aangesien (a) 'n driefaktoroplossing eintlik vereis dat daar minstens nege veranderlikes behoort te wees, en (b) 'n tweefaktoroplossing teoreties meer bevredigend is.





**Figuur 5.1** Scree-toets vir die aantal faktore wat onttrek moet word

Inspeksie van die geroteerde faktorpatroonmatriks dui daarop dat die vier emosionele-intelligensiesubskale sterk gestandaardiseerde faktorpatroonkoëffisiënte op die eerste faktor getoon het, met koëffisiënte wat wissel tussen 0.73 (optimisme) en 0.85 (sosiale vaardighede). Al drie koherensiesinsubskale het relatief lae gestandaardiseerde faktorpatroonkoëffisiënte op die eerste faktor getoon. Die tweede geroteerde faktor is gekenmerk deur sterk gestandaardiseerde faktorpatroonkoëffisiënte vir die drie koherensiesinsubskale, met koëffisiënte wat wissel tussen 0.52 (verstaanbaarheid) en 0.95 (hanteerbaarheid). Hierbenewens het die "optimisme"-subskaal van emosionele intelligensie ook 'n betekenisvolle, maar relatief swak, gestandaardiseerde faktorpatroonkoëffisiënt op die faktor getoon. Op grond van die patroon van hoë en lae faktorpatroonkoëffisiënte, is besluit om die eerste faktor as emosionele intelligensie en die tweede faktor as koherensiesin te benoem. Die korrelasie

tussen die twee faktore was positief en matig sterk ( $r = 0.28$ ) en dui daarop dat daar ongeveer 8% oorvleueling van die variansie van die twee konstrukte is.

**Tabel 5.4** Ongeroteerde faktormatriks van die emosionele-intelligensie en koherensiesinsubskale

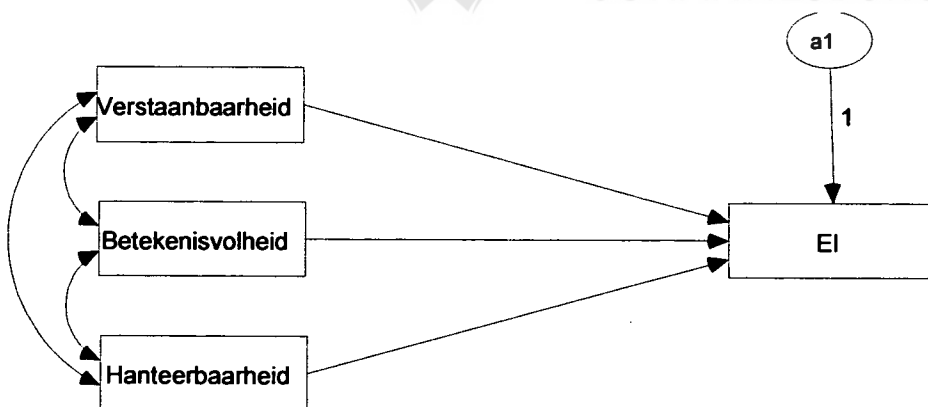
	Faktor	
	I	II
Optimisme	.87	-.07
Herkenning	.62	-.42
Sosiale Vaardighede	.75	-.39
Toepassing	.70	-.30
Verstaanbaarheid	.30	.41
Betekenisvolheid	.58	.45
Hanteerbaarheid	.60	.73

**Tabel 5.5** "Direct Oblimin"-geroteerde faktorpatroonmatriks van die emosionele-intelligensie- en koherensiesinsubskale

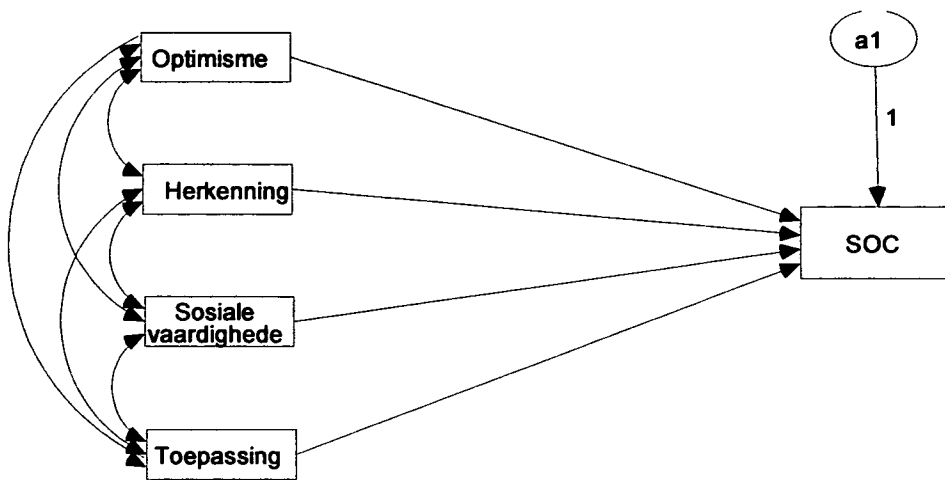
	Faktor	
	I	II
Optimisme	.73	.32
Herkenning	.77	-.12
Sosiale Vaardighede	.85	-.03
Toepassing	.75	.03
Verstaanbaarheid	-.05	.52
Betekenisvolheid	.14	.69
Hanteerbaarheid	-.04	.95

## 5.5 MEERVOUDIGE REGRESSIE-ONTLEDING VAN DIE VERWANTSKAP TUSSEN DIE KOHERENSIESINSUBSKALE EN EMOSIONELE INTELLIGENSIE

Ten einde groter helderheid oor die verwantskappe tussen emosionele intelligensie en koherensiesin te verkry, is daar van twee maksimum aanneemlikheidsmeervoudige regressie-modelle gebruik gemaak. In Model 1 is die drie koherensiesinsubskale as onafhanklike veranderlikes, en die emosionele-intelligensietotaaltelling as afhanklike veranderlike gespesifiseer. In Model 2 is die vier emosionele-intelligensiesubskale as onafhanklike veranderlikes, en die koherensiesintotaaltelling as afhanklike veranderlike gespesifiseer. Hierdie twee modelle word in Figure 5.2 en 5.3 onderskeidelik uitgebeeld. Vierkante in Figure 5.2 en 5.3 verteenwoordig die waargenome skaaltellings. Eenrigtingpyle dui daarop dat die onafhanklike veranderlikes 'n invloed op die afhanklike veranderlike uitoefen. Tweerigtingpyle dui op korrelasies tussen die onafhanklike veranderlikes. Die sirkels verteenwoordig latente konstrakte wat 'n invloed op die afhanklike veranderlikes uitoefen, maar nie in die twee modelle verreken is nie.



*Figuur 5.2.* Meervoudige regressie-model van die verwantskappe tussen die SOC-subskale en EI-totaaltelling



*Figuur 5.3* Meervoudige regressie-model van die verwantskappe tussen die EI-subskale en SOC-totaaltelling

Die resultate van die meervoudige regressie-ontleding van Model 1 word vervolgens bespreek. Die gekwadreerde meervoudige korrelasie van emosionele intelligensie met die drie koherensiesinsubskale dui daarop dat ongeveer 13% van die variansie in emosionele intelligensie deur die koherensiesinsubskale verklaar word. Inspeksie van die gestandaardiseerde regressie-gewigte dui daarop dat die “betekenisvolheid”-subskaal ’n beduidende verband met emosionele intelligensie toon ( $\beta = 0.31$ ,  $t = 2.33$ ,  $p < 0.05$ ), maar dat die verwantskappe van verstaanbaarheid ( $\beta = -0.02$ ,  $t = -0.19$ ,  $p > 0.05$ ) en hanteerbaarheid ( $\beta = 0.08$ ,  $t = 0.53$ ,  $p > 0.05$ ) met emosionele intelligensie onbeduidend is.

Daar dien opgelet te word dat ’n gestandaardiseerde regressie-gewig die verwantskap tussen die onafhanklike veranderlike en die afhanklike veranderlike verteenwoordig nadat daar vir die variansie wat die onafhanklike veranderlike met ander onafhanklike veranderlikes deel, gekontroleer is. Die variansie wat twee of meer onafhanklike veranderlikes in gemeen het, word arbitrêr aan een van die onafhanklike veranderlikes “toegeken”. Aangesien daar ’n groot mate van kollineariteit tussen die koherensiesinsubskale is, is die interpretasie van die gestandaardiseerde regressie-gewigte potensieel misleidend. Die semi-parisiële

korrelasie tussen twee veranderlikes is die korrelasie wat verkry word, nadat die variansie van 'n derde mediërende veranderlike wat met beide die onafhanklike en afhanklike veranderlike gekorreleer is, uit die variansie van die onafhanklike veranderlike geparsiëel word. Die zero-orde korrelasies en die semi-geparsiëelde korrelasies tussen die onafhanklike veranderlikes en die emosionele-intelligensietotaaltelling word in Tabel 5.6 weergegee.

**Tabel 5.6** Zero-orde en semi-parsiële korrelasies van die koherensiesinsubskale met emosionele intelligensie

Verstaanbaarheid		Betekenisvolheid		Hanteerbaarheid	
Zero-orde	Semi-parsiëel	Zero-orde	Semi-parsiëel	Zero-orde	Semi-parsiëel
0.13	-0.02	0.35	0.23	0.27	0.05

Inspeksie van hierdie tabel dui daarop dat die semi-parsiële korrelasies tussen verstaanbaarheid en emosionele intelligensie ( $r = -0.02$ ) en hanteerbaarheid en emosionele intelligensie ( $r = 0.05$ ) baie naby aan nul is. Hierteenoor is die semi-parsiële korrelasie van betekenisvolheid en emosionele intelligensie positief en redelik sterk ( $r = 0.23$ ).

## 5.6 MEERVOUDIGE REGRESSIE-ONTLEDING VAN DIE VERWANTSKAP TUSSEN DIE EMOSIONELE-INTELLIGENSIESUBSKALE EN KOHERENSIESIN

Die resultate van die meervoudige regressie-ontleding van Model 2 dui daarop dat ongeveer 26% van die variansie in koherensiesin deur die emosionele-intelligensiesubskale verklaar word. Inspeksie van die gestandaardiseerde regressie-gewigte dui daarop dat die "optimisme"-subskaal 'n beduidende verband met koherensiesin toon ( $\beta = 0.66$ ,  $t = 4.84$ ,  $p < 0.05$ ), maar dat die

verwantskappe van herkenning ( $\beta = -0.15$ ,  $t = -1.14$   $p > 0.05$ ), sosiale vaardighede ( $\beta = -0.04$ ,  $t = -0.30$ ,  $p < 0.05$ ) en toepassing ( $\beta = -0.13$ ,  $t = -1.01$ ,  $p < 0.05$ ) met koherensiesin onbeduidend is.

Die zero-orde en semi-parsiële korrelasies tussen die emosionele-intelligensiesubskale en koherensiesin word in Tabel 5.7 weergegee. Inspeksie van die tabel dui daarop dat die semi-parsiële korrelasies tussen herkenning van emosies en koherensiesin ( $r = -0.10$ ), sosiale vaardighede en koherensiesin ( $r = -0.03$ ) en toepassing van emosies en koherensiesin ( $r = -0.09$ ) baie laag en negatief is. Hierteenoor is die semi-parsiële korrelasie van optimisme/gemoedsregulering en koherensiesin positief en sterk ( $r = 0.43$ ).

**Tabel 5.7** Zero-orde en semi-parsiële korrelasies van die emosionele-intelligensiesubskale met koherensiesin

Optimisme/ gemoedsregulering		Herkenning van emosies		Sosiale vaardighede		Toepassing van emosies	
Zero- orde	Semi- parisiëel	Zero- orde	Semi- parisiëel	Zero- orde	Semi- parisiëel	Zero- orde	Semi- parisiëel
0.47	0.44	0.11	-0.10	0.22	-0.03	0.22	-0.09

## 5.7 SAMEVATTING

In hierdie hoofstuk is die resultate en die bevindings van die navorsing bespreek. In die volgende hoofstuk word gevolgtrekkings en aanbevelings gemaak op grond van die bevindings van die navorsing. Tekortkomings van die navorsing word ook uitgewys.

## HOOFSTUK 6

### GEVOLGTREKKINGS EN AANBEVELINGS

#### 6.1 INLEIDING

Die onderhawige studie is aangepak ten einde meer lig te werp op die verwantskap tussen koherensiesin en emosionele intelligensie. Dit blyk uit die literatuur dat beide koherensiesin en emosionele intelligensie bydra tot die individu se algehele welstand, lewenstevredenheid en die vermoë om spanning te hanteer (Antonovsky, 1979, 1987; Goleman, 1995; Kalimo & Vuori, 1990; Martinez-Pons, 1997). Navorsing ter ondersteuning van die bogenoemde stelling word vervolgens bespreek.

#### 6.2 DIE VERBAND TUSSEN KOHERENSIESIN EN EMOSIONELE INTELLIGENSIE

##### 6.2.1 Literatuuroorsig

Navorsing het die verband tussen koherensiesin en spanning ondersoek en bevind dat individue wat 'n sterk koherensiesin vertoon, oor die vermoë beskik om onder spanningsvolle omstandighede so op te tree dat spanning en ongelukkigheid verminder of ten volle uitgeskakel word (McSherry & Holm, 1994; Flannery & Flannery, 1990). Makowska en Makowiec-Dabrowska (1997) het bevind dat koherensiesin positief korreleer met 'n gesonde lewenstyl en Tzenova (1997) het 'n beduidende korrelasie tussen koherensiesin en welstand aangetoon. Tzenova se indikatore vir welstand was geestesgesondheid en die afwesigheid van depressie en uitbranding.

Uit navorsing oor emosionele intelligensie blyk dit dat daar 'n sterk korrelasie tussen lewenstevredenheid en emosionele intelligensie is (Palmer, Donald & Stough, 2002; Bar-On, 1997; Martinez-Pons, 1997). Voorts blyk daar uit die

navorsing oor koherensiesin en emosionele intelligensie dat albei konstrunkte bydra tot die algehele welstand en lewenstevredenheid van die individu.

Ciarrochi et al. (2002) het egter bevind dat emosionele intelligensie nie noodwendig bydra tot beter streshantering nie. Die deurslaggewende faktor in streshantering blyk volgens hierdie navorsing die regulering van emosies te wees. Individue wat net hoë emosionele persepsie vertoon, vaar nie beter in spanningsvolle omstandighede vergeleke met diegene met lae emosionele intelligensie nie (Sien ook paragraaf 3.4.) Op grond van Ciarrochi (2002) se bevindings blyk dit dus dat 'n korrelasie tussen emosionele intelligensie en koherensiesin verwag kan word, maar dat die korrelasie nie noodwendig baie sterk sal wees nie aangesien die vermoë om emosies te reguleer 'n deurslaggewende faktor in streshantering blyk te wees.

Daar was egter tot op hede nog nie enige navorsing wat die verband tussen koherensiesin en emosionele intelligensie direk ondersoek het nie. Vervolgens word die bevindings van die onderhawige studie bespreek.

## **6.2.2 Empiriese bevindings**

### **6.2.2.1 Korrelasie en faktorontleding**

Die resultate van die faktorontleding dui op (a) 'n korrelasie tussen die twee faktore, emosionele intelligensie en koherensiesin wat positief en matig sterk is, (b) geen betekenisvolle korrelasies van die "herkenning van emosies"-subskaal van die emosionele-intelligensieskaal met enige koherensiesinsubskale nie, (c) 'n betekenisvolle (maar nie baie sterk nie) korrelasie van die "sosiale vaardigheid"-subskaal van die emosionele-intelligensieskaal slegs met die "betekenisvolheid"-subskaal van die koherensiesinskaal, (d) betekenisvolle (maar nie baie sterk nie) korrelasies van die "toepassing van emosies"-subskaal van die emosionele-intelligensieskaal met die twee koherensiesinsubskale,



naamlik betekenisvolheid en hanteerbaarheid, (e) betekenisvolle korrelasies van die “optimisme”-subskaal van die emosionele-intelligensieskaal met al drie koherensiesinsubskale. Die “optimisme”-subskaal se korrelasie met die “verstaanbaarheid”-subskaal was relatief swak maar die korrelasies met betekenisvolheid en hanteerbaarheid was relatief sterk.

#### **6.2.2.2 Regressie-ontleding**

Die resultate van die meervoudige regressie-ontleding dui daarop dat: a) daar 'n beduidende maar nie 'n baie sterk verwantskap tussen koherensiesin en emosionele intelligensie is, (b) die “betekenisvolheid”-subskaal van koherensiesin 'n redelike sterk verband met emosionele intelligensie toon, maar dat die verwantskap van emosionele intelligensie met verstaanbaarheid en hanteerbaarheid onbeduidend is, en (c) daar is 'n sterk statistiese beduidende verband tussen koherensiesin en die “optimisme”-subskaal is, maar 'n onbeduidende verwantskap tussen koherensiesin en die ander subskale van emosionele intelligensie is.

### **6.3 TEKORTKOMINGS VAN DIE STUDIE**

#### **6.3.1 Tekortkomings van die literatuur**

Navorsing oor emosionele intelligensie het die afgelope dekade grootliks gefokus op teoretiese ontwikkeling van die konstruk en gevolglik is daar min empiriese navorsing beskikbaar oor die verband tussen emosionele intelligensie en stresshantering. Daar is ook geen navorsing wat die verband tussen koherensiesin en emosionele intelligensie ondersoek nie.

Daar bestaan ook die moontlikheid dat emosionele intelligensie nie 'n suiwer konstruk is nie, wat beteken dat ander veranderlikes ook moontlik 'n rol kon speel het in die uitkoms van die studie. Daar is egter navorsing wat aantoon dat

emosionele intelligensie wel 'n selfstandige konstruk is en aspekte meet wat nie deur ander konstrunkte gemeet word nie, soos byvoorbeeld persoonlikheidseienskappe, eie waarde, verbale en nie-verbale intelligensie (Ciarrochi, Chan & Bajgar, 2001; Ciarrochi, Chan & Caputi, 2000; Schutte et al.,1998).

### **6.3.2 Tekortkomings ten opsigte van die empiriese navorsing**

Die aantal deelnemers aan die studie was moontlik te min om sterk uitsprake te maak oor die verwantskappe tussen die subskale van die meetinstrumente. Die deelnemers is deur 'n gerieflikheidsteekproef bekom en is nie verteenwoordigend van die algemene bevolking van Suid-Afrika nie. Beduidend meer vroue was gewillig aan die studie deel te neem as mans. Die studie is ook slegs beperk tot volwassenes. Uitsprake ten opsigte van die bevindings word hierdeur beperk.

Die meetinstrumente laat ruimte vir die individu se subjektiewe oordeel van sy of haar emosionele intelligensie en koherensiesin. Gevolglik word die akkuraatheid van die meting van die konstrunkte daardeur beïnvloed. Daar moet egter wel in gedagte gehou word dat die ervaring van spanning uiters subjektief is. Dit is eweneens baie moeilik om emosie objektief waar te neem. Dit is ook moontlik dat emosionele intelligensie verskillend geoperasionaliseer kan word in ander meetinstrumente en dat die onderhawige bevindings nie vir sodanige instrumente sal geld nie.

'n Verdere tekortkoming van die studie is dat dit gebaseer is op 'n korrelasionele studie eerder as 'n eksperimentele studie. Geen kousale gevolgtrekkings kan dus gemaak word nie. Daar is egter bepaalde etiese implikasies wat 'n eksperimentele studie bemoeilik, soos byvoorbeeld om mense doelbewus aan spanningsvolle omstandighede bloot te stel. Die bevindings van die studie kan egter verder ondersoek word deur 'n kwasi-eksperimentele ondersoek te doen

waar die individue se koherensiesin en emosionele intelligensie op 'n bepaalde tydstip gemeet word en weer na bepaalde spanningsvolle omstandighede.

#### **6.4 GEVOLGTREKKINGS EN AANBEVELINGS OP GROND VAN DIE STUDIE**

Die konstruk 'emosionele intelligensie' blyk op grond van die navorsing 'n rol te speel in die individu se vermoë om spanningsvolle omstandighede te hanteer. Daar is 'n matige sterk korrelasie met koherensiesin. Die subskaal "optimisme" het die sterkste korrelasie met koherensiesin getoon, en dui die mate aan waartoe die individu die verwagting het dat hulle probleme kan oorkom en suksesvol sal wees in wat hulle ook al aanpak. Hierdie individue beskik oor die vermoë om aktiwiteite uit te soek wat hulle positiewe emosies laat ervaar. Hulle kan hulleself motiveer deur hulle te verbeel dat take 'n positiewe uitkoms sal hê. Daar is dus 'n sterk gemoedsregulerende komponent betrokke in die meting van optimisme. Hierdie bevindinge stem ooreen met die navorsing van Ciarrochi et al. (2002) wat aangetoon het dat emosionele regulering, eerder as emosionele persepsie, 'n rol speel in die individu se vermoë om spanning te hanteer. Dit verklaar dan ook waarom die ander emosionele-intelligensiesubskale nie noodwendig 'n sterk korrelasie met koherensiesin getoon het nie.

Die subskaal "betekenisvolheid" van die koherensiesinskaal blyk volgens die resultate die sterkste korrelasie met emosionele intelligensie te toon. Die "betekenisvolheid"-subskaal meet die mate waartoe 'n individu die lewe as betekenisvol en sinvol waarneem. Emosioneel intelligente individue blyk dus hulle emosionele lewe so te bestuur dat hulle hul lewens as meer betekenisvol en sinvol ervaar. Gevolglik kan hulle spanning beter hanteer omdat hul persepsie van die situasie vir hulle sin maak en dus motiveer om moeilike omstandighede te bowe te kom.

## 6.5 SLOT

Die resultate van die onderhawige studie dui dus daarop dat daar 'n matige positiewe verwantskap tussen emosionele intelligensie en koherensiesin is. Hierdie verwantskap kan hoofsaaklik aan die invloed van twee subskale toegeskryf word, naamlik optimisme (emosionele intelligensie) en betekenisvolheid (koherensiesin). Individue wat optimisties is, blyk dus oor 'n hoë mate van koherensiesin te beskik. Ingelyks blyk dit dat individue wat hulle lewens as betekenisvol evalueer, emosioneel intelligent is. Geen stelling oor die kausale verwantskap tussen die veranderlikes kan egter gemaak word nie. Die navorsing kan egter vrugbaar in verdere navorsing aangewend word ten einde die rol wat emosionele intelligensie in stresbeheer speel, verder te ondersoek. Die rol wat emosies in die individuele koherensiesin speel en daarmee saam sy of haar veerkragtigheid kan ook ondersoek word.



## BRONNELYS

Ackerman, P.L., & Heggestad, E.D. (1997). Intelligence, personality and interests: evidence for overlapping traits. Psychological Bulletin, 121, 219-245.

Affleck, G., Tennen, H., Croog, S., & Levine, S. (1987). Causal attribution, perceived benefits, and morbidity after heart attack: An 8-year study. Journal of Consulting and Clinical Psychology, 55, 29-35.

Allport, G.W. (1961). Pattern and growth in personality. New York: Holt, Rinehart & Winston.

Antonovsky, A. (1979). Health, stress and coping. Londen: Jossey-Bass Publishers.

Antonovsky, A. (1987). Unraveling the mystery of health. Londen: Jossey-Bass Publishers.

Antonovsky, A. (1993). Complexity, conflict, chaos, coherence, coersion and civility. Social Science and Medicine Journal, 37, 969-981.

Antonovsky, A., & Sagy, S. (1986). The development of a sense of coherence and its impact on responses to stress situations. The Journal of Social Psychology, 126, 213-225.

Bagby, R.M., Taylor, G.J., & Parker, J.D.A. (1994). The twenty-item Toronto Alexthymis Scale – II. Convergent discriminant, and concurrent validity. Journal of Psychosomatic Research, 38, 33-40.

Bandura, A. (1986). Social foundations of thought and actions. Englewood Cliffs, NJ: Prentice-Hall.

Bar-On, R. (1997). Bar-On emotional quotient inventory: technical manual. New-York: Multi-Health Systems.

Ben-Sira, Z. (1985). Potency: A stress-buffering link in coping-, stress- & disease relationships. Social Science and Medicine, 21, 397-406.

Binswanger, L. (1958). The existential analysis of school of thought. In R. May, E. Angel, & H. Ellenberger (Eds.), Existence. New York: Basic.

Boss, M. (1983). Existential foundation of medicine and psychology. New York: Jason Aronson.

Bower, G.H. (1985). Mood and memory. American Psychologist, 36, 129-148.

Bowlby, J. (1969). Attachment and loss: Vol. 1. Attachment. New York: Basic.

Buck, R. (1984). The communication of emotion. New York: Guilford Press.

Calhoun, L.G., & Tedeschi, R.G. (1989-90). Positive aspects of critical life problems: Recollections of grief. Omega, 29, 265-272.

Ciarrochi, J., Chan, A.Y., & Bajgar, J. (2001). Measuring emotional intelligence in adolescents. Personality and Individual Differences, 28, 107-115.

Ciarrochi, J., Chan, A., & Caputi, P. (2000). A critical evaluation of emotional intelligence construct. Personality and Individual Differences, 28, 539-561.

Ciarrochi, J., Deane, F.P., & Anderson, S. (2002). Emotional intelligence moderates the relationship between stress and mental health. Personality and Individual Differences, 32, 197-209.

- Cooper, R.K., & Sawaf, A. (1997). Executive EQ: emotional intelligence in business. London: Orion Business Books.
- Eisenberg, N., & Fabes, R.A. (1992). Emotion, regulation, and the development of social competence. In M.S. Clark (Ed.) Emotion and social behavior, Vol. 14: Review of personality and social psychology. California: SAGE.
- Epstein, S. (1998). Constructive thinking, the key to emotional intelligence. London: Preager.
- Erikson, E.H. (1959). Identity and the life cycle. Psychological Issues. New York: International University Press.
- Fairbairn, W. (1952). An object-relations theory of personality. New York: Basic.
- Flannery, R.B., & Flannery, G.J. (1990). Sense of Coherence, life stress, and psychological distress: A prospective methodological inquiry. Journal of Clinical Psychology, 46, 415-420.
- Frankl, V. (1961). Man's search for meaning. Washington: Washington Squares Press.
- Gardner, H. (1993). Frames of mind: The theory of multiple intelligence. London: Fontana press.
- Goleman, D. (1995). Emotional intelligence: Why it can matter more than IQ. London: Bloomsbury.
- Hatfield, E., Cacioppo, J.T., & Rapson, R.L. (1994). Emotional contagion. Cambridge: Cambridge University Press.

Hoffman, M.L. (1984). Interaction of affect and cognition in empathy. In C.E. Izard; J. Kagan & R.B. Zajonc (Eds.), Emotions, cognitions, and behavior. Cambridge: Cambridge University Press.

Hogan, R. (1969). Development of an empathy scale. Journal of Consulting and Clinical Psychology, 33, 307-316.

Isen, A.M., Duabman, K.A., & Nowicki, G.P. (1978). Positive affect facilitates creative problem solving. Journal of Personality and Social Psychology, 52, 1122-1131.

Johoda, M. (1958). Current concepts of positive mental health. New York: Basic Books.

Jung, C.G. (1960). The structure and dynamics of the psyche. The collected works, Vol. 8. London: Routledge & Kegan Paul.

Kalafat, J. (1997). Prevention of youth suicide, In R.P. Weissberg, T.P. Gulotta, R.L. Hampton, B.A. Ryan, & G.R. Adams, Healthy children 2010: Vol. 8. Enhancing children's wellness. Thousand Oaks, CA: Sage.

Kalimo, R., & Vuori, J. (1990). Work and sense of coherence – resources for competence and life satisfaction. Behavioral Medicine, 16, 76-89.

Kernberg, O.F. (1976). Object-relations theory and clinical psychoanalysis. New York: Jason Aronson.

Kierkegaard, S. (1954). Fear and trembling. New York: Doubleday.



Kobasa, S.C. (1982). The hardy personality: towards a social psychology of stress and health. In G.S. Sanders & J. Suls (Eds.), Social Psychology of Health and Illness. Hilldale: Erlbaum.

Kohut, H. (1977). The restoration of the self. New York: International Universities Press.

Makowska, Z., & Makowiec-Dabrowska, T. (1997). Health behavior, stress perception and the sense of coherence in women during pregnancy. Facta Universitatis, 4, 367–376.

Malatesta, C.Z. (1990). The role of emotions in the development and organization of personality. In R.A. Thompson (Ed.), Current theory and research in motivation, Vol. 36: Nebraska symposium on motivation, 1988: Socio-emotional development. Lincoln: University of Nebraska Press.

Martinez-Pons, M. (1997). The relation of Emotional Intelligence with selected areas of personal functioning. Imagination, Cognition and Personality, 17, 3-13

Maslow, A.H. (1968). Towards a psychology of being. Princeton: Van Nostrand.

Mayer, J.D., & Salovey, P. (1997). What is emotional intelligence? In P. Salovey, & D. Sluyter, Emotional development and emotional intelligence: educational implications. New York: Basic Books.

Mayer, J.D., DiPaolo, M., & Salovey, P. (1990). Perceiving affective content in ambiguous visual stimuli: a component of emotional intelligence. Journal of Personality Assessment, 54, 772-781.

McSherry, W.C., & Holm, J.E. (1994). Sense of coherence: Its effects on psychological and physiological processes prior to, during, and after a stressful situation. Journal of Clinical Psychology, 50, 476-487.

O' Sullivan, M., & Guilford, J.P. (1975). Six factors of behavioral cognition: Understanding other people. Journal of Educational Measurement, 12, 255-271.

Palmer, B., Donald, C., & Stough, C. (2002). Emotional intelligence and life satisfaction. Personality and Individual Differences, 33, 1091-1100.

Park, C.L. (1998). Stress-Related growth and thriving through coping: The roles of personality and cognitive processes. Journal of Social Issues, 54, 267-277.

Parker, J.D.A., Taylor, G.J., & Bagby, R.M. (1998). Alexithymia: Relationship with ego defense and coping styles. Comprehensive Psychiatry, 39, 91-98.

Parker, J.D.A., Taylor, G.J., & Bagby, R.M. (2001). The relationship between emotional intelligence and alexithymia. Personality and Individual Differences, 30, 107-115.

Petrides, K.V., & Furnham, A. (2000). On the dimensional structure of emotional intelligence. Personality and Individual Differences, 29, 313-320.

Rich, G.J. (2001). Positive psychology: An introduction. Journal of Humanistic Psychology, 41, 812.

Rogers, C.R. (1980). A way of being. Boston: Houghton Mifflin.

Rosenbaum, M. (Ed). (1990). Learned resourcefulness: On coping skills, self-control and adaptive behavior. New York: Springer.

Rotter, J.B. (1954). Social learning and clinical psychology. Englewood Cliffs, NJ: Prentice-Hall.

Ryff, C.D. (1989). Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being. Journal of Personality and Social Psychology, 57, 1069-1081.

Ryff, C.D., & Singer, B. (1998). The contours of positive human health. Psychological Inquiry, 20, 1-28.

Saarni, C. (1990). Emotional competence: How emotions and relationships become integrated. In R.A. Thompson (Ed.), Current theory and research in motivation, Vol. 36: Nebraska symposium on motivation, 1988; Socio-emotional development. Lincoln: University of Nebraska Press.

Salovey, P., & Mayer, J.D. (1990). Emotional intelligence. Imagination, Cognition and Personality, 9, 185-211.

Sammallahti, P.R., Holi, J., Komulainen, E.J. & Aalberg, V.A. (1996). Comparing two self-report measures of coping- The sense of coherence scale and the defense style questionnaire. Journal of Clinical Psychology, 52, 517-524.

Schutte, N., Malouff, J., Hall, L., Haggerty, D., Cooper, J., Golden, C., & Dornheim, L. (1998). Development and validation of a measure of emotional intelligence. Personality and Individual Differences, 25, 167-177.

Seligman, E.P., & Csikszentmihalyi, M., (2000). Positive psychology: An introduction. American Psychologist, 55, 5 –14.

Simpson, J., Ickes, W., & Blackstone, T. (1995). When the head protects the heart: Empathic accuracy in dating relationships. Journal of Personality and Social Psychology, 69, 629-641.

Strümpfer, D.J.W. (1990). Salutogenesis: A new paradigm. South African Journal of Psychology, 20, 265-275.

Strümpfer, D.J.W. (2000). Origins of resilience. Address on occasion at First South-African Wellness Conference, University of Port-Elizabeth.

Taylor, E. (2001). Positive psychology and humanistic psychology: A reply to Seligman. Journal of Humanistic Psychology, 41, 13-29.

Taylor, S.E. (1983). Adjustment to threatening events: A theory of cognitive adaptation. American Psychologist, 38, 1161-1173.

Taylor, G.J., Bagby, R.M., & Parker, J.D.A. (1991). The alexithymia construct: A potential paradigm for psychosomatic medicine. Psychosomatics, 32, 153-164.

Taylor, G.J., Bagby, R.M. & Parker, J.D.A. (1997). Disorders of affect regulation: Alexthymia in medical and psychiatric illness. Cambridge:Cambridge University Press.

Thomas, C.B. (1981). Stamina: The treat of human life. Journal of Chronic Diseases, 34, 41-44.

TIME (October 2,1995). [Cover]. New York: Time Warner.

Tzenova, B. (1997). Sense of coherence and the subjective well-being of teachers in comprehensive schools. Facta Universitatis, 4, 397-408.

Walker, R.E., & Foley, J.M. (1973). Social intelligence: Its history and measurement. Psychological Reports, 33, 839-864.

Wasielowski, P.L. (1985). The measurement and appraisal of adult intelligence. Baltimore: Williams.

Wechsler, D. (1958/1989). The measurement of adult intelligence. Baltimore, MD: Williams & Wilkins.

Wong, C.T., Day, J.D., Maxwell, S. E., & Meara, N.M. (1995). A multitrait-multimethod study of academic and social intelligence in college students. Journal of Educational Psychology, 87, 117-133.

