

**DIE POTENSIËLE BYDRAE VAN PERSOONLIKE LEIERSKAP TOT DIE  
EMOSIONELE LEIERSKAP VAN DIE ADOLESSENT**

deur

**LAURA JANE MARAIS**

**Navorsingsessay**

voorgelê ter gedeeltelike vervulling van die vereistes vir die graad

**MAGISTER PHILOSOPHIAE**



UNIVERSITY  
in OF  
JOHANNESBURG

**PERSOONLIKE EN PROFESSIONELE LEIERSKAP**

in die

**FAKULTEIT OPVOEDKUNDE EN VERPLEEGKUNDE**

aan die

**RANDSE AFRIKAANSE UNIVERSITEIT**

**Studieleier : Prof. D.P.J. Smith**

**November 2001**

*Hiermee wens ek om hierdie Navorsingsessay  
op te dra ter nagedagtenis aan  
my pa  
Golie Gouws.*

*Ek sal saam met jou wees; Ek sal jou nie  
begewe en jou nie verlaat nie.*

*Jos. 1:5*



UNIVERSITY  
OF  
JOHANNESBURG

## SYNOPSIS

The study was undertaken within the context of a Personal and Professional leadership perspective.

Personal and Professional leadership is concerned with a conscious, deliberate, lifelong process of personal growth which is initiated and controlled by the individual himself.

The adolescent period is characterised by perceptible changes in the emotional life of the adolescent. The simple, uncomplicated life of the younger child is replaced in the adolescent by one which is complicated and involved.

If personal leadership is concerned with a conscious, deliberate, lifelong process of personal growth initiated and controlled by the individual concerned, it must be able to contribute to the emotional well-being of the adolescent.

The adolescent must be guided to recognise his emotions, to express and manage them; he must learn to recognise the emotions of others, to handle relationships and to motivate himself. The adolescent must thus be assisted to achieve control over his emotions.

In the light of the above, the following question arose:

What is the potential contribution that personal leadership (PL) can make to the emotional leadership (EL) of the adolescent?

In order to answer this question, the following questions served as guidelines for the study:

- What are emotions? (pp.13 – 21)
- Why do adolescents find emotions so problematic? (pp. 27–29)
- What is personal and emotional leadership? (pp. 33 – 34)

- What contribution can personal leadership (PL) make to the emotional leadership (EL) of the adolescent? (pp. 35 – 41)
- What EL – domains are influenced by the said PL – qualities? (pp. 42 – 49)

The research methods employed in this chapter were mainly a literature study, word and concept analysis.

From the above-mentioned research the following emerged.

- The study of emotions started more than a century ago. Various theories concerning emotions developed from one of four main theories or traditions.
- Emotions have an influence on different levels and have both a physical and psychological component.
- The main components of emotions are: the evokers of an emotion, the receptors of an emotion, the emotional state, the expression of emotion and the emotional experience. The various components also include important physiological aspects such as the brain and the peripheral nervous system. The focus was thus on the concept “emotion” in order to create the context in which the concept “Emotional Intelligence” will be discussed.
- The functional value of these components was elucidated in terms of the fundamental adaptation value of emotional reactions in the individual's battle for survival.
- Researchers differ in their view of primary emotions. The same emotion can have a positive or negative influence on the individual.
- Conflicting emotions can give rise to emotional instability in the adolescent.
- A few of the problems caused by emotional instability are eating disorders, alcohol & drug abuse, rebelliousness, irritability, unusual fashions, indulging in premarital sex and depression.

Emotions are therefore a person's reactions to the world around him. It is a combination of his thoughts, feelings and actions. The possibility and/or necessity of emotional leadership thus exists.

- Emotional Leadership is a multidimensional concept consisting of various abilities. Some of the abilities are the ability to recognise the emotions in yourself and in others, the ability to motivate yourself and to manage emotions in yourself and in relationships. The EL – domains are influenced by various PL-qualities.
- Personal Leadership entails constant growth on all levels of being. A Personal Leader knows who he is, where he stands presently and where he aims to be.
- Personal Leadership qualities which can contribute to the Emotional Leadership of the adolescent are proactive actions and choices, self-awareness, self-knowledge, values, a clear purpose and the initiation of a paradigm shift.

Personal Leadership contributes to various domains of emotional leadership and can contribute greatly to the total well-being and growing to maturity of the adolescent.

## INHOUDSOPGAWE

### **HOOFSTUK 1 – NAVORSINGSONTWERP**

1.1	Algemene probleem en doelstelling	1
1.2	Verheldering van sentrale konsepte	7
1.3	Navorsingstrategie en metodes	8
1.4	Paradigma en vooronderstellings	10
1.5	Verloop van studie	11

### **HOOFSTUK 2 – 'N KOMPONENSIËLE BENADERING TOT DIE BEGRIP EMOSIE**

2.1	Probleem en doel	12
2.2	'n Geskiedkundige oorsig van hooftradisies in die bestudering van emosies	13
2.2.1	Charles Darwin en die Evolusionêre Tradisie	13
2.2.2	William James en Psigofisiologiese Tradisie	14
2.2.3	Walter B. Cannon en die Neurologiese Tradisie	15
2.2.4	Sigmund Freud en die Dinamiese Tradisie	16
2.3	Die begrip emosie	17
2.3.1	Komponente van 'n emosionele reaksie	18
2.3.2	Die funksie van emosies	24
2.4	Primêre emosies	26
2.5	Emosionele onstabiliteit	27
2.6	Samevatting	29

### **HOOFSTUK 3 – DIE BYDRAE VAN PERSOONLIKE LEIERSKAP TOT DIE EMOSIONELE LEIERSKAP VAN DIE ADOLESSENT**

3.1	Probleem en doel	32
3.2	Die konsep emosionele leierskap (EL)	33
3.3	Die konsep persoonlike leierskap (PL)	34
3.4	PL-Kwaliteite wat 'n bydrae kan lewer tot die (EL) van die adolessent	35

3.4.1	Die persoonlike leier en proaktiewe optrede/keuses	35
3.4.2	Self-awareness (Selfbewussyn)	36
3.4.3	Selfkennis	37
3.4.4	Waardes en missie	38
3.4.5	Die inisiëring en vermoë tot 'n paradigmaskuif	39
3.5	Die domeine van emosionele leierskap	42
3.5.1	Die vermoë om eie emosies te herken en uit te druk	42
3.5.2	Die vermoë om eie emosies te bestuur	44
3.5.3	Die vermoë om die self te motiveer	46
3.5.4	Die vermoë om ander se emosies te herken	47
3.5.5	Die vermoë om ander se emosies te reguleer en verhoudings te hanteer	48
3.6	Samevatting	49

#### **HOOFSTUK 4 – SAMEVATTING, BEVINDINGE, VOORSTELLE EN GEVOLGTREKKINGS**

4.1	Samevatting	51
4.2	Bevindinge	52
4.2.1	Bevindinge met betrekking tot 'n komponensiële benadering van die begrip "emosie".	52
4.2.2	Bevindinge met betrekking tot die bydrae van persoonlike leierskap tot die emosionele leierskap van die adolessent	54
4.3	Gevolgtrekking	56
4.4	Voorstelle	58

<b>BIBLIOGRAFIE</b>		<b>59</b>
---------------------	--	-----------

# HOOFSTUK 1

## NAVORSINGSONTWERP

*Volgens oorlewering was daar eenmaal 'n Indiaan wat 'n eier uit 'n arend se nes gesteel het en dit tussen die eiers van 'n kalkoen geplaas het. Toe die eiers uitbroei, het die kalkoene om die nes saamgedrom en hulle verkyk aan die lelike afwyking tussen hulle. Die "afwyking" het maar so saam met die ander kalkoenkuikens grootgeword. Sy vlerke was anders as die van die kalkoene, maar niemand het hom geleer om dit te gebruik nie. Omdat hy niks anders geken het nie, het die arend soos die kalkoene op die grond rondgeskrop vir kos. Eendag het 'n arend bokant hulle verby gevlieg. Hoe het die misplaaste arend nie gewens dat hy kon vlieg soos die pragtige voël daarbo nie! Die kalkoene het gelag en gesê, " Jy is 'n kalkoen en 'n kalkoen kan nie vlieg nie". Maar die begeerte om te vlieg het gegroei. Diep binne in hom het hy geweet hy is besig om iets belangrik in sy lewe mis te loop en dit het hom diep ongelukkig laat voel. Hy is nooit soos die ander kalkoene gekies om op die spyskaart van 'n belangrike geleentheid te verskyn nie. Hy het net aanhou leef met sy onvervulde droom om te kan vlieg.*

### **1.1 Algemene probleem- en doelstelling**

Iets in die bogenoemde verhaal is ook waar van adollesente vandag. In plaas daarvan om hoog in die skoon bergwind rond te sweef, ploeter hulle dikwels doelloos in die stof rond.

Adollessensie is die ontwikkelings stadium tussen kinderjare en volwassenheid. Die term "adollessensie", wat afgelei is van die Latynse werkwoord "adolescere", beteken dan ook om "op te groei" of om "te groei tot volwassenheid" (Louw,1990 :393). In vergelyking met die volwassene word die adollesent beskryf as meer ankerloos, emosioneel ontwrig, seksueel promisku, minder idealisties en meer krities ten opsigte van morele waardes.

In die vroeë stadium van adollessensie ervaar jongmense fisieke, sosiale en emosionele groei en ontwikkeling. Die ontwikkelings of veranderinge is 'n onvermydelike lewenswerklikheid wat noodwendig moet gebeur (Koonce,1996:2). Verandering wat in die globale omgewing plaasvind, het 'n direkte invloed op die mens (Nelson & Dowling, 1998 :487).

Die wêreld waarin die adollesent vandag leef, is snelveranderend. Die politiek word gekenmerk deur veranderende sienings oor maniere om die land te bestuur. Die tegnologie bring daagliks nuwe produkte en uitvindings voort en die ekonomie veg verbete om te oorleef.



Tussen al hierdie veranderings deur, probeer die adolessent om 'n bestaan te voer, om op hoogte te bly en sin uit die lewe te maak. Druk om gedurig te verander het 'n invloed op skole, gesinne en ander instellings wat vroeër 'n bydrae gelewer het tot die gesonde groei en ontwikkeling van die adolessent.

Adolessente ervaar adolessensie as 'n moeilike ontwikkelingstadium. Hierdie ervaring van adolessensie dui nie net op die omvangryke fisieke, kognitiewe, sosiale en psigologiese ontwikkeling wat tydens hierdie oorgangstadium plaasvind nie, maar ook op die invloed van die aard van die samelewing waarin die adolessent opgroei. Adolessente ontwikkel in veranderingsgeoriënteerde samelewings waarin vinnige tegnologiese en sosiale veranderinge, asook diskontinuiteite ten opsigte van rolle, gedragsnorme en waardes voorkom (Louw, 1990:395).

In vergelyking met die volwassene word die adolessent beskryf as ankerloos en emosioneel ontwrig(Louw, 1990:394).

Die adolessent openbaar volgens Pretorius (1986 :146) veral die volgende kenmerke :

- hy is rusteloos, selfbewus, krities, onstandvastig, ervaar gemoedskommellinge, is gevoelig, senuweeagtig, skaam, geïrriteerd, teruggetrokke, onseker, verlief, eensaam, hy dagdroom, het 'n behoefte aan intimiteit, leef met storm en drang, is uit balans en ervaar twyfel, konflik, vervreemding, idealisme, ens.

Deur die eeue heen is daar verskillende uitsprake oor die adolessent gemaak (Pretorius 1986:147):

- *Socrates: 469-399 v.C.* Die jeug hou van luuksheid. Hulle het slegte maniere, minagting vir gesag, geen eerbied vir oueres nie, en praat liever as wat hulle werk.
- *Aristoteles: 384-322 v.C.* Die jeug is naïef, idealisties, oormatig selfvertrouend oor hulle kennis en vermoëns.
- *Jean Jacques Rossouw : 1712-1778* Die psigiese volwassewording is 'n krisistoestand. Die kind is humeurig en het 'n sterk afkeur aan ouerlike gesag, en wil nie meer beheers word nie. Die kind is onredelik, opstandig, kortom onopvoedbaar.
- *Garbers: 1958* Die jeug slenter op straat rond. Hulle staar die verbyganger met 'n gelaatsuitdrukking van verveling en grenslose leegheid aan. Hul blik is vulgêr, wêreldwys en jeugvreemd.

- *Mitscherlich: 1965* Pedagoë, ouers, justisie en kerke, almal wend twyfelagtige pogings aan om die kind en jeugdige te besiel, om deur sy koppigheid te breek, om tot werklike kontak te kom. Hoe minder hulle daarin slaag om die geheime, afgeslote wêreld te betree, des te groter word die kloof, die byna haatdraende veragting van die jeug.
- *Hedendaagse teenstellende uitsprake:* die jeug is siek — gesond, vervreemd — betrokke, verwaand — nederig, immoreel - godsdienstig, selfsugtig — vrygewig, sinies — idealisties, patologies — verwerp 'n siek samelewing.

Elke tydperk het dus opnuut sy eie, maar tog ooreenstemmende besware oor die adolessent. Die adolessent het sekere probleemareas wat aangespreek moet word. Peter Scales sien die toekoms van die adolessent soos volg: "All the trends point to a growing number and proportion of young adolescents who are in fact at high risk of being unprepared and unsuccessful in the modern social and economic world" (Lions, 1997:7).

Die volgende statistieke (Lions, 1997:7-8) ondersteun nie net Peter Scales se uitspraak nie, maar alle uitsprake wat deur die eeue heen teen die adolessent gemaak is.

Tydens 'n studie in die Kaap by verskeie hoërskole, oor 'n tydperk van 12 maande, het die volgende na vore gekom:

- 19% van die leerders het daaraan gedink om hul eie lewe te beëindig;
- 12.4% het iemand vertel hulle wil selfmoord pleeg en
- 7.8% het probeer om selfmoord te pleeg.

In die psigiatriese afdeling van 'n groot hospitaal in Durban is die volgende oor 'n tydperk van 6 maande waargeneem:

- 28.6% van die mense wat probeer selfmoord pleeg het, was adolessente;
- 97.5% van die adolessente het hulself probeer vergiftig;
- 10.1% van die adolessente het 'n geskiedenis van alkohol- of dwelmmisbruik;
- 86.5% het erken dat interpersoonlike verhoudings die rede vir hul selfmoordpoging was.

In 'n landswye opname het slegs 34% van die adolessente gesê hulle drink nie alkohol nie. Dieselfde opname het getoon dat 25% van die land se adolessente dwelms gebruik.

Bogenoemde statistieke dui daarop dat meer en meer jongmense hul werksfase sonder die nodige akademiese of sosiale vaardighede gaan betree. Indien bogenoemde statistieke

dieselfde bly, sal 'n huidige Graad-8 klas van 40 leerlinge die volgende statistiek toon in matriek:

- 2 sal swanger wees voordat hulle matriek voltooi;
- 8 sal skool verlaat;
- 11 sal werkloos wees na matriek;
- 36 sal alkohol gebruik, 17 dagga en 18 kokaïene;
- 6 sal uit die huis uit wegloop;
- 1 sal selfmoord pleeg.

Dit is duidelik dat adolessensie gepaard gaan met ingrypende veranderinge. Somtyds het hy nie 'n keuse nie en word verandering afgedwing. Hy moet daarby aanpas ten spyte van hoe hy daarvoor voel (Curtis & Stricker, 1991:1). Wanneer hy egter 'n keuse kan uitoefen, moet hy kies om verandering te ignoreer, om weerstand daarteen te bied, of om die verandering in sy bestaande lewenswyse te inkorporeer.

Een van die grootste veranderinge by die adolessent, wat 'n invloed uitoefen op die reeds genoemde statistieke, is sy emosionele ontwikkeling. Die adolessente-tydperk word gekenmerk deur merkbare veranderinge in die gevoelslewe van die adolessent. Die eenvoudige en ongekompliseerde emosionele lewe van die kleiner kind maak plek vir 'n ingewikkelde en verwikkelde gevoelslewe.

Die vroeë adolessent se uitdrukking van emosies is soms nog soos dié van die klein kind, eenvoudig en reguit. Wanneer hy kwaad is, is hy kwaad en hy sal selfs skop en slaan om dit te wys. Wanneer hy hartseer is, huil hy. Wanneer hy bly is, spring hy rond van vreugde of lag luidrugtig. Wat hy voel, wys hy op 'n konkrete manier.

Die oorgang tussen vroeë en middel adolessensie gaan gepaard met tekens van emosionele wisselvalligheid, wispelturigheid en verloop selde rustig en gelykmatig. Emosionele onstabieleit kan aan verskeie faktore toegeskryf word. Van der Spuy en Van Niekerk (1994:63) sien dit as volg:

- die liggaamlike ontwikkeling van die adolessent stem hom emosioneel meer gevoelig as voorheen. Sekere liggaamlike veranderinge maak hom dikwels skaam, selfbewus en teruggetrokke. By ander geleenthede probeer hy juis die aandag op homself vestig deur die tipe klere wat hy dra en deur sy liggaamshouding;

- wisselinge in bloeddruk en hormoonveranderinge lei dikwels tot moegheid, lusteloosheid en geïrriteerdheid. Dit is 'n mediese feit dat liggaamlike onstabiele en emosionele onbestendigheid baie nou met mekaar verband hou, en
- die adolessent raak bewus van sy persoonlikheid. Hy kom agter dat hy anders as ander mense is. Omdat hy nie altyd weet hoekom nie, voel hy eensaam en kan hy hom selfs onttrek. Hy wil graag alleen wees en gaan skuil in sy kamer. Hy wil privaatheid hê en voel omgekras as sy ouers hom dit misgun. Agter die toe kamerdeur het hy sy eie geheime (veral 'n dagboek is belangrik) en droom hy drome oor geweldheid en skoonheid.

Die druk van sosiale aanpassing en heraanpassing veroorsaak verdere onstabiele omdat hy nie altyd gereed is vir die eise wat dit aan hom stel nie (Curtis & Stricker, 1991:4). Hy mag nie meer op enige plek en enige tyd wys wanneer hy kwaad, hartseer of bly is nie. Dit bring mee dat hy onseker is oor hoe hy teenoor ander moet optree. Die besef dring gou tot hom deur dat hy sy kinderparadys van onverantwoordelikheid, onafhanklikheid en geborge veiligheid verruil het vir verantwoordelikheid, selfstandigheid en 'n groter sorg vir sy eie veiligheid buite die ouerhuis (Van der Spuy en Van Niekerk, 1994:62). Hy word nie meer bed toe gedra nie en kan nie meer met sy teddiebeer gesels asof dit die natuurlikste ding in die wêreld is nie.

Die middel- en laatadolessent se emosionele lewe is meer beheers. Die adolessent se emosionele stabiliteit of onstabiele word soms deur die optrede en houdings van volwassenes versterk. Hy reageer vreugdevol op aanvaarding, maar met neerslagtigheid en diepe ongelukkigheid op afbrekende kritiek. Hy oorreageer dikwels op onregverdigheid, geheime wat deur 'n vertroueling verklap word, belediging of teregwysing voor sy vriende, woede van sy ouers, te hoë verwagtinge, onbillike onderwysers, eise van die portuurgroep en probleme met skoolwerk (Van der Spuy en Van Niekerk, 1994:62).

Sy woede en ergernis word ook opgewek wanneer hy sukkel om iets reg te kry (soos die herstel van sy stukkende fiets) of wanneer sy sorgvuldige planne weens onvoorsiene omstandighede skeefloop (wanneer dit byvoorbeeld reën as hy 'n tennisafspraak met 'n spesiale vriend het).

Die laatadolessent se verhouding met die teenoorgestelde geslag beïnvloed ook sy emosionele gemoedstemming (Van der Spuy en Van Niekerk, 1994:63). Verlieftheid (hetsy

kalwerliefde, verbeelde liefde of ware liefde) wek gevoelens wat vir hom vreemd is. Sy gebrek aan ervaring bemoeilik die hantering daarvan. 'n Spottery oor verliefdheid laat die dogter dikwels in haar kamer terugtrek terwyl die seun met botheid daarop reageer. Spot versteur die openheid wat 'n adolessent moontlik teenoor sy ouers gehad het (Van der Spuy en Van Niekerk, 1994:63).

Omdat die adolessent die opeenvolgende wisselinge van emosies wat soos 'n klimtol op en af beweeg, nie altyd verstaan of kan hanteer nie, dra hy dit op ander oor. Veral sy ouers loop deur. Hulle hoor dikwels die verwyte dat hulle hom nie verstaan nie — en gevolglik ook nie liefhet nie. Die adolessent verlang heimlik na 'n vertroueling met wie hy openlik kan praat en wat hom nie sal veroordeel of verwerp nie.

Verskeie kenmerke van emosionele ontwikkeling soos spanning en konflik, verhoogde emosionaliteit, gemoedswisselinge, uiteenlopende en intense emosies, behoefte aan aanvaarding deur die portuurgroep, soeke na erkenning en behoefte om te behoort, kom volgens Van der Spuy en Van Niekerk (1994:65) by die adolessent voor.

Die adolessent ervaar dikwels verlange, heimwee, 'n gevoel van verworpenheid en verontregting; dit laat hom depressief en hulpeloos voel (Van der Spuy & Van Niekerk, 1994:63). Die adolessent beleef maklik dat hy misluk en skryf foute wat hy maak, daaraan toe dat hy sleg is. Hy kan ernstige skuldgevoelens hê en homself oor nietighede verwyte. Wanneer hy so voel, het hy behoefte aan begrip, geduld en doelgerigte leiding. Ouers wat hul adolessente byvoorbeeld help om hul emosies te verwoord, verlig die intensiteit daarvan.

Dit is dus duidelik dat die adolessent probleme het met sy emosies en dit kan lei tot selfmoord, misbruik van alkohol en dwelms, geweld, moord, depressie, skorsing uit skole, diefstal, angstigheid, ens. Alle mense ervaar egter emosies, maar die adolessent ervaar dit meer intens en is baie wisselvallig ten opsigte van die uiting wat hy daaraan gee.

Dit is dus belangrik dat die adolessent geleë word om sy emosies te herken, uit te druk en te bestuur, hy moet ook leer om ander se emosies te herken en te reguleer en verhoudings te hanteer asook om homself te motiveer. Die adolessent moet dus gehelp word om beheer of 'n greep oor sy emosies te kry.

In die lig van die voorafgaande algemene probleemstelling, kan die **spesifieke navorsings - probleem** van die studie soos volg geformuleer word.

**Wat is die potensiële bydrae wat persoonlike leierskap (PL) kan lewer tot die emosionele leierskap(EL) van die adolessent?**

Ten einde die gestelde navorsingsprobleem aan te spreek, word dit nodig geag om eerstens te kyk na die konsep “emosies”, om sodoende te bepaal presies wat dit is en waarom dit so problematies vir die adolessent is. Tweedens word daar gefokus op die konsepte EL en PL en word PL- kwaliteite wat moontlik belangrik is vir EL by die adolessent, geïdentifiseer en beskryf. Laastens word die verskillende EL-domeine wat deur PL-kwaliteite beïnvloed kan word, bespreek.

Uit die navorsingsprobleem vloei ‘n aantal vrae wat essensieel is vir doelgerigte en diepgaande navorsing van hierdie studie voort.

1. **Wat is emosies?**
2. **Waarom is emosies so problematies vir adolessente?**
3. **Wat is persoonlike en emosionele leierskap?**
4. **Watter PL-kwaliteite kan ‘n moontlike rol speel by die emosionele leierskap van die adolessent?**
5. **Watter invloed het bogenoemde kwaliteite op EL-domeine ?**

## **1.2 Verheldering van sentrale konsepte**

### **Leierskap**

Die konsep “leierskap” vanuit ‘n PPL- perspektief verwys nie na die tradisionele woordeboekverklaring van leierskap nie, maar eerder na die vermoë van ‘n individu om homself te lei en in beheer te wees van sy eie lewe.

### ***Emosionele Leierskap (EL)***

EL kan beskou word as die individu se vermoë om sy eie emosies asook dié van ander te monitor, om te onderskei tussen verskillende emosies en dan die inligting te gebruik om sy denke en gedrag te rig (Salovey & Mayer, 1990:193).

Goleman (1996:38) sien EL as die vermoë om eie emosies te herken en uit te druk, ander se emosies te herken, te reguleer en verhoudings te hanteer en die vermoë om die self te motiveer en eie emosies te bestuur.

### ***Persoonlike Leierskap (PL)***

PL help 'n persoon om te besef wie hy werklik is. Meyer (1993:2) definieer PL soos volg: "Personal Leadership is your self-confident ability to crystallise your thinking so that you are able to establish an exact direction for your own life, to commit yourself to moving in that direction and then to take determined action to acquire, accomplish or become whatever that goal demands." PL kan eerder as 'n houding in plaas van 'n stel vaardighede gesien word. Verandering is belangrik by PL want dit skep nuwe denk- en gevoelsmoontlikhede vir die individu (Andreas, S. & Faulkner, C. 1997:17).

## **1.3 Navorsingstrategie en -metodes**

'n Navorsingstrategie dui op die breë metodologiese benadering tot die studie (Smith, 1993:19). 'n Beskrywende navorsingstrategie is in die studie van toepassing. Met beskrywende navorsingstrategie word gepoog om 'n sistematiese, akkurate en feitelike beskrywing (Smith, 1995:30) van emosies te verskaf en dan die potensiële bydrae van persoonlike leierskap tot die emosionele leierskap van die adolessent weer te gee. Dit word gedoen ter wille van beter begrip van, insig in en ingeligtheid oor die probleem wat ondersoek word (Smith, 1993:35).

Die volgende navorsingsmetodes word in hierdie studie gebruik.

#### **- *Woordanalise***

Volgens Smith (1993:42-44) word met woordanalise bedoel, die gebruik van woordeboekdefinisies om bepaalde woorde in die titel of probleemstelling te verhelder, met die oog op beter insig in die dieper betekenis van sodanige konsepte. Sinonieme kan

ook in die analise gebruik word. In hierdie studie sal woordanalise gebruik word om sentrale begrippe soos die adolessent, emosies, persoonlike leierskap en emosionele leierskap te verhelder.

#### - ***Konsepanalise***

'n Konsep is 'n abstrakte prinsiep (Powell, W & Wevell, A.1996: 205), wat bekend staan as filosofiese analise, begripsanalise en taalanalise. Konsepanalise kan gebruik word wanneer die betekenis van 'n konsep verklarings nodig het of wanneer beskouings van verskillende deskundiges ingewin word en wanneer die gebruik van 'n konsep in verskillende gebruikskontekste verklaar wil word (Smith, 1993: 44). Smith (1993: 44) voer verder aan dat die navorser sodoende groter duidelikheid verkry oor verskillende betekenis en kenmerke van die konnotasies van 'n konsep. In hierdie studie sal genoemde gebruike sal gebruik word, deur die sentrale konsepte in die probleemstelling te analiseer

#### - ***Literatuurstudie***

Literatuurstudie is 'n metode wat die navorser help om koers te kry in eie navorsing, om meer ingelig oor die onderwerp te wees en om nie die spreekwoordelike wiel van nuuts af te probeer ontdek nie (Smith, 1993: 47). Dit verseker ook dat die navorser voordeel trek uit ander se ervarings en foute (Rubin, A & Babbie, E 1993:104).

Literatuurstudie is dus 'n skerp, noukeurige en sistematiese bestudering van en korrek geordende aantekeninge oor bestaande literatuur aangaande een of ander probleemterrein (Smith 1993: 47). Literatuurstudie is vir hoofstuk 2 en 3 gebruik deurdat verskeie konsepte aangaande die adolessent, emosie, persoonlike en emosionele leierkap vanuit 'n wye reeks bronne ondersoek is.

#### - ***Fenomeenanalise***

Fenomeenanalise fokus op die verskynsel self en die oogmerk is om langs 'n sistematies geordende weg tot die wese of essensie van 'n verskynsel deur te dring (Smith, 1993: 45). In die studie word daar veral gekyk na die verskynsel van emosie, die problematiek rondom emosies by die adolessent asook persoonlike en emosionele leierskap by die adolessent.



## 1.4 Paradigma en vooronderstellings

Aannames of vooronderstellings is dit waarop die navorser hom beroep maar waarvoor daar empiries gesproke nie bewysbare sekerheid bestaan nie (Smith, 1995:21).

### - ***Teoretiese vooronderstellings***

Die studie vind plaas binne die konteks van Persoonlike en Professionele Leierskap.

Wat is 'n Persoonlike en Professionele Leierskapspektief ?

Volgens Covey (1994:42-43) is persoonlike bemeestering beginselgesentreerd, karaktergebaseerd en gefundeer op die "inside-out" beginsel. Die beginsel is 'n voortdurende proses van selfvernuwing en selfontdekking. Die persoonlike leier moet dus daarna streef om sy eie gedrag en denkpatrone te transformeer ten einde rigting te vind en daardeur doelwitte te stel (Mayer, 1993 : 2).

Groei is 'n keuse wat die individu maak (Maxwell, 1993: 99), en 'n individu ken net sy uitsonderlike doel en sukses bereik deur sy gemaksonne te verlaat (Smith, 1994: 77). Staples (1991:13), en ook Robbins (1991:113) verklaar dat denk- en gedragsverandering in die konteks Persoonlike en Professionele Leierskap nie net moontlik is nie, maar ook wenslik. Persoonlike en Professionele Leierskap het dus te make met 'n bewustelike, doelgerigte, lewenslange proses van persoonlike groei wat deur die individu self opgestel en gekontroleer word.

PPL kan dus gedefinieer word as 'n wetenskaplike studie van die volgehoue verbintenis en begeleiding van die mens tot geldige en funksionele

- selfkennis;
- doelnastrewing;
- potensiaalrealisering;
- samewerking met en waardetoevoeging tot ander mense, in die besonder naasbestaendes, uitgebreide familie en vriende asook mense in die algemeen;

- professionele bekwaamheid, vaardigheid en doeltreffendheid, veral betreffende die ooreenstemming van die mensefaktor tot organisasiedoeltreffendheid (Smith, 1999).

## **1.5 Verloop van die studie**

In hoofstuk 2 word beoog om die konsep “emosie” deeglik te beskryf, asook om die problematiek van emosies by adolessente te bespreek en om die moontlike belangrikheid van EL te ondersoek.

Hoofstuk 3 sal fokus op die konsepte EL en PL, asook die PL- kwaliteite wat ‘n moontlike bydrae kan lewer tot die EL van die adolessent.

In die slothoofstuk word die bevindinge saamvat en gevolgtrekkings met betrekking tot die studie gemaak.



## HOOFSTUK 2

### 'N KOMPONENSIËLE BENADERING TOT DIE BEGRIP EMOSIE

#### **2.1 Probleem en doel**

Adolesente het 'n uiters sensitiewe gemoed waarin onstuimige emosies hoogty vier. Alles word intens beleef en ervaar. Hul lewensuitkyk is gewoonlik swart of wit, reg of verkeerd, sinvol of sinneloos sonder middelweë. Teenstrydige emosies kan 'n eenvoudige probleem vir adolesente baie bemoeilik en kan 'n sensitiewe en onsekere adolescent breek. Adolesensie is die periode om te leer dat daar baie skakeringe en moontlikhede tussen uiterste situasies soos wit of swart, reg of verkeerd, goed of sleg, ens. bestaan.

Emosies is 'n komplekse verskynsel wat baie gedifferensieerd, veranderlik en tog geïntegreerd vertoon. Geleerdes verskil baie in hul opvattinge oor die begrip emosie, want dit kan sigself openbaar as positief en negatief, bewustelik en onbewustelik, uiterlik en innerlik, fisiek en geestelik, rasioneel en irrasioneel, gedeeltelik en geheel aktief, antagonisties skeppend, versterkend, teenstrydig, chaoties, ens. Cobb (1950:110) beweer met reg dat geen persoon uit slegs een oogpunt die fenomeen van emosie kan verklaar nie.

Uit bogenoemde is dit dus duidelik dat ten einde lig te werp rakende die emosionele leierskap van die adolescent, daar eers duidelikheid gekry moet word oor die konsep "emosie".

Die doel met die hoofstuk is dus om die begrip "emosie" te definieer, verskeie teorieë oor emosie te bestudeer, komponente van 'n emosionele reaksie en die fisiologie van emosie vanuit die uiteenlopende teoretiese benaderings te bestudeer, aangesien dié insig belangrik is vir emosionele leierskap. Die bespreking van emosie sal gevolg word deur die funksionele waarde van "emosie" te belig asook moontlike probleme by die adolescent wat geassosieer kan word met sekere algemene emosies om sodoende die moontlikheid en/of noodsaaklikheid van emosionele leierskap aan te kan toon.

## **2.2 'n Geskiedkundige oorsig van hooftradisies in die bestudering van emosies.**

Die sielkunde het vanaf die 1960's 'n bloeitydperk beleef, soveel so dat daar binne vier historiese hooftradisies talle uiteenlopende teoretiese benaderings tot emosies ontstaan het.

Vervolgens word die vier historiese hooftradisies in die bestudering van emosie bespreek, te wete die funksionele of evolusionêre benadering, die psigofisiologiese, die neurologiese en die dinamiese benadering.

### ***2.2.1 Charles Darwin en die Evolusionêre Tradisie***

Darwin kan beskou word as die grondlegger van die evolusionêre tradisie in die bestudering van emosie. Binne hierdie tradisie word emosie nie beskou as die produk van gedrag nie, maar as die voorloper daarvan: die emosionele sisteem dien as die organisme se primêre motiveringsisteem (Lewis & Michalson, 1983:24). Moderne teorieë wat voortbou op hierdie tradisie is dié van Izard (1972), Plutchik (1980) en Tomkins (1984).

In sy klassieke boek "The expression of the emotions in man and animals", verklaar Darwin (1872/1965) dat die evolusieproses nie net van toepassing is op die lewenstyl en anatomiese strukture van organismes nie, maar ook op hulle intellektuele en ekspressiewe gedrag. Konsepte soos intelligensie, redeneervermoë, geheue en emosie het elkeen 'n evolusionêre geskiedenis en is op verskillende filogenetiese vlakke identifiseerbaar (Carlson & Hatfield, 1992:49).

Op grond van sy bestudering van die ekspressiewe gedrag van diere, kom Darwin (1872/1965) tot die gevolgtrekking dat daar by talle spesies 'n vorm van aanpassingsgedrag voorkom.

'n Voorbeeld hiervan is die beangste kat wat in die teenwoordigheid van 'n bedreigende hond oënskynlik in liggaamsgewig toeneem namate sy liggaamshare rys. Darwin (1872/1965) huldig dus 'n funksionele siening van ekspressiewe gedrag: dit dien as teken van en voorbereiding op gedrag, dit kommunikeer aan die waarnemer die aard van die aksie wat geneem gaan word en verhoog sodoende die organisme se kans op oorlewing (Plutchik, 1980:198).

Ten einde basiese kontinuïteit in terme van emosionele ekspresie vanaf die laer diere tot by die mens aan te toon, samel Darwin (1872/1965) ook data in oor gesigsuitdrukkings by die mens. Op grond van sy bevindinge maak hy die afleiding dat die meeste emosionele uitdrukkings aangebore is, en dat net sommige op dieselfde wyse as taal aangeleer kan word. Ten spyte van die aangebore aard van die meeste vorms van emosionele uitdrukking, kan dit na die eerste verskyning daarvan vir die doel van kommunikasie bewustelik en vryelik gebruik of onderdruk word.

In terme van diere se aangebore vermoë om emosionele ekspresie in ander te herken, is Darwin (1872/1965) van mening dat dit waarskynlik moontlik is, maar dan net binne dieselfde spesie (Plutchik, 1980:201). Volgens Darwin (1872/1965) is hierdie intraspesie herkenning van emosie aangebore en het dit 'n aanpassingswaarde vir die spesie.

### **2.2.2 William James en die Psigofisiologiese Tradisie**

Die psigofisiologiese tradisie in die bestudering van emosie is teen die einde van die negentiende eeu ingelei deur James se boek "The principles of psychology". Hierin poneer James (1890/1981) dat die populêre siening betreffende die volgorde van 'n emosionele ervaring soos volg is: die persepsie van 'n situasie gee aanleiding tot 'n gevoel van emosie, wat gevolg word deur verskeie liggaamsveranderings. In teenstelling hiermee poneer James dat 'n persepsie van 'n situasie tot bepaalde liggaamsveranderings lei en dat emosie die gevoel van hierdie liggaamsveranderings is. Volgens James is emosie dus die persepsie van die liggaamlike respons op 'n bepaalde situasie, byvoorbeeld: 'n persoon voel hartseer omdat hy huil (Buck, 1980:815).

'n Aantal jare nadat James sy siening oor emosie gepubliseer het, kom 'n Deense fisioloog genaamd Lange op onafhanklike wyse tot 'n soortgelyke siening. Die konseptualisering hiervan staan bekend as die James-Lange teorie (Arnold, 1961:22).

In hedendaagse terme kwalifiseer die James-Lange konseptualisering volgens Plutchik (1980:211) kwalik as 'n teorie van emosie, aangesien die fokus daarvan primêr ingestel is op 'n

tipe hoendereier-vraag: wat kom eerste, die subjektiewe gevoel van 'n emosie of die liggaamsveranderings wat daarmee saamhang? Die waarde van die James-Lange konseptualisering lê egter in die klem wat dit plaas op emosie as 'n introspektiewe en subjektiewe gevoelstaat. 'n Tweede rede vir die belang van die James-Lange siening is dat dit die dryfkrag geword het agter navorsing oor die outonome en neurale veranderings wat met emosie gepaard gaan (Carlson & Hatfield, 1992:49).

### **2.2.3 Walter B. Cannon en die Neurologiese Tradisie**

In 1915 publiseer Cannon sy boek "Bodily changes in pain, hunger, fear and rage", waarin hy nie net die James-Lange siening bevraagteken nie, maar ook 'n alternatiewe siening van emosie voorstel. Na aanleiding van 'n reeks eksperimente waarin dele van die breine van katte verwyder is, postuleer Cannon (1915/1970) en sy kollegas dat die optiese talamus, wat vandag as die hipotalamus bekend staan (Plutchik, 1980:215), die area in die brein is waar die neurale organisasie van verskillende emosionele ekspressies te vinde is. Hipotalamiese ontlading van impulse produseer gelyktydig beide 'n emosionele ervaring sowel as 'n reeks liggaamsveranderings.

Afgesien van die neurale strukture wat betrokke is by emosies, ondersoek Cannon ook die funksie van die omvangryke interne veranderings wat in die liggaam voorkom tydens emosionele opwekking (Plutchik, 1980:215). Volgens Cannon is hierdie perifere liggaamsveranderings homeostatiese aanpassings wat die liggaam op aksie voorberei; ten einde in gevaarsituasies te oorleef, moet die individu tot aksie oorgaan deur óf te veg óf te vlug. Die funksie van emosie is dus die hantering van oorlewingsnoodgevalle (Buck, 1988:817). Die belangrikste gevolgtrekking wat Cannon dus maak is dat die brein en veral die talamus, die beheersentrum van emosies is (Carlson & Hatfield, 1992:59).

#### **2.2.4 Sigmund Freud en die Dinamiese Tradisie**

Freud se 1895 boek, "Studies on hysteria", handel nie net oor die ontstaan van 'n siekte nie, maar lê ook die basis vir die dinamiese tradisie in die bestudering van emosie (Plutchik, 1980:217). Volgens Freud dien die historiese simptome as 'n tipe vermomde voorstelling van die onderdrukte emosie. Met verloop van ervaring, kom hy tot die gevolgtrekking dat repressie van emosioneelgelaai herinneringe nie net die basis van historiese simptome is nie, maar van alle neurotiese simptome.

Volgens Freud kan affek primêr beskou word as 'n vorm van energie wat op direkte of indirekte wyse tot uiting kan kom (Lewis & Michalson, 1983:27). Die indirekte ekspressie van affek verwys na die aanname dat affek op verplaaste of getransformeerde wyses tot uiting kan kom. Sowel die gevoelskomponent as die liggaamsveranderinge wat met emosie gepaard gaan, is die produk van die onbewustelike evaluasie van 'n gebeurtenis. Hierteenoor kan die responsproses of die emosionele ervaring daarvan bewustelik wees.

Volgens Freud speel 'n persoon se instinkte dus 'n belangrike rol by emosie. Emosie word aangevuur deur instinkte en 'n persoon se onderbewuste bepaal dan sy gedrag (Carlson & Hatfield, 1992:59).

In die Freudiaanse dinamiese tradisie word emosie beskou as 'n komplekse individuele toestand wat afgelei kan word op grond van verskillende tipes gedrag. 'n Belangrike implikasie van hierdie stelling is dat emosies selde in 'n 'suiwer' vorm aangetref word. Enige emosie het 'n komplekse geskiedenis en kan 'n mengsel van gevoelens en reaksies insluit (Plutchik, 1980:217).

Samevattend kan dit gestel word dat die evolusionêre tradisie klem lê op die funksionele aanpassingswaarde wat emosies vir die oorlewing van die organisme inhou. Die psigofisiologiese tradisie beklemtoon weer dat emosie 'n toestand van opwekking in die organisme is. Die betrokkeheid van komplekse breinstrukture in die organisasie van die reeks reaksies wat as emosies bekend staan, kry fokus binne die neurologiese tradisie. Laastens

beklemtoon die psigoanalitiese tradisie dat emosies dikwels voorkom in die vorm van versluerde, gewysigde of uitgebreide afleidings daarvan. Die meeste hedendaagse teorieë oor emosie is herleibaar na een van bogenoemde vier tradisies. Vervolgens word die konsep "emosie" beskryf.

### **2.3 Die begrip emosie**

Teenswoordig is daar nog nie konsensus bereik oor presies wat emosie is nie. Volgens Mandler (1975:10) is enige poging om emosie te definieer misplaas en onbereikbaar. Verskeie psigoloë het egter met die volgende definisies na vore gekom.

Emosie is 'n komplekse gevoel wat gepaard gaan met die bewuste ervaring van 'n interne respons om 'n sekere gedrag na vore te bring (Dworetsky, 1985:301).

Hothersall (1985:232) definieer emosie as 'n subjektiewe ervaring met 'n doelgerigte gedrag, 'n sekere gesigsuitdrukking en 'n fisiologiese reaksie.

Plutchik (1980:217) som emosie op as 'n komplekse opeenvolging van reaksies na aanleiding van 'n stimulus. Dit behels kognitiewe evaluering, subjektiewe veranderinge, neurale opwekking, impulse om te reageer en gedrag wat gemik is op die bepaalde stimulus.

Campos et al (1994:285) beskryf emosie as die proses wat die verhouding tussen 'n individu en die omgewing laat ontstaan, behou, verander of vernietig op 'n wyse wat vir die individu belangrik is.

Volgens Carlson en Hatfield (1992:6-7) het emosies hul oorsprong in die individu se gene, anatomie en fisiologie. Volgens genoemde outeurs word emosies verfyn en ontwikkel deur leer en ervaring.

Emosies het verder ook 'n motiverende reaksie tot gevolg. Reber (1985:454) definieer die motivering as volg: "an intervening process or an internal state of an organism that impels or drives it into action". Die emosionele reaksie bevat dan ook seker kognitiewe, fisiologiese en gedragselemente wat ontstaan weens sekere interne of eksterne veranderlikes (Carlson & Hatfield, 1992:7). Volgens Tomkins (1984:303) is emosies deel van die primêre motiveringsstelsel van die mens. Emosies is die positiewe krag in 'n mens om 'n bepaalde doel te bereik.



Ten spyte van die eenstemmigheid in die literatuur oor die komponensiële aard van emosionele reaksies, heers daar heelwat minder konsensus oor die aard, prominensie, volgorde en benaming van hierdie komponente. Plutchik (1984:220) meen dat 'n emosionele reaksie kompleks is en dat die volgorde van die komponente soms wissel, wat bepaal watter ander elemente in die emosionele reaksie sal figureer al dan nie.

Volgens Scherer (1984: 47) bestaan 'n emosionele reaksie uit die volgende komponente: 'n kognitiewe evaluasiekomponent, 'n motiveringskomponent, 'n fisiologiese opwekkingskomponent, 'n motoriese ekspressiekomponent en 'n subjektiewe gevoelskomponent.

Lewis en Michalson (1983:65) verdeel 'n emosie in die volgende komponente: die ontlokkers van 'n emosie, die reseptore van 'n emosie, die emosionele toestand, die uitdrukking van emosie en die emosionele ervaring. Genoemde outeurs beklemtoon dat alhoewel die komponente in 'n bepaalde volgorde oor tyd afspeel, die inisiëring daarvan op enige plek in die model kan begin.

Vervolgens word die komponente van 'n emosionele reaksie kortliks bespreek aan die hand van Lewis en Michalson (1983:65) om sodoende 'n beter begrip van die konsep "emosie" te verkry.

### **2.3.1 Komponente van 'n emosionele reaksie**

#### **- Die ontlokkers van emosie**

Die ontlokkers van emosie verwys na situasies of stimulus-gebeure wat 'n organisme se emosionele reseptore prikkel en sodoende 'n proses van verandering in die organisme se interne fisiologiese toestand inisieer (Lewis & Michalson, 1983:67). Hierdie ontlokkers kan ekstere of interne stimuli wees. Ekstere emosie-ontlokkers kan sosiaal van aard wees, soos die dood van 'n geliefde, of nie-sosiaal, soos byvoorbeeld 'n onplesierige dag. Interne emosie-ontlokkers wissel van veranderinge in spesifieke fisiologiese toestande tot komplekse kognitiewe prosesse.

Alhoewel die meeste teoretici saamstem met die ontlokkingskomponent van 'n emosie, is veral die presiese rol wat kognisie in die ontlokking van 'n emosie speel, 'n groot twispunt. Schachter en Singer (1962:380) is van mening dat die basis van 'n emosionele reaksie die individu se interpretasie van die emosie-ontlokkende situasie is. Hulle beklemtoon egter dat 'n toestand van fisiologiese opwekking noodwendig moet volg op hierdie kognitiewe evaluasie, alvorens die reaksie as emosioneel van aard beskou kan word.

Lazarus (1982:1019) is ook van mening dat beide die kwaliteit en intensiteit van die individu se emosionele reaksie afhang van die kognitiewe beoordeling van die huidige of geantisipeerde betekenisvolheid van die situasie in terme van sy persoonlike welstand. Kognitiewe beoordeling dra volgens hom die hoofklem in die emosionele proses en is 'n noodsaaklike en genoegsame kondisie vir emosie. Volgens Lazarus (1982:1020) het beoordeling sekere aktiwiteite hetsy fisiologies, kognitief of gedragsmatig, tot gevolg wat op hulle beurt aanpassing van die persoon by sy omgewing tot gevolg het.

#### - Die emosie-reseptore

Die emosie-reseptore is die "organismiese liggings" wat geaktiveer word deur die ontlokkers van emosie wat in die voorafgaande gedeelte bespreek is (Lewis & Michalson, 1983:170). Twee hoofreseptor-areas is relevant vir die oorsprong van emosie en word deur verskillende teorieë beklemtoon: die perifere senuweestelsel en die sentrale senuweestelsel.

Perifere teorieë beklemtoon die rol van liggaamsweefsel en ingewande wat deur die outonome senuweestelsel beheer word, in emosie. Alle subjektiewe gevoelens wat met emosie geassosieer word, word deur hierdie benadering geïgnoreer. Die grondslag van hierdie benadering is, soos reeds bespreek, deur James 1880 (Carlson & Hatfield, 1992:49) gelê, wat emosie definieer as die persepsie van hierdie perifere veranderinge soos wat dit plaasvind.

Sentrale teorieë van emosie plaas die oorsprong daarvan binne die sentrale senuweestelsel en poog om spesifieke breinstrukture en breinaktiwiteite wat by emosies betrokke is, te identifiseer. Die invloed wat die sentrale senuweestelsel op die outonome senuweestelsel

uitoefen, word ook belig. Soos reeds bespreek, is die grondlegger van die neurologiese tradisie Walter B. Cannon.

Na Cannon is die lokus van emosie verskuif na die limbiese sisteem. Volgens Papez het die konsep "emosie" beide 'n ekspressiewe komponent en 'n subjektiewe ervaringskomponent, en is verskillende breinstrukture betrokke by hierdie twee komponente (Lewis & Michalson, 1983:168). Sensoriese impulse beweeg vanaf die reseptororgane na die talamus waar dit op pad na die korteks verdeel word in drie hoofbane. Die eerste baan is verbind met verskillende strukture van die voorbrein en koördineer die bewegingspatrone van die ekspressiewe komponent. Die tweede baan is in verbinding met die laterale dele van die serebrale korteks en hanteer die denkprosesse. Die derde baan strek deur die hipotalamus tot by die mammilêre liggaam (wat deel van die hippokampus is), die anterior talamiese nukleus tot by die girus cingularis en bemiddel die subjektiewe ervaringskomponent van die emosionele reaksie (Lewis & Michalson, 1983:168).

Arnold (1961:25) is van mening dat 'n kognitief-fenomenologiese ontleding van die komponente van 'n emosie lig kan werp op die identifikasie van breinstrukture en fisiologiese bane wat bemiddel tussen die persepsie van 'n stimulus, en die ervaring en ekspressie daarvan. Volgens genoemde outeur se bevindinge, is die limbiese sisteem verantwoordelik vir die kognitiewe beoordeling van die sensoriese ervaring as "hou van" of "hou nie van nie". Voorts is die hippokampus verantwoordelik vir herroeping van vorige ervarings uit die geheue, wat die beginpunt van die aksie-impuls is. Laastens versterk die serebellum die aksiepatroon en organiseer die totale liggaam se aksies.

Delgado (1969:162) stel 'n tipe "emosie-atlas" van die brein saam waarvolgens hy die brein in drie dele verdeel. Die eerste deel toon geen emosionele effek wanneer dit elektries gestimuleer word nie. Die tweede deel behels areas wat tydens stimulasie emosionele gedrag sonder subjektiewe gevoelens tot gevolg het. Die derde behels strukture wat beide emosionele gedrag en 'n subjektiewe emosionele ervaring produseer. Op grond hiervan lei Delgado af dat daar dus nie 'n enkele breinsentrum vir elke emosie is nie, maar dat groepe strukture 'n rol speel in die integrasie van die verskillende komponente wat 'n emosie definieer (Plutchik, 1980:199).

Volgens Goleman (1996:10) is die amygdala verantwoordelik vir impulsiewe reaksies in antwoord op gebeurtenisse. Dit kan na vore kom in 'n verskeidenheid van onbeheerde emosionele reaksies. Die balans daarvoor word gevind in 'n ander deel van die brein, die linkerlob net agter die voorkop, wat verantwoordelik is vir 'n meer gepaste, korrektiewe respons. Emosies word dus hier beheer om te verseker dat die rasionele 'n invloed kan uitoefen om sodoende 'n meer effektiewe respons te verseker in 'n gegewe situasie. 'n Meer analitiese of gepaste respons word dus geformuleer. In sekere gevalle neem die amygdala dus oor en emosionele kaping vind plaas (Goleman, 1996:19).

In so 'n geval word die rasionele oorweldig deur emosie en dit is dan wanneer die linkerbreinlob se rol duidelik word. Dit plaas 'n demper op die sein wat deur die amygdala uitgestuur word en sodoende word daar van 'n emosionele vlak tot 'n rasionele vlak oorgegaan.

In die voorafgaande gedeelte is aangetoon dat die emosie-reseptore óf spesifieke strukture óf fisiologiese bane in die sentrale senuweestelsel is wat bemiddel tussen die ontlokkers van 'n emosie en spesifieke toestande. Dit kan ook 'n toestand van opwekking wees wat verband hou met perifere meganismes en die outonome senuweestelsel. Vervolgens word die emosionele toestand onder die loep geneem.

#### **- Die emosionele toestand**

'n Emosionele toestand bestaan uit 'n spesifieke groepering van veranderinge in die organisme se somatiese en/of neurofisiologiese werking wat gepaard gaan met die aktivering van die emosionele reseptore wat in die voorafgaande afdeling bespreek is.

Emosionele toestande kan volgens Lewis & Michalson (1983:74) voorkom sonder dat die individu daarvan bewus is. Dit word gekenmerk deur hoofsaaklik spesifieke, verbygaande en patroonmatige veranderinge in bestaande vlakke van fisiologiese aktiwiteite. Anders gestel is emosionele toestande liggaamsveranderinge wat biochemies, neurofisiologies en somaties van aard is en voorkom in redelik kenmerkende patrone wat tipies geassosieer word met basiese kategorieë van emosionele reaksies. Teorieë verskil grootliks oor die kwessie of spesifieke

respons-patrone geassosieer kan word met spesifieke emosies en of dit eerder primêr gaan oor 'n algemene toestand van opwekking. James (1890:449) maak byvoorbeeld die aanname dat daar vir elke spesifieke emosie 'n eksplisiete opwekkingspatroon in die vorm van spesifieke somatiese of ingewandsveranderings bestaan. Hierteenoor postuleer Schachter en Singer (1962:382) weer dat die basiese element van 'n emosionele reaksie 'n diffuse en veralgemeende vorm van fisiologiese of outonome opwekking is.

Volgens Lazarus (1982:1022) is 'n emosie 'n komplekse verskynsel wat drie hoofkomponente insluit: 'n subjektiewe affek, fisiologiese veranderings en 'n aksie-impuls. Die fisiologiese veranderings ontstaan uit die impuls om te reageer en hou verband met spesie-spesifieke vorms van mobilisering vir aanpassende gedrag.

#### **- Die uitdrukking van 'n emosie**

Die uitdrukking van 'n emosie bestaan uit die potensieel waarneembare veranderings wat in die individu voorkom ten tye van 'n emosionele ervaring (Lewis & Michalson, 1983:79). Hierdie ekspressiewe gedrag kan opgemerk word in enige of alle kanale van nie-verbale kommunikasie: gesigsuitdrukking, liggaamshouding en gebare asook stemtoon.

In die voorafgaande gedeelte is aangedui dat 'n emosionele toestand 'n groepering van veranderings in somatiese, biochemiese en/of neurofisiologiese aktiwiteite is, wat gepaard gaan met die aktivering van emosie-reseptore. 'n Emosionele ekspressie kan beskou word as die wyse waarop genoemde veranderings van die emosionele toestand manifesteer. Twee uiteenlopende sienings word in die literatuur aangetref met betrekking tot die verband tussen hierdie twee veranderlikes, en sal vervolgens kortliks belig word.

Volgens biologiese oriëntasies bestaan daar vaste neuro-muskulatoriese konneksies tussen genoemde veranderings van die emosionele toestand en die verskillende kanale van die nie-verbale ekspressie van 'n emosie. Gevolglik word emosionele ekspressie as 'n direkte gevolg van die emosionele toestand beskou. Bewyse vir die hipotese oor die bestaan van hierdie

natuurlike, biologiese konneksies is volgens Ekman (1984:44) te vinde in die oënskynlike bestaan van universele gesigsuitdrukkings oor verskillende kultuurgrense heen.

Plutchik (1980:129) huldig ook bogenoemde standpunt en postuleer dat daar agt primêre emosies bestaan, wat oorgeërfde, patroonmatige response op sekere stimuli is en wat tot uitdrukking kom in 'n wye reeks liggaamsreaksies, veral gesigsresponse. Elk van hierdie primêre emosies het sy eie unieke gesigsuitdrukking, wat universeel by die mens is.

In teenstelling met bogenoemde biologiese oriëntasies, is teoretici soos Lewis en Michalson (1983:128) van mening dat emosionele ekspressie en emosionele toestande nie noodwendig isomorfies is nie. Genoemde outeurs gebruik die konsep "sosialisering" om aan te dui dat ekspressiewe gedrag nie noodwendig in 'n een-tot-een verhouding met die organisme se emosionele toestand staan nie. Alhoewel kanale vir die ekspressie van emosie op biologiese wyse gekoppel is aan emosionele toestande, leer die individu deur middel van sosialisering hoe en waar om aan emosie uiting te gee.

#### - **Die emosionele ervaring**

Emosionele ervaring verwys na 'n individu se bewuste of onbewuste persepsie, interpretasie en evaluasie van die emosionele situasie, sy eie emosionele toestand, die owerste ekspressie daarvan asook ander se reaksies daarop. Bogenoemde begripsomscriwing van die emosionele ervaring beklemtoon volgens Lewis en Michalson (1983:132) die kardinale rol wat kognitiewe prosessering in die konsep speel.

Schachter en Singer (1962:385) verwys ook na die rol van kognitiewe prosesse in die evaluasie en herkenning van 'n emosionele toestand. In teenstelling met James (1890:449) postuleer hierdie outeurs egter dat die fisiologiese veranderings wat met 'n emosionele reaksie gepaard gaan nie spesifiek is nie, maar eerder 'n algemene toestand van opwekking is wat dieselfde is vir alle emosies. Die individu kan dus nie op grond hiervan tussen emosionele toestande onderskei nie, maar maak gebruik van eksterne leidrade soos kennis van die situasie asook ander se sosiale gedrag om die emosionele ervaring letterlik te "skep".

In die voorafgaande gedeelte is aangedui dat die individu verskeie kognitiewe prosesse gebruik in die waarneming, evaluasie en interpretasie van die komponente van 'n emosionele reaksie. Hiermee word die komponensiele bespreking van emosie afgesluit. In die bespreking wat volg, sal die funksionele waarde van emosie in die algemeen en hierdie komponente in die besonder, kortliks belig word.

### **2.3.2 Die funksies van emosie**

In terme van die funksies van emosie wil dit voorkom asof daar in die literatuur hoofsaaklik twee uiteenlopende tradisies bestaan (Mayer, DiPaolo & Salovey, 1990:773). Een tradisie beskou emosie en logiese denke as strydig met mekaar. Volgens hierdie tradisie is emosie onderbrekend en misleidend en meng dit in met die individu se pogings om in sy alledaagse bestaan rasioneel te funksioneer. Young (1949:185) beskou 'n emosie as 'n gedisorganiseerde en disorganiserende respons. Voorts word die 'suiwerste' emosies volgens hierdie outeur gekenmerk deur die verlies van serebrale kontrole en bewuste doelwitte asook die ontwrigting en onderbreking van gedrag.

Die opponerende tradisie beskou emosies as primêr aanpassende en motiverende meganismes en huldig die standpunt dat emosies deel is van en selfs effektief bydra tot logiese denke en intelligensie in die algemeen (Leeper, 1948:55). Vanuit hierdie tradisie word die biologiese aanpassende en sielkundig konstruktiewe funksies van emosie, asook die belangrike rol wat dit in sosiale interaksie, persoonlikheidsfunksionering, die bereiking van doelwitte en selfs kognitiewe prosessering speel, beklemtoon (Thompson, 1990:15). Volgens Malatesta (1990:21) is emosies deel van 'n evolusionêr aangepaste gedragsstelsel wat beide die spesie en individu se oorlewing bevorder.

Volgens Scherer (1984:76) is emosies die tussenspel tussen 'n organisme en sy wisselende omgewing. Emosies bemiddel tussen situasies in die omgewing wat gedurig verander en die individu se gedragsresponse en het dus 'n belangrike aanpassingsfunksie vir die individu. Drie funksionele aspekte kan in hierdie aanpassingsproses geïdentifiseer word en sal vervolgens kortliks bespreek word.

### **- Evaluasie van die omgewing**

In terme van die evolusionêre geskiedenis van lewende organismes, kan dit gestel word dat die buigsaamheid van 'n organisme se gedragaanpassing by sy omgewing, grootliks te danke is aan sy emosionele sisteem (Carlson & Haffield, 1992:48). Namate hoër spesies ontwikkel, ontstaan die behoefte aan toenemend komplekse inligtingsprosessering asook 'n meer buigsame en uitgebreide gedragsrepertoire. Ten einde aan hierdie behoeftes te voldoen, benodig die organisme 'n meganisme wat hom in staat stel om sy gedrag genoegsaam aan te pas by veranderende interne asook eksterne stimuli. Die emosionele proses dien as meganisme om hierdie doel te bereik. Outeurs soos Lazarus (1982:1022) en Scherer (1984:76) stel dit gevolglik dat een van die hoof funksies van emosies die gedurige evaluasie is van eksterne en interne stimuli in terme van die relevansie daarvan vir die organisme se behoeftes, planne en voorkeure in spesifieke situasies.

### **- Voorbereiding van die individu**

Emosies bevorder aanpassing deurdat dit die individu voorberei op sowel psigologiese as fisiologiese aksies, ten einde hom in staat te stel om veranderende interne sowel as eksterne stimuli te hanteer (Scherer, 1984:77). Hierdie funksie kan ook beskou word as sisteem-regulerend van aard en kan toegeskryf word aan die emosie-reseptore, wat as tussengangers optree tussen die ontlokkers van emosie en die liggaamsveranderinge wat intree tydens die emosionele toestand. Laasgenoemde liggaamsveranderinge het egter ook 'n voorbereidende funksie, aangesien dit die organisme mobiliseer om tot een of ander vorm van aksie oor te gaan (Lazarus, 1982:1022).

### **- Kommunikasie van inhoude**

Reaksies, gevoelstoestande en voornemens word tydens die emosionele proses deur die organismes aan die sosiale omgewing gekommunikeer (Scherer, 1984:79). Die motoriese ekspressiekomponent van emosie maak dit vir die organisme moontlik om beide sy reaksie en gedragsintensie aan die sosiale omgewing te kommunikeer. Die waarde hiervan is tweeledig. Eerstens stel dit ander in die sosiale omgewing in staat om die individu se moontlike reaksie te



voorspel en dienooreenkomstig te beplan en op te tree. Tweedens voorsien dit terugvoer aan die individu oor die moontlike reaksie wat sy beplande emosionele ekspressie by ander in die sosiale omgewing kan ontlok. Hierdie kardinale rol wat emosionele kommunikasie in sosiale gedrag speel, is reeds deur Darwin (1965) aangedui (Carlson & Hatfield, 1992:48).

In die voorafgaande gedeelte is daar gefokus op die konsep “emosie” ten einde die konteks te skep waarbinne die konsep “emosionele intelligensie” bespreek sal word. Daar is aangedui dat die konsep “emosie” sinvol beskou kan word as bestaande uit verskeie komponente en dat teoretici grootliks verskil met betrekking tot die betekenis en prominensie wat hulle aan hierdie komponente toeskryf. Laastens is die funksionele waarde van hierdie komponente belig in terme van die fundamentele aanpassingswaarde wat emosionele reaksies vir die oorlewingstryd van die individu het.

Teen die agtergrond van die voorafgaande bespreking van emosie, sal daar vervolgens gekyk word na sekere primêre emosies en moontlike probleme wat die adolescent kan ondervind weens emosionele onstabiliteit.

#### **2.4 Primêre emosies**

Navorsers verskil in hul siening van primêre emosies. Hul lys van emosies hang gewoonlik nou saam met hul navorsingsgebied of fokus. Chinese dokters het geglo mense ervaar vier basiese emosies naamlik woede, hartseer, geluk en angs. Hulle het verder geglo dat die emosies hul oorsprong in die lewer, niere, hart en longe het (Carlson & Hatfield, 1992:13). Volgens Mayer (2001) is sommige emosies biologies georiënteerd terwyl ander meer kompleks is en verband hou met kognisie en denke.

Goleman (1996:289) sien woede, hartseer, angs, geluk, liefde, verrassing, teleurstelling en vernedering as primêre emosies. Ekman en Friesen (2001) identifiseer geluk, hartseer, verrassing, teleurstelling, woede en angs as primêre emosies. Volgens Jensen (2001) is die volgende vyf emosies van belang: liefde, skuldgevoelens, haat, geluk en woede. Gil (2001) sien die primêre emosies as angs, woede, vrees, hartseer, liefde en geluk. Fischer, Shaver en

Carnochan (1990) verdeel emosies in twee positiewe emosies (liefde en geluk) en drie negatiewe emosies (woede, hartseer en angs).

Dit is dus duidelik dat daar verskillende sieninge is oor primêre emosies. Daar is ook verskeie sieninge ten opsigte van die klassifisering van positiewe en negatiewe emosies. Volgens verskeie navorsers kan emosie beide positief of negatief wees (Carlson & Hatfield, 1992:16). Angs kan byvoorbeeld 'n besigheidspersoon se lewe verontrief as hy bang is om te vlieg, maar terselfdertyd 'n student motiveer om te leer omdat hy bang is hy gaan nie slaag nie.

Steinberg (2001) sien sleutelemosies as: teleurstelling, vrees en die soeke na eie selfwaarde. Volgens genoemde outeur soek ons liefde, maar liefde is net daar om ons vraag na eie selfwaarde te bevestig. As 'n individu nie aanvaar word of erkenning kry nie, voel hy teleurgesteld. Steinberg (2001) postuleer verder dat negatiewe gedrag die gevolg is van 'n negatiewe eie selfwaarde.

Dit is dus duidelik dat primêre emosies nie beperk kan word tot 'n sekere aantal of in 'n sekere kategorie groepeer kan word nie. Wat wel na vore kom, is dat dieselfde emosie 'n positiewe of negatiewe invloed op die individu kan hê. Veral by die adolessent kan teenstrydige emosies aanleiding gee tot emosionele onstabieliteit. Vervolgens word daar gekyk na emosionele onstabieliteit by die adolessent.

## **2.5 Emosionele onstabieliteit**

Die adolessent is vandag meer emosioneel onstabiel as sy voorgangers. Goleman (1996:13) stel dit as volg: "Perhaps the most disturbing single piece of data in this book comes from a massive survey of parents and teachers and shows a worldwide trend for the present generation of children to be more troubled emotionally than the last: more lonely and depressed, more angry and unruly, more nervous and prone to worry, more impulsive and aggressive".

Die redes hiervoor is legio:

- daar is 'n algemene toename in druk van buite op te presteer. Die media stel dit duidelik: slegs die wenner sal oorleef,
- met die toename in egskeidings, is daar soveel meer kinders wat grootword met die verwyte dat hulle die oorsaak is dat hulle ouers nie meer bymekaar is nie. Die emosionele pyn wat dit veroorsaak in die vroeë lewe van 'n kind is moeilik omkeerbaar,
- die behoefte om aanvaarding deur hul portuurgroep ontsenu jongmense verder. Hulle moet die fisieke verandering in hul liggame wat puberteit meebring hanteer, besluit waar hulle inpas in die lewe en dan boonop aanvaar word deur hulle maats. Word hulle deur die groep verwerp, ly die selfbeeld daaronder.

Genoemde redes gee aanleiding tot sekere psigologiese probleme wat die adolessent se lewe negatief beïnvloed. Volgens Goleman (1996:334) het soveel as 1 uit elke 5 kinders psigologiese probleme, wat hul lewe op die een of ander wyse affekteer.

Bogenoemde probleme sluit onder andere in: dieetsiektes, alkohol- en dwelmmisbruik (by die meeste alkohol- en dwelmmisbruikers kan die begin van hul verslawing nagespoor word tot hul tienerjare (Goleman, 1996:253)), rebelsheid, prikkelbaarheid, ongewone modes, beoefening van voorhuwelikse seks. (Volgens Goleman (1996:333) het 'n opname onder jong meisies getoon dat meer as 'n derde van hulle weens groepsdruk besluit het om tydens hul adolessente jare seks te hê) en depressie. In die ergste vorm kom daar jaarliks talle gevalle van selfmoord voor onder tieners. Vanaf 1965—1987 het selfmoord onder veral adolessente verdriedubbel en is hulle die grootste groep wat 'n gevaar loop om vermoor te word (Friel 2001).

Goleman (1996:13) beskou hierdie aangeleentheid soos volg: "The following hazards await those who, in growing to maturity, fail to master the emotional realm - how deficiencies in emotional intelligence heighten a spectrum of risks, from depression or a life of violence to eating disorders and drug abuse".

Die bogenoemde dui moontlik op uiterste gevalle. Dit verander egter nie die behoefte aan 'n oplossing nie. Selfs by die gemiddelde, skynbaar gebalanseerde jongmens, is daar dikwels gevoelens van onsekerheid en selftwyfel, en 'n behoefte aan aanvaarding.

Die onderliggende rede vir al bogenoemde is dat ouers nie hul kinders reg voorberei vir die lewe nie. Goleman (1996:13) som die belangrikheid daarvan soos volg op: "The emotional lessons we learn as children at home and at school shape the emotional circuits, making us more adept - or inept - at the basics of emotional intelligence. This means that childhood and adolescence are critical for setting down the essential emotional habits that will govern our lives... If there is a remedy, I feel it must lie in how we prepare our young for life. At present we leave the emotional education of our children to chance".

Goleman (1996:13) stel voor dat die oplossing geleë is in die begrip "emosionele intelligensie", wat hy soos volg definieer: "Being able ... to rein in emotional impulse".

Emosionele intelligensie is direk afhanklik van neurologiese data wat deur die brein gegenereer word. Daarin lê die geleentheid om kinders se emosionele gewoontes te brei, deur reeds van vroeg af korrekte boodskappe aan hulle deur te gee. Die bewussyn sal hierdie boodskappe deurgee aan die onderbewussyn, en so sal dit vroeg reeds deel word van hulle.

## **2.6 Samevatting**

Die doel met die hoofstuk was om die begrip "emosie" te definieer, verskeie teorieë oor emosies te bestudeer, komponente van 'n emosionele reaksie en die fisiologie van emosie vanuit die uiteenlopende teoretiese benaderings te bestudeer, aangesien die komponente belangrik is by emosionele leierskap. Die bespreking van emosie is afgesluit vanuit 'n funksionele perspektief, met verwysing na moontlike primêre emosies en probleme by die adolessent wat geassosieer kan word met emosies, om sodoende aan te toon dat emosionele leierskap moontlik en noodsaaklik is.

Na aanleiding van bogenoemde doel, het die volgende na vore gekom.

- Die bestudering van emosies het reeds meer as honderd jaar gelede begin. Verskeie teorieë het met die verloop van tyd ontstaan. Die meeste teorieë rakende emosies het ontstaan uit

een van die vier teorieë of tradisies. Die vier historiese hooftradisies in die bestudering van emosie is die Evolusionêre Tradisie van Charles Darwin, die Psigofisiologiese Tradisie van William James, die Neurologiese Tradisie van Walter B. Cannon en Sigmund Freud se Dinamiese Tradisie.

- Uit bogenoemde bespreking was dit dus duidelik dat navorsers emosie verskillend definieer. Daar is biologies-georiënteerde navorsers wie se bevindinge rakende emosies berus op 'n eenvoudige biologiese status of elektro-chemiese reaksies. Verskeie psigoloë sien emosie as 'n bewuste ervaring. Die meeste navorsers sien emosie as 'n gekoördineerde responsstelsel, wat gepaard gaan met 'n sekere biologiese ervaring en kognitiewe status wat spontaan plaasvind. Emosies is op verskillende vlakke inwerkend en het 'n fisiese sowel as psigologiese komponent.
- Daar is aangedui dat die konsep "emosie" sinvol beskou kan word as bestaande uit verskeie komponente en dat teoretici grootliks verskil met betrekking tot die betekenis en prominensie wat hulle aan hierdie komponente toeskryf. Die volgende kan as die mees oorkoepelende komponente beskou word: die ontlokkers van 'n emosie, die reseptore van 'n emosie, die emosionele toestand, die uitdrukking van emosie en die emosionele ervaring. Die verskillende komponente sluit dan ook belangrike fisiologiese aspekte soos die brein en perifere sensoriese stelsel in. Daar is dus gefokus op die konsep "emosie" ten einde die konteks te skep waarbinne die konsep "emosionele intelligensie" bespreek sal word.
- Die funksionele waarde van hierdie komponente is belangrik in terme van die fundamentele aanpassingswaarde wat emosionele reaksies vir die oorlewingstryd van die individu het.
- Navorsers verskil in hul siening van primêre emosies. Hul lys van emosies hang gewoonlik nou saam met hul navorsingsgebied of fokus. Daar is ook verskeie sieninge ten opsigte van die klassifisering van positiewe en negatiewe emosies. Dieselfde emosie kan 'n positiewe of negatiewe invloed op die individu hê.
- By die adolessent kan teenstrydige emosies aanleiding gee tot emosionele onstabielheid. Enkele probleme wat weens emosionele onstabielheid ontstaan, sluit onder andere dieetsiektes, alkohol- en dwelmmisbruik, rebelsheid, prikkelbaarheid, ongewone modes, beoefening van voorhuwelikse seks en depressie in.

Emosies is dus 'n persoon se reaksie op die wêreld rondom hom. Dit is 'n kombinasie van sy denke, gevoelens en aksies. Die moontlikheid en/of noodsaaklikheid van emosionele leierskap is dus teenwoordig.

In hoofstuk drie word die konsep “emosionele en persoonlike leierskap” belig en sal daar gefokus word op persoonlike leierskap(PL)- kwaliteite wat 'n bydrae kan lewer tot die emosionele leierskap(EL) van die adolessent.



## HOOFSTUK 3

### DIE BYDRAE VAN PERSOONLIKE LEIERSKAP TOT DIE EMOSIONELE LEIERSKAP VAN DIE ADOLESSENT.

#### **3.1 Probleem en doel**

Daar is in hoofstuk 1 aangetoon dat die adolessent dikwels heimwee, verlange, 'n gevoel van verworpenheid en verontregting ervaar, wat hom depressief en hulpeloos laat voel. Die adolessent beleef maklik dat hy misluk en skryf foute wat hy maak daaraan toe dat hy sleg is. Die eenvoudige en ongekompliseerde emosionele lewe van die kleiner kind maak plek vir 'n ingewikkelde en verikkelde gevoelslewe. Die adolessent ervaar probleme met sy emosies en kan dit lei tot selfmoord, misbruik van alkohol en dwelms, geweld, ens.

Verder is daar in hoofstuk 2 aangetoon dat emosies 'n komplekse verskynsel is wat sigself baie gedifferensieerd, veranderlik en tog geïntegreerd vertoon.

Soos gesien in hoofstuk 2, is die emosie-studieveld vanaf die 1960's gekenmerk deur grootskaalse teoriebou en konsepsuele onsekerheid. Ten spyte van die talle wyduiteenlopende teoretiese benaderings tot emosies, heers daar wel konsensus oor die feit dat die emosionele reaksie kompleks en multidimensioneel van aard is, en dat dit die sinvolste vanuit 'n komponensiële oogpunt beskou kan word.

Deur 'n komponensiële benadering tot die konsep "emosie" word die bestudering daarvan in 'n sekere mate vergemaklik. Die omvattendste indeling blyk die volgende komponente te omvat: emosie-ontlokkers, emosie-reseptore, die emosionele toestand, die ekspressie van emosie en laastens die emosionele ervaring.

Daar is twee uiteenlopende tradisies rakende die funksionele waarde van emosies identifiseerbaar. Volgens die eerste tradisie belemmer en ontwig emosie die individu se doelwitte en rasionele funksionering. Hierteenoor beskou die opponerende tradisie emosies as motiverende meganismes wat kan bydra tot die individu se logiese denke. Die konsep "emosionele leierskap"

het ontstaan vanuit hierdie tradisie, wat die aanpassende en sielkundig konstruktiewe funksies van emosie beklemtoon. Drie aspekte van die aanpassingsfunksie wat emosies vir individu inhou is van belang, naamlik die evaluasie van die omgewing, die voorbereiding van die individu op aksie en laastens die kommunikasiewaarde van emosies.

Emosionele leierskap sluit in die individu se vermoë om sy eie asook ander se emosies te monitor, die vermoë om te onderskei tussen verskillende emosies asook die vermoë om hierdie inligting te gebruik om sy denke en gedrag te rig.

Soos reeds gesien, kan teenstrydige emosies aanleiding gee tot emosionele onstabieliteit by die adolessent. Emosies, soos gesien in hoofstuk 2 is direk afhanklik van neurologiese data wat deur die brein gegenereer word. Daarin lê die geleentheid om kinders se emosionele gewoontes te brei, deur reeds van vroeg af korrekte boodskappe aan hulle deur te gee. Die bewussyn sal hierdie boodskappe deurgee aan die onderbewussyn, en so sal dit vroeg reeds deel word van hulle.

Persoonlike leierskap is essensieel in hierdie proses. Kinders moet van kleins af geleer word om hulself te aanvaar. Volgens Covey (1994:48-52) moet 'n persoon beweeg van afhanklikheid na onafhanklikheid ten einde effektief te wees in sy persoonlike lewe en dus persoonlike oorwinning te behaal.

Die doel met hoofstuk 3 is om eerstens die konsepte "emosionele en persoonlike leierskap" te belig om sodoende 'n beter begrip van die konsepte te verkry. Tweedens word daar gefokus op die persoonlike leierskap (PL)-kwaliteite wat 'n potensiële bydrae kan lewer tot die emosionele leierskap(EL) van die adolessent. Laastens word die EL-domeine wat deur PL-kwaliteite beïnvloed word, bespreek.

### **3.2 Die konsep emosionele leierskap (EL)**

Steinberg (2001) sien EL as 'n kombinasie van selfkennis, eie keuse en die gee van jouself. Dit behels dus die individu se bewuswording van die patrone en meganismes van sy gedagtes, gevoelens en optrede. Hierdie patrone kan dan gerig word op bewuste responskeuses wat aansluit by die individu se toekomsvisie. Die keuses moet in ooreenstemming wees met die interafhanklike wêreld om sodoende betekenis aan die individu se lewe te gee.



Steiner (2001) sien EL as die individu se vermoë om die aard en intensiteit van die emosie wat hy ervaar te herken, om die emosies in ander waar te neem en om 'n liefde-gesentreerde vermoë te hê om sy gevoelens te betuel om sodoende die lewenskwaliteit van mense om hom te bevorder.

Volgens Coleman (2001) is EL die individu se vermoë om emosies in homself en ander te herken, om homself te motiveer en om emosies in homself en onderlinge verhoudings te bestuur.

EL kan beskou word as 'n tipe intelligensie wat die individu in staat stel om sy eie asook ander se emosies te monitor, die vermoë om te onderskei tussen verskillende emosies en om hierdie inligting te gebruik om sy denke en gedrag te rig (Salovey en Mayer, 1990:189). EL is 'n metavermoë wat mede-bepaal in watter mate die mens sy potensiaal en vaardighede kan benut. Die emosionele leier neem sy emosies akkuraat waar. Hy het 'n geïntegreerde en gesofistikeerde benadering tot die regulering van sy emosies ten einde belangrike doelwitte te bereik. Voorts is hy bewus van sy eie gevoelens asook dié van ander. Hy is oop vir positiewe sowel as negatiewe aspekte van sy emosionele ervarings en is daartoe in staat om sy emosies te herken en, wanneer nodig, te kommunikeer.



Dit spreek dus vanself dat emosionele leierskap 'n multidimensionele konsep is, wat uit verskeie vermoëns bestaan. Vervolgens word die konsep persoonlike leierskap gedefinieer.

### **3.3 Die konsep persoonlike leierskap (PL)**

Persoonlike leierskap volgens Covey (1994:42) is "a principle-centered, character-based, 'inside-out' approach to personal and interpersonal effectiveness,". Russell (1996:39) sien PL as die vermoë om 'n visie te skep, 'n strategie te ontwikkel en die nodige energie daar te stel om 'n persoonlike doel te bereik.

PL kan gesien word as konstante groei op alle vlakke van menswees. Die aanname kan dus gemaak word dat 'n persoonlike leier weet waar hy nou staan en weet waarheen hy op pad is. PL help 'n persoon om te besef wie hy werklik is.

'n Adolessent wat as 'n persoonlike leier gesien word, is dus 'n individu wat weet wie hy is, waarheen hy op pad is en hoe hy sy doel gaan bereik. Die aanname kan dus gemaak word dat so 'n persoon emosioneel stabiel en gemotiveerd sal wees.

Uit bogenoemde definisies blyk dit dat PL definitiewe raakpunte met EL het. Van die EL-domeine wat verband hou met PL is die individu se vermoë om:

- sy eie emosies te herken,
- sy eie emosies te bestuur en te beheer, en
- homself te motiveer.

Vervolgens word PL-kwaliteite bespreek wat 'n bydrae kan lewer tot die EL van die adolessent.

### **3.4 PL-kwaliteite wat 'n bydrae kan lewer tot die EL van die adolessent**

Die adolessent ontwikkel in 'n veranderingsgeoriënteerde samelewing waarin vinnige tegnologiese en sosiale veranderinge, asook diskontinuiteite ten opsigte van rolle, gedragsnorme en waardes voorkom (Louw,1990:395). Hy word gedurig voor bepaalde keuses gestel wat sy lewe kan beïnvloed. PL berus op die bereiking van 'n individu se volle potensiaal deur voortdurende groei en verandering. PL gaan dus gepaard met proaktiewe optredes en keuses, 'n "inside-out" beginsel, "selfawareness" wat gepaard gaan met goeie selfkennis, duidelike waardes en 'n missie, asook die vermoë tot 'n paradigmaskuif.

Vervolgens word bogenoemde elemente belig om sodoende hul bydrae tot EL uit te lig.

#### ***3.4.1 Die persoonlike leier en proaktiewe gedrag / keuses***

Die persoonlike leier is proaktief. Hy aanvaar dus verantwoordelikheid. Proaktiewe individue weet hul gedrag is 'n produk van hul eie bewuste keuses wat gegrond is op hul waardes en nie op hul gevoelens nie (Covey,1994:71). Persoonlike keuse is 'n bestanddeel van verantwoordelikheid. Volgens Knaus (1994:47) kan mense keuses in hulle lewe maak.

Hierdie keuses gaan egter gepaard met die verantwoordelikheid om dit tot uitvoering te bring. Knaus (1994:47) is van mening dat mense kan verander omdat hulle persoonlike keuses in die

lewe het. Proaktiewe keuses vereis verantwoordelikheid vir verandering en gedrag wat daaruit voortspruit (Van Fleet, 1992:8). Sonder persoonlike verantwoordelikheid verval 'n mens in 'n blameringsparadigma waar eksterne bronne vir die veranderingsproses bemagtig word (Allenbaugh, 1998:59). Blaming veroorsaak dat mense die verantwoordelikheid vir verandering probeer vermy deur te verwag dat ander mense of hulle omstandighede eerste moet verander. Verandering verg tyd en inspanning. Daarom moet 'n persoon daardie verantwoordelikheid kan aankweek om die verandering deur te voer.

Deur sy proaktiewe keuses en gedrag beïnvloed die persoonlike leier mense rondom hom. 'n Reaktiewe persoon blameer mense rondom hom vir al sy foute. 'n Proaktiewe keuse is egter net moontlik indien "self-awareness" by die individu teenwoordig is. "Self-awareness" is die eerste unieke menslike gawe wat dit vir die mens moontlik maak om 'n vryheid van keuse uit te oefen (Covey, 1994:68).

#### **3.4.2 Self-awareness (Selfbewussyn)**

Volgens Covey (1994:67) is dit die vermoë om bewus en ingelig te wees m.b.t die individu se gevoelens, denke, gedrag, keuses en verantwoordelikhede, met die doel om die kwaliteit van sy lewe te verhoog. Soos reeds genoem, is dit die eerste unieke menslike gawe, wat vryheid van keuse vir die mens moontlik maak. Sonder "self-awareness" is dit dus nie moontlik om 'n ander respons op 'n bepaalde stimulus uit te oefen nie; groei en verandering is dus onmoontlik. Die individu mag egter onder die indruk wees dat hy wel sy eie respons gekies het, terwyl hy in werklikheid steeds besig is om sy kondisionering uit te leef.

Slegs deur hierdie bewuswording kan mense verandering inisieer. Huxley in Pitman (1991 :96) beskryf selfbewussyn soos volg: "Self-knowledge is an essential preliminary to self-change". Smith (1994:157) is van mening dat bewuswording die eerste stap is om foutiewe oortuigings te verander. Schutz in Allenbaugh (1998:53) beweer: "Increased self-awareness begins with a commitment to look inside". Sonder bewustheid van probleme kan mense nooit gemotiveer word om te verander of oplossings te vind nie. Volgens Allenbaugh (1998:75) bestaan verandering uit drie belangrike stappe, naamlik selfbewussyn, die neem van 'n aksie en uiteindelik aktualisering. Die selfbewussyn van 'n persoonlike leier speel veral by die ontlokkers, reseptore en ekspressie

van emosie 'n rol (hoofstuk 2). "Self-awareness" hou verband met 'n persoonlike leier se selfkennis. Vervolgens word selfkennis as 'n PL-kwaliteit bespreek.

### **3.4.3 Selfkennis**

Een van die belangrikste aspekte wat 'n rol speel by die persoonlike leier is goeie selfkennis. Knaus (1994:24) som dit soos volg op: "If I am the author of my dreams, I am also the author of my most beleaguering daytime thoughts. As author I can change the script."

Selfkennis het 'n belangrike invloed op die gehalte van die persoonlike leier se innerlike verandering. 'n Individu se selfkennis is nie staties nie, maar word beïnvloed deur sy gemoedstoestand, omstandighede, ensovoorts (Knaus, 1994:30). 'n Individu met 'n redelike stabiele selfkonsep pas makliker by verandering aan. Iemand met 'n negatiewe selfkonsep skop teen verandering omdat hy bang is vir mislukking. Volgens hierdie individue is sukses te danke aan geluk. Knaus (1994:24) gaan verder deur te redeneer dat 'n gesonde selfkennis 'n belangrike kwaliteit is vir interne verandering. Mense se selfkennis is egter nie staties nie, maar verander voortdurend op grond van gevoelens en omstandighede. 'n Persoon met swak selfkennis sal egter weerstand teen verandering bied (Knaus, 1994:25). Die persoonlike leier toon 'n gesonde selfkennis en is bewus van die invloed daarvan op sy lewe. Hy streef na 'n positiewe selfkonsep wat die volgende insluit:

- frustrasietoleransie;
- positiewe selfbeeld;
- selfaanvaarding;
- selfbeheer en effektiwiteit.

Die daarstelling van 'n gesonde selfkennis begin dus met 'n bewuswording van dit wat die individu wil ontwikkel. Hierdie fase word gevolg deur 'n self-beheerde aksie, wat lei tot assimilasië, aanvaarding en aktualisering van die self. Die emosionele ervaring soos in hoofstuk 2 bespreek, sluit hierby aan.

Nog 'n faset wat verband hou met die individu se "self-awareness" en selfkennis, is Covey se "inside-out" beginsel. Hiervolgens moet 'n individu eers bewus word van dit wat binne homself is, alvorens hy na die omgewing buite beweeg (Covey, 1994:43). Die beginsel is 'n proses van kontinue groei wat gebaseer is op menslike vooruitgang. Die beginsel behels dat die individu eers na homself kyk alvorens hy in mense rondom hom begin soek vir antwoorde. Die individu moet dus leer om negatiewe aspekte in homself te ontdek en te beheer eerder as om ander te blameer. Al die PL-kwaliteite is interafhanklik van mekaar. So is daar dan ook raakpunte met tussen kwaliteite wat reeds bespreek is en die waardes en missie van die persoonlike leier.

#### **3.4.4 Waardes en missie**

"Self-awareness" hou ook verband met die individu se waardes. Die individu moet insig kry in dit wat vir hom werklik belangrik is. Sodoende kan hierdie "self-awareness" hom help om konflikte te hanteer en, dien dit dus ook as 'n interne gids. Om regtig te weet waartoe hy in staat is, moet hy weet waarvoor hy staan, wat sy vaardighede is en waarmee hy gemaklik voel.

Kouzes (1991:60) sien waardes as "an enduring belief that a specific mode of conduct or end-state of existence is personally or socially preferable to an opposite or converse mode of conduct or end state of existence". Waardes en 'n deurdagte missie is belangrik vir die persoonlike leier want dit:

- evalueer sy aksies en oortuigings;
- help hom om sy doel na te streef;
- help hom om sy lewe te beheer en te reguleer;
- help met die maak van keuses en oplos van probleme;
- motiveer hom om sy energie op sy doel te konsentreer.

Millman (1998:34) is van mening dat as mense weet wat hulle doel in die lewe is, die volle krag van hulle wil vrygelaat sal word. Ten einde sukses te bereik, moet onmiddellike aksiestappe gedoen word om verandering te bewerkstellig. Millman (1998:31) stel dit soos volg: "...turning what you know into what you do." Millman (1998:34) beskryf wilskrag, waardes en 'n duidelike missie as ondersteuningsbronne wat mense tydens die veranderingsproses deur die kenmerkende struikelblokke, twyfel en onsekerheid dra. Dit stel die persoonlike leier in staat om die pad na

selfverwesenliking te bereik. Mense met 'n brandende begeerte om sukses te behaal en doelwitte te verwesenlik, sal ten spyte van moeilike omstandighede, gebreke of struikelblokke daartoe in staat wees (Russell, 1996:35). Soos gesien in hoofstuk 2, kan emosies as primêr aanpassende en motiverende meganismes beskou word. Die aanname kan dus gemaak word dat 'n individu se waardes en missie 'n invloed op sy emosies kan uitoefen.

Die persoonlike leier se selfkennis hou verband met sy paradigmas. Elke individu het bepaalde paradigmas wat as 'n verwysingsraamwerk dien van die betekenis van bepaalde situasies en gebeure en hoe om daarin op te tree. Die individu moet dus bewus wees van die mate van invloed wat sy selfkennis kan hê op die inisiëring van 'n paradigmaskuif.

#### **3.4.5 Die inisiëring en vermoë tot 'n paradigmaskuif**

Paradigmas is subjektief omdat dit eie aan 'n persoon is. Paradigmas is dus die persoonlike leier se beskouing van die wêreld, mense, idees, perspektiewe en probleme asook oplossings en metodologieë vir probleme. Paradigmas kry gestalte deur ervaring, opvoeding, opleiding en kondisionering. Die wêreldbeskouing is gewoonlik so sterk in die adolessent dat hy enige iets wat daarvan verskil, sal verwerp (Gibbs, 1998:49). 'n Verkeerde oortuigingsstelsel kan die individu van sy volle potensiaal weerhou. So kan 'n persoon die slagoffer van dieetsiektes ensovoorts word. Omdat paradigmas so 'n kragtige invloed op 'n individu se lewe het, moet hy oor die vermoë beskik om sy paradigmas te verander. Die vermoë is deel van PL.

'n Paradigma is volgens Covey (1994:23) 'n teorie, persepsie, afleiding of verwysingsraamwerk oor 'n bepaalde saak. Ferguson (1980:26) beskryf 'n paradigma as 'n denkraamwerk wat sekere aspekte van die werklikheid op 'n sekere manier verstaan en verduidelik. Paradigmas word deur opvoeding en kondisionering gevorm wat weer 'n invloed op die oortuigings van mense het (Covey, 1994:67).

Paradigmas beïnvloed mense se lewe selfs sonder bewuste denkprosesse en is 'n outomatiese en onbewustelike gebeurtenis (Gibbs, 1998:52). As gevolg hiervan reageer mense outomaties in bepaalde situasies sonder om te dink en het hulle dikwels bepaalde gevoelens en houdings wat

hulle nie kan verklaar nie. Helmstetter (1998:99) skryf hierdie outomatiese reaksie toe aan die brein wat elke gebeurtenis probeer interpreteer deur inagneming van vorige gebeurtenisse.

Negatiewe oortuigings weerhou die individu van sukses, want dit veroorsaak dat hy valse idees het oor wat hy dink die waarheid is (Gibbs,1998:61). Kehoe (1987:57) is van mening dat die onderbewuste negatiewe en beperkende oortuigings as die waarheid aanvaar. Die menslike brein sal die persepsie van die waarheid verdraai om te verseker dat dit met die oortuiging ooreenstem (Kehoe, 1987:59).

Maxwell (1993:101) beweer dat mense se denke deur negatiewe patrone beïnvloed word. Posen (1998:40) is dit eens dat negatiewe denke die stresvolheid wat met verandering gepaard gaan, verhoog en die aanpassing daarby bemoeilik. Sonder optrede of handeling van die adolessent, bly die invloed en werking van paradigmas onsigbaar. Die adolessent demonstreer sy persepsie en oortuigings van 'n bepaalde paradigma deur 'n fisiese handeling. Hierdie handeling het altyd bepaalde resultate.



'n Paradigmaskuif skep geleentheid vir kragtige verandering (Covey,1994:30). Tydens 'n paradigmatuif word 'n situasie eerstens op 'n ander manier gesien. Hierdie veranderde persepsie gee aanleiding tot 'n veranderde manier van dink. As gevolg van gewysigde denke, voel die individu anders en tree hy anders op.

Deur oortuigings te verander kan mense hul lewe positief verander na persoonlike vervulling en die bereiking van hul potensiaal (Marsh,1997:244). Genoemde outeur is van mening dat oortuigings wel verander, aangepas, of gewysig kan word, omdat oortuigings deur die mens beheer word.

Volgens Posen (1998:41) kan die individu nie kies wat met hom gebeur nie, maar wel hoe hy daarvoor dink. Positiewe gedagtes gee energie en is ondersteunend van aard (Posen, 1998:42). Volgens Heath (1998:108) moet mense elke negatiewe gedagte wat hulle koester na 'n positiewe

gedagte verander. Sodoende sal die hele denkproses gekondisioneer word met denke wat optimale doelwitbereiking bevorder. Volgens Ellis (1995:557) beïnvloed denke bepaalde situasies, houdings en gevoelens. Hy is van mening dat mense hul eie emosionele afwykings skep deur hulle gedagte-patrone.

Ten einde gedrag permanent te verander, moet nuwe oortuigings ontwikkel word en toepaslike gedrag voorspel word (Smith, 1994:160). Emosies kan soos bespreek in hoofstuk 2, onderbrekend en misleidend wees. Emosies kan inmeng met die individu se pogings om in sy alledaagse bestaan rasioneel te funksioneer. Die aanname kan dus gemaak word dat 'n paradigmaskuif die emosioneel onstabiele persoon tot voordeel kan strek. 'n Paradigmaskuif staan sentraal tot positiewe verandering en EL in 'n individu se lewe.

Na aanleiding van bogenoemde PL-kwaliteite kan die aanname gemaak word dat persoonlike leierskap wel bydra tot emosionele leierskap. Vervolgens word die EL domeine wat verband hou met PL belig om sodoende die bydrae van PL tot die EL van die adolessent aan te toon.

Die EL-domeine wat verband hou met PL is die individu se vermoë om:

- sy eie emosies te herken,
- sy eie emosies te bestuur en te beheer,
- homself te motiveer.



### 3.5 Die domeine van emosionele leierskap

#### 3.5.1 *Die vermoë om eie emosies te herken en uit te druk*

Goleman (1996:268) gebruik die term "self-awareness" om te verwys na die individu se deurlopende bewustheid van nie alleen sy eie gemoedstoestand nie, maar ook sy denke oor daardie gemoedstoestande.

Die term "aleksitimie" is geskep om te verwys na 'n kognitief-afektiewe versteuring wat die wyse waarop die adolessent sy emosies ervaar en uitdruk, beïnvloed (Taylor, 1984:141).

Die volgende tekens is kenmerkend van aleksitimie:

- 'n kommunikasie-styl wat gekenmerk word deur gebrekkige simboliese denke sodat innerlike houdings, gevoelens, wense en motiverings nie sigbaar is nie;
- merkbare probleme met die herkenning en beskrywing van eie gevoelens
- gebrekkige gesigsbewegings, en
- interpersoonlike verhoudings wat gekenmerk word deur 'n onvermoë tot empatie (Taylor, 1984:725).

Soos in die voorafgaande gedeelte bespreek, is "self-awareness" 'n belangrike aspek van PL. Die adolessent wat die aspek van persoonlike leierskap bemeester sal bewus wees van sy gevoelens, denke, optrede, keuses en verantwoordelikhede. Hy sal dus sy emosies kan herken en nie emosioneel onstabiel raak nie.

Vervolgens word enkele faktore belig wat betrekking het op die adolessent se vermoë om sy eie emosie te herken na aanleiding van hoofstuk 2 en PL-kwaliteite.

#### - **Die emosionele toestand**

Salovey en Mayer (1990:186) poneer dat die prosesse wat emosionele leierskap onderlê geïnisieer word deur die oomblik wanneer affek-belaaide inligting die perseptuele sisteem bereik. In terme van die emosionele proses wat in die vorige hoofstuk bespreek is, kan dit dus gestel word dat die proses van persoonlike leierskap reeds by die ontlokkers van emosie in werking tree. Die samestelling van somatiese, biochemiese en neurofisiologiese veranderinge wat as 'n emosionele toestand bekend staan, het dus die funksie om die adolessent bewus te maak van sy emosionele

ervaring. Dit kan dus gestel word dat die persoonlike leier op grond van sy bewustheid van die genoemde liggaamsverandering, in 'n mate sy emosies sal kan herken.

#### - **Selfkennis**

Gepaardgaande met bewustheid van die emosionele toestand, hang volle bewuswording van die emosionele reaksie egter af van die adolessent se mate van selfkennis (Saarni, 1990:81). Die adolessent moet die vermoë ontwikkel om op 'n kognitiewe vlak te verstaan dat dit hyself is wat besig is om 'n emosie te ervaar. Soos reeds genoem, sal die adolessent wat oor 'n gesonde selfkennis beskik, streef na 'n positiewe selfkonsep wat die volgende meebring:

- frustrasietoleransie;
- positiewe selfbeeld;
- selfaanvaarding;
- selfbeheersing en
- effektiwiteit.

#### - **Taal**



Volgens Salovey en Mayer (1990:187) is taal 'n belangrike medium vir die taksering en uitdrukking van emosie. Die vermoë om duidelik oor eie emosie te praat en daaraan uiting te gee, is deel van die sosiale leerproses van emosies.

#### - **Nie-verbale gedrag**

Hierdie vaardigheid handel oor die adolessent se vermoë om bewus te wees van grootliks voorspelbare sosiale gebruike by die toepaslike uitdrukking van emosies. Die motivering om by hierdie reëls te hou in die toepaslike situasies is ook van belang.

By veral die adolessent, maak uitdrukking van emosie dit vir ander moontlik om die sosiale betekenis van sy gedrag te interpreteer, terwyl hy weer betekenis gee aan hulle respons op sy gedrag. Die vermoë om eie emosies akkuraat te herken en uit te druk, is dus deel van EL.

In die voorafgaande gedeelte is daar reeds kortliks verwys na die adolessent se vermoë om sy eie emosies te herken. Vervolgens word die vermoë om eie emosies te bestuur as belangrike komponent van EL breedvoeriger bespreek.

### **3.5.2 Die vermoë om eie emosies te bestuur**

Faktore wat 'n rol speel in die adolessent se ontwikkelende vermoë om sy eie emosies te bestuur, kan in die volgende twee kategorieë (Malatesta, 1990:39) verdeel word.

#### **- Sosiale invloede**

Sosiale invloede op die adolessent se vermoë om sy emosies te reguleer is byvoorbeeld die beskikbaarheid al dan nie van 'n veilige sosiale milieu waarin stres hantering gefasiliteer word. Ook die kwaliteit van 'n gehegtheidsverhouding speel 'n belangrike rol in die adolessent se vermoë om sy emosies te reguleer. Adolessente met 'n onveilige gehegtheidsverhouding kom minder bevoeg voor en toon tekens van wanaangepaste gedrag.

#### **- Biologiese faktore**

Neurologiese en kognitiewe ontwikkeling, toenemende taalvaardigheid en groter selfinsig wat met vroeë ontwikkeling gepaard gaan, het tot gevolg dat die adolessent toenemend self-regulerend in terme van sy emosies word (Thompson, 1990:145).

Afgesien van bogenoemde ontwikkelingsmatige faktore wat 'n invloed het op die adolessent se vermoë om sy eie emosies te reguleer, is die verskillende komponente van 'n emosionele reaksie wat reeds bespreek is, ook van belang. Vanuit 'n komponensiële benadering kan dit gestel word dat die regulering van emosie waarskynlik op verskeie vlakke kan plaasvind. In die bespreking wat volg, sal daar gefokus word op die regulering van die ekspressiewe sowel as die subjektiewe ervaringskomponent.

## - **Die regulering van emosionele ekspressie**

Emosionele programme is vasgelê in die adolessent senuweestelsel, wat beteken dat die prosesse wat sy emosionele reaksie onderlê vanuit die sentrale senuweestelsel beheer word en nie onder bewustelike beheer van die organisme staan nie (Panksepp, 1982:407). Ten spyte hiervan is dit egter vir die adolessent moontlik om instrumentele kontrole oor die gedragsmatige uitdrukking van emosies uit te oefen (Malalesta, 1990:45). Die adolessent beskik dus oor die vermoë om die wyse waarop hy sy emosies uitdruk, te beheer deur byvoorbeeld emosionele ekspressie te kwalifiseer of die intensiteit daarvan te reguleer. Adolessente wat nie daartoe in staat is om hul eie emosies te bestuur of te reguleer nie, raak emosioneel oor-opgewerk (Eisenberg & Fabes, 1992:45). 'n Adolessent kan dus sy selfdoeltreffendheid in interpersoonlike verhoudings bevorder deur daarvan bewus te wees dat sy emosioneel-ekspressiewe gedrag 'n invloed op ander se reaksie het. Op grond van hierdie bewustheid is die adolessent voorts daartoe in staat om die intensiteit, duur en frekwensie van sy emosioneel-ekspressiewe gedrag teenoor ander te reguleer ten einde die gewenste reaksie by hulle te ontlok.

## - **Regulering van die subjektiewe ervaringskomponent.**

Alhoewel die basiese ervaring van die primêre emosies vanweë die evolusionêre oorsprong daarvan relatief konsekwent is by verskillende individue, word dit deur verskeie ontwikkelingsmatige faktore omvorm en word dit op toenemende wyse selfgeregleerd.

Salovey en Mayer (1990:190) vergelyk die adolessent se vermoë om sy subjektiewe emosionele ervaring te reguleer en te bestuur met die vermoë om sy gemoedstemming te reguleer. Adolessente gebruik bewuste en gekontroleerde meganismes om outomatiese assosiasies as gevolg van negatiewe emosionele ervaring te terminer ten gunste van 'n positiewe gemoedstoestand.

Die vermoë om angswekkende emosies te beheer is veral 'n belangrike aspek van emosie-regulering en is volgens Goleman (2001) 'n belangrike sleutel tot die adolessent die samestelling van se emosionele gesondheid. Alhoewel dit volgens hierdie outeur vir die individu onmoontlik is om te beheer watter emosie hy wanneer ervaar, kan hy wel beheer hoe lank die emosie gaan duur. Emosies wat verby 'n sekere punt en intensiteit voortduur, word ekstreem en chronies en

ondermyn die adolessent se emosionele stabiliteit. Emosionele regulering fokus dus op beheer van sowel die subjektiewe ervaringskomponent as die ekspressiewe gedragskomponent van die emosionele reaksie.

Die adolessent beskik dus oor die vermoë om in 'n mindere of 'n meerdere mate sy emosies op verskillende vlakke te reguleer. Die onvermoë om emosies te reguleer kan die individu se lewe op ingrypende en uiteenlopende wyses verander. Op grond hiervan spreek dit vanself dat die individu wat sy emosies suksesvol kan reguleer, meer beheer oor sy leefwêreld en interpersoonlike interaksies sal hê.

Na aanleiding van bogenoemde EL-komponente, kan die aanname gemaak word dat die reeds genoemde PL-kwaliteite 'n belangrike bydrae kan lewer tot die regulering van die adolessent se emosies. Veral die inisiëring van 'n paradigmaskuif ten opsigte van die adolessent se emosies kan 'n groot bydrae lewer. In die voorafgaande gedeelte is aangedui dat die adolessent se herkenning en regulering van sy emosies, deur PL-kwaliteite beïnvloed kan word.

Ten slotte word die adolessent se vermoë om homself te motiveer, bespreek.

### **3.5.3 Die vermoë om die self te motiveer**

Adolessente verskil ten opsigte van die vermoë om hulle emosies in te span by die oplos van probleme; emosies beïnvloed weer die komponente en strategie wat betrokke is by probleemoplossing (Salovey en Mayer, 1990:194). Navorsing gedoen deur Kavanagh en Bower (1985:511) toon dat die adolessent se siening van sy eie doeltreffendheid grootliks beïnvloed word deur sy heersende gemoedstoestand. Die aanname kan dus gemaak word dat die emosionele ervarings 'n besliste impak op die adolessent se oordeel het deurdat sienings wat kongruent met hierdie ervarings is, sy denke oorheers. Sulke sienings en ervarings is volgens PL-kwaliteite in lyn met die adolessent se waardes en missie.

Volgens Goleman (2001) speel positiewe motivering of die vermoë om gevoelens van entoesiasme, ywer en selfvertroue te bewerkstellig, 'n belangrike rol in prestasie. Vasberadenheid om te volhard en wat uiteindelik uitloop op sukses, hang volgens genoemde outeur af van

emosionele kwaliteite soos entoesiasme en ywer. Salovey en Mayer (1990:198) is dit eens dat die gemoedstoestande 'n impak het op die motivering van volharding in terme van uitdagings. 'n Positiewe gemoedstoestand en gesonde selfkennis kan deur die adolessent aangewend word om sy selfvertroue te bevorder en sodoende te volhard ten spyte van struikelblokke.

Volgens Goleman (2001) lei alle emosies tot die impuls om te reageer. Die vermoë om hierdie impuls tot aksie te weerstaan, lê volgens hom aan die wortel van selfbeheersing. Voorts dra die vermoë om onmiddellike bevrediging uit te stel ook by tot die adolessent se uiteindelijke potensiaal. Emosionele selfregulering gaan dus oor die vermoë om 'n impuls uit te stel of te ontken in diens van 'n doelwit, wat gegrond is op die adolessent se waardes en missie.

Uit die voorafgaande gedeelte is dit duidelik dat persoonlike leierskap wel 'n bydrae kan lewer tot sekere domeine van emosionele leierskap. Twee domeine van EL wat nie direk beïnvloed word deur PL nie, maar wel 'n invloed het op die funksionering van die adolessent is:

- die vermoë om ander se emosies te herken;
- die vermoë om ander se emosies te reguleer en verhoudings te hanteer.

Vervolgens word die twee domeine ter afronding belig.

#### **3.5.4 Die vermoë om ander se emosies te herken.**

Volgens Hoffman (1984:23) hou die adolessent se vermoë om emosies in ander te herken grootliks verband met sy vermoë om emosies in homself te herken. Taylor (1984:728) poneer dat die onvermoë om eie emosies te herken tot gevolg het dat interpersoonlike verhoudings benadeel word, aangesien die adolessent se vermoë tot empatie ingeperk word. Alhoewel empatie 'n affektiewe respons is, kan dit ook 'n kognitiewe komponent hê.

Navorsing oor empatie toon dat die vermoë tot empatie verband hou met vermoëns soortgelyk aan die herkenning en ekspressie van emosie. Hogan (1969:307) het bevind dat empatie verband hou met die vermoë om 'n ander se siening of standpunt te verstaan. Krebs (1975:1134) poneer dat daar 'n verband bestaan tussen empatie en die vermoë om in reaksie op hierdie interne ervaring op te tree of te kommunikeer.

Adolessente wat met simpatie reageer, poog dikwels om hulp aan 'n persoon in nood te verleen, terwyl die wat angstig raak eerder poog om die situasie te vermy. Volgens Eisenberg en Fabes (1992:36) is adollesente wat neig om simpatiek te reageer beter daartoe in staat om hulle emosionele reaksie sowel as hulle gedrag in sosiale interaksies te reguleer. Adollesente wat maklik ooropgewek word deur negatiewe emosies in hulself asook in ander, mag konstruktiewe hantering van emosie-belaaide situasies problematies vind. Sonder die komponent van empatie kan 'n adollesent al die ander "vaardighede" van emosionele bevoegdheid aanwend op 'n gewetenlose of selfs anti-sosiale wyse.

### **3.5.5 Die vermoë om ander se emosies te reguleer en verhoudings te hanteer**

Volgens Goleman (2001) is die kern van die kuns om verhoudings te hanteer, die vermoë om ander se emosies te herken en te weet hoe om dit te hanteer. Die vermoë om ander se emosies te reguleer berus volgens genoemde outeur op die vermoë om eie emosies te reguleer asook op die vermoë tot empatie. Mensvaardighede ontwikkel dus vanuit bogenoemde basis en stel die adollesent in staat tot sosiaal-bevoegde gedrag en suksesvolle interpersoonlike verhoudings. Dit kan dus gestel word dat die essensie van suksesvolle interpersoonlike verhoudings die adollesent se vermoë is om ander se gedagtes, gevoelens en intensies soos wat dit manifesteer in hulle gedrag, kognitief te verstaan en op grond daarvan sosiaal verstandig op te tree.

Vervolgens word enkele aspekte van die regulering van ander se emosies belig.

#### **- Charisma**

Die spreker wat sterk emosionele reaksies by 'n gehoor ontlok, kan as 'n emosionele leier beskou word, omdat hy oor die vermoë beskik om ander se emosies te bestuur. Wasielewski (1985:207) sluit hierby aan in sy konseptualisering van die charismatiese individu as iemand wat daartoe in staat is om ander se emosies te reguleer en te bestuur ten einde 'n bepaalde doel te bereik.

## - **Indrukbestuur deur middel van emosies**

Volgens Hochschild (1983:104) word mense opgelei in die gebruik van tegnieke vir die regulering van hul eie emosionele reaksies en gedrag ten einde 'n sekere indruk van hulself by ander te skep en 'n bepaalde affektiewe reaksie te ontlok.

## - **Emosionele oordrag**

Die konsep "primitiewe emosionele oordrag" verwys na die vermoë om 'n ander se gesigsuitdrukking, vokalisasie, liggaamshouding en bewegings na te boots en daardeur sy emosies te reguleer (Hatfield, Cacioppo & Rapson, 1994:114). Individue se subjektiewe emosionele ervarings kan beïnvloed word d.m.v aktivering van hierdie proses. Voorts kan dit ook afgelei word dat mense dus van nature neig om ander se emosies te reguleer.

In die voorafgaande gedeelte is aangedui dat die adolessent se vermoë om ander se emosies te reguleer voortbou op sy vermoë om sy eie emosies te herken en empaties daarop te reageer. Dit is ook aangedui dat hierdie vermoë veral opgemerk kan word by die charismatiese individu en dat dit op vele terreine vir die mens voordele inhou. Dit is duidelik dat die wyse waarop die adolessent sy emosionele lewe hanteer, bepalend is vir die mate waarin hy sy ander vermoëns sal kan benut. Persoonlike leierskap is egter essensieel by emosionele leierskap. Kinders moet van kleins af geleer word om hulself te aanvaar en om te beweeg van afhanklikheid na onafhanklikheid ten einde effektief te wees in hulle persoonlike lewe.

### **3.6 Samevatting**

Die doel met die hoofstuk was om die konsepte emosionele en persoonlike leierskap te belig om sodoende beter begrip van die konsepte te verkry. Laastens was daar gefokus op die persoonlike leierskap kwaliteite wat 'n potensiële bydrae kan lewer tot die emosionele leierskap van die adolessent.



Na aanleiding van bogenoemde doel het die volgende na vore gekom.

- Emosionele leierskap is 'n multidimensionele konsep wat uit verskeie vermoëns bestaan. Enkele oorkoepelende vermoëns is die vermoë om emosies in jouself en ander te herken, om jouself te motiveer en om emosies in jouself en onderlinge verhoudings te bestuur.
- Persoonlike leierskap is konstante groei op alle vlakke van menswees. 'n Persoonlike leier weet wie hy is, waar hy nou staan en waarheen hy op pad is.
- Persoonlike leierskapkwaliteite wat 'n bydrae kan lewer tot die emosionele leierskap van die adolessent is proaktiewe gedrag en keuses, "selfawareness", selfkennis, waardes, 'n duidelike missie en die inisiëring van 'n paradigmaskuif.
- Persoonlike leierskap lewer 'n bydrae tot verskeie domeine van emosionele leierskap by die adolessent.



## HOOFSTUK 4

### SAMEVATTING, BEVINDINGE, GEVOLGTREKKINGS EN VOORSTELLE

#### **4.1 Samevatting**

Die algemene doel van die studie kan soos volg saamgevat word:

Die adolessente tydperk word gekenmerk deur merkbare veranderinge in die gevoelslewe van die adolessent. Die eenvoudige en ongekompliseerde emosionele lewe van die kleiner kind maak plek vir 'n ingewikkelde en verwikkelde gevoelslewe. Die adolessent moet gelei word om sy emosies te herken, uit te druk en te bestuur, hy moet ook leer om ander se emosies te herken en te reguleer en verhoudings te hanteer asook om homself te motiveer. Die adolessent moet dus gehelp word om beheer of 'n greep oor sy emosies te kry. Indien laasgenoemde nie plaasvind nie, kan die adolessent die slagoffer word van verskeie emosionele probleme.

In die lig van die voorafgaande algemene probleemstelling, is die **spesifieke navorsingsprobleem** van die studie soos volg geformuleer.

**Wat is die potensiële bydrae wat persoonlike leierskap (PL) kan lewer tot die emosionele leierskap(EL) van die adolessent?**

Ten einde die gestelde navorsingsprobleem aan te spreek, is die volgende vrae as riglyne vir die studie gebruik; **wat is emosies, waarom is emosies so problematies vir adolessente, wat is persoonlike en emosionele leierskap, watter bydrae kan persoonlike leierskap lewer tot die emosionele leierskap van die adolessent en watter EL-domeine word deur genoemde PL-kwaliteite beïnvloed ?**

Die studie het plaasgevind binne die konteks van 'n Persoonlike en Professionele leierskapspektief. Persoonlike en Professionele leierskap het te make met 'n bewustelike, doelgerigte, lewenslange proses van persoonlike groei wat deur die individu self gereguleer word.

## **4.2 Bevindinge**

In die lig van bogenoemde doelwitte is die volgende bevindinge in die studie gemaak.

### **4.2.1 *Bevindinge met betrekking tot 'n komponensiële benadering van die begrip "emosie".***

Uit hoofstuk twee is die volgende bevindinge gemaak.

#### ***Bevindinge met betrekking tot verskeie teorieë oor emosie***

Die bestudering van emosies het reeds meer as honderd jaar gelede begin. Verskeie teorieë het met die verloop van tyd ontstaan. Die meeste teorieë rakende emosies het ontstaan uit een van vier teorieë of tradisies. Die vier historiese hooftradisies in die bestudering van emosie was; die Evolusionêre Tradisie van Charles Darwin (p.13), die Psigofisiologiese Tradisie van William James (p.14), die Neurologiese Tradisie van Walter B. Cannon (p.15) en Sigmund Freud se Dinamiese Tradisie.

Uit bogenoemde bespreking was dit dus duidelik dat navorsers emosie verskillend definieer. Daar is biologies-georiënteerde navorsers wie se bevindinge rakende emosies berus op 'n eenvoudige biologiese status of elektro-chemiese reaksies. Verskeie psigoloë sien emosie as 'n bewuste ervaring. Die meeste navorsers sien emosie as 'n gekoördineerde responsstelsel, wat gepaard gaan met 'n sekere biologiese ervaring en kognitiewe status wat spontaan plaasvind. Emosies is op verskillende vlakke inwerkend en het 'n fisiese sowel as psigologiese komponent.

### ***Bevindinge met betrekking tot die komponente van 'n emosionele reaksie***

Daar is aangedui dat die konsep "emosie" sinvol beskou kan word as bestaande uit verskeie komponente en dat teoretici grootliks verskil met betrekking tot die betekenis en prominensie wat hulle aan hierdie komponente toeskryf. Die volgende kan as die mees oorkoepelende komponente beskou word (p.18-24); die ontlokkers en reseptore van 'n emosie, die emosionele toestand, die uitdrukking van emosie en die emosionele ervaring.

Die verskillende komponente het dan ook belangrike fisiologiese aspekte soos die brein en perifere sensusorgane ingesluit. Daar was dus gefokus op die konsep "emosie" ten einde die konteks te skep waarbinne die konsep "emosionele intelligensie" bespreek is.

### ***Bevindinge met betrekking tot die funksionele waarde van emosie***

Emosies bemiddel tussen situasies in die omgewing wat gedurig verander en die individuele gedragsresponse en het dus 'n belangrike aanpassingsfunksie vir die individu. Drie funksionele aspekte was in hierdie aanpassingsproses geïdentifiseer naamlik (p.25-26); die evaluasie van die omgewing, voorbereiding van die individu en kommunikasie van inhoude.

### ***Bevindinge met betrekking tot primêre emosies***

Navorsers verskil in hul siening van primêre emosies. Hul lys van emosies (p.26-27) hang gewoonlik nou saam met hul navorsingsgebied of fokus. Daar is ook verskeie sieninge ten opsigte van die klassifisering van positiewe en negatiewe emosies.

Volgens verskeie navorsers kan emosie beide positief of negatief wees (Carlson & Hatfield, 1992:16). Dit is dus duidelik dat primêre emosies nie beperk kan word tot 'n sekere aantal of in 'n sekere kategorie groepeer kan word nie. Wat wel na vore kom, is dat dieselfde emosie 'n positiewe of negatiewe invloed op die individu kan hê.

### ***Bevindinge met betrekking tot die emosionele onstabieleit van die adolessent***

By die adolessent kan teenstrydige emosies aanleiding gee tot emosionele onstabieleit. Enkele probleme wat weens emosionele onstabieleit ontstaan, sluit onder andere dieetsiektes, alkohol- en dwelmmisbruik, rebelsheid, prikkelbaarheid, ongewone modes, beoefening van voorhuwelikse seks en depressie in (p.27-29).

Die redes hiervoor is legio; daar is 'n algemene toename in druk van buite op te presteer, die toename in egskeidings, die behoefte om aanvaarding deur hul portuurgroep, ens.

### ***4.2.2 Bevindinge met betrekking tot die bydrae van persoonlike leierskap tot die emosionele leierskap van die adolessent.***

Uit hoofstuk 3 is die volgende bevindinge gemaak.

### ***Bevindinge met betrekking tot die konsepte emosionele en persoonlike leierskap***

Emosionele leierskap (p.33-34):

- is 'n kombinasie van selfkennis, eie keuse en die gee van jouself;
- behels die bewuswording van die patrone en meganismes van gedagtes, gevoelens en optrede;
- is die vermoë om die aard en intensiteit van die emosie wat ervaar word te herken, om die emosies in ander waar te neem en om 'n liefde- gesentreerde vermoë te hê om gevoelens te betuel om sodoende die lewenskwaliteit van mense te bevorder;
- om emosies in die "self" en ander te herken, om die "self" te motiveer en om emosies in die "self" en onderlinge verhoudings te bestuur, en
- is 'n tipe intelligensie wat die individu in staat stel om sy eie asook ander se emosies te monitor, die vermoë om te onderskei tussen verskillende emosies en om hierdie inligting te gebruik om sy denke en gedrag te rig.

Persoonlike leierskap (p.34-35):

- is die vermoë om 'n visie te skep, 'n strategie te ontwikkel en die nodige energie daar te stel om 'n persoonlike doel te bereik;

- kan gesien word as konstante groei op alle vlakke van menswees;
- 'n persoonlike leier weet waar hy nou staan en weet waarheen hy op pad is, en
- help 'n persoon om te beseef wie hy werklik is.

***Bevindinge met betrekking tot PL-kwaliteite wat 'n bydrae kan lewer tot die EL van die adolessent.***

Die volgende PL-kwaliteite kan 'n bydrae lewer tot die EL van die adolessent:

- proaktiewe gedrag / keuses wat die volgende behels (p.35): aanvaarding van verantwoordelikheid en bewuste keuses wat gegrond is op waardes en nie op gevoelens nie;
- selfbewussyn wat die vermoë is om bewus en ingelig te wees m.b.t gevoelens, denke, optrede, keuses en verantwoordelikhede, met die doel om die kwaliteit van lewe te verhoog (p.36);
- selfkennis is nie staties nie, maar word beïnvloed deur 'n individu se gemoedstoestand en omstandighede. Die persoonlike leier toon 'n gesonde selfkennis en is bewus van die invloed daarvan op sy lewe. Hy streef na 'n positiewe selfkonsep wat die volgende insluit; frustrasietoleransie, positiewe selfbeeld, selfaanvaarding, selfbeheer en effektiwiteit;
- waardes en 'n deurdagte missie is belangrik vir die persoonlike leier want dit evalueer sy aksies en oortuigings, help hom om sy doel na te streef, sy lewe te beheer en te reguleer asook met die maak van keuses en oplos van probleme en motiveer hom om sy energie op sy doel te konsentreer (p.38) en
- die inisiëring van en vermoë tot 'n paradigmaskuif; paradigmas is die persoonlike leier se beskouing van die wêreld, mense, idees, perspektiewe en probleme asook oplossings en metodologieë vir probleme. Paradigmas kry gestalte deur ervaring, opvoeding, opleiding en kondisionering. Die adolessent moet oor die vermoë beskik om sy paradigmas te verander (p.40-41).

## ***Bevindinge met betrekking tot die EL-domeine wat verband hou met PL***

Die volgende EL-domeine hou verband met PL:

- die vermoë om eie emosies te herken en uit te druk. Hier is die selfbewussyn belangrik en speel die adolessent se emosionele toestand, selfkennis, taal en nie-verbale gedrag 'n rol (p.42-44);
- die vermoë om eie emosies te bestuur. Faktore wat 'n rol speel in die adolessent se ontwikkelende vermoë om sy eie emosies te bestuur is sosiale invloede, biologiese faktore, die regulering van emosionele ekspressie en die regulering van die subjektiewe ervaringskomponent (p.44-46);
- vermoë om die self te motiveer is gegrond op die aanname dat emosionele ervarings 'n beslissende impak op die adolessent se oordeel het deurdat sienings wat kongruent met hierdie ervarings is, sy denke oorheers. Sulke sienings en ervarings is volgens PL-kwaliteite in lyn met die adolessent se waardes en missie. Positiewe motivering of die vermoë om gevoelens van entoesiasme, ywer en selfvertroue te bewerkstellig, speel 'n belangrike rol in prestasie (p.46).

Twee domeine van EL wat nie direk beïnvloed word deur PL nie, maar wel 'n invloed het op die funksionering van die adolessent is:

- die vermoë om ander se emosies te herken, emosies te bestuur en verhoudings te hanteer, wat onder andere charisma, indrukbestuur en emosionele oordrag insluit (p.47-49).

### **4.3 Gevolgtrekking**

Die adolessent ervaar dikwels heimwee, verlange, 'n gevoel van verworpenheid en verontregting, wat hom depressief en hulpeloos laat voel. Die adolessent beleef maklik dat hy misluk en skryf foute wat hy maak daaraan toe dat hy sleg is. Die eenvoudige en ongekompliseerde emosionele lewe van die kleiner kind maak plek vir 'n ingewikkelde en

verwikkelde gevoelslewe. Die adolessent ervaar probleme met sy emosies en dit lei tot selfmoord, misbruik van alkohol en dwelms, geweld, ens.

Emosies is 'n komplekse verskynsel wat sigself baie gedifferensieerd, veranderlik en tog geïntegreerd vertoon. Die emosie-studieveld is vanaf die 1960's gekenmerk deur grootskaalse teoriebou en konsepsuele onsekerheid. Ten spyte van die talle wyduiteenlopende teoretiese benaderings tot emosies, heers daar wel konsensus oor die feit dat die emosionele reaksie kompleks en multidimensioneel van aard is, en dat dit die sinvolste vanuit 'n komponensiële oogpunt beskou kan word.

Daar is twee uiteenlopende tradisies rakende die funksionele waarde van emosies identifiseerbaar. Volgens die eerste tradisie belemmer en ontwrig emosie die individu se doelwitte en rasionele funksionering. Hierteenoor beskou die opponerende tradisie emosies as motiverende meganismes wat kan bydra tot die individu se logiese denke. Die konsep "emosionele leierskap" het ontstaan vanuit hierdie tradisie, wat die aanpassende en sielkundig- konstruktiewe funksies van emosie beklemtoon. Drie aspekte van die aanpassingsfunksie wat emosies vir die individu inhou, is van belang, naamlik die evaluasie van die omgewing, die voorbereiding van die individu op aksie en laastens die kommunikasiewaarde van emosies.

Emosionele leierskap is 'n multidimensionele konsep wat uit verskeie vermoëns bestaan. Enkele oorkoepelende vermoëns is die vermoë om emosies in jouself en ander te herken, om jouself te motiveer en om emosies in jouself en onderlinge verhoudings te bestuur.

Persoonlike leierskap is konstante groei op alle vlakke van menswees. 'n Persoonlike leier weet wie hy is, waar hy nou staan en waarheen hy op pad is. Persoonlike leierskap-kwaliteite wat 'n bydrae kan lewer tot die emosionele leierskap van die adolessent is proaktiewe optredes en keuses, selfbewussyn, selfkennis, waardes, 'n duidelike missie en die inisiëring van 'n paradigmaskuif. Persoonlike leierskap lewer 'n bydrae tot verskeie domeine van emosionele leierskap by die adolessent.



Emosionele leierskap sluit in die individu se vermoë om sy eie asook ander se emosies te monitor, die vermoë om te onderskei tussen verskillende emosies asook die vermoë om hierdie inligting te gebruik om sy denke en gedrag te rig.

Teenstrydige emosies gee aanleiding tot emosionele onstabiliteit by die adolessent. Emosies is direk afhanklik van neurologiese data wat deur die brein gegenereer word. Daarin lê die geleentheid om kinders se emosionele gewoontes te vorm, deur reeds van vroeg af korrekte boodskappe aan hulle deur te gee. Die bewussyn sal hierdie boodskappe deurgee aan die onderbewussyn, en so sal dit vroeg reeds deel word van hulle.

Persoonlike leierskap is essensieel in hierdie proses. Kinders moet van kleins af geleer word om hulself te aanvaar. Volgens Covey (1998:48-52) moet 'n persoon beweeg van afhanklikheid na onafhanklikheid ten einde effektief te wees in sy persoonlike lewe en dus persoonlike oorwinning te behaal.

#### **4.3 Voorstelle vir verdere navorsing**

UNIVERSITY  
OF  
JOHANNESBURG

Die volgende voorstelle kan gemaak word vir verdere studies.

- Die invloed van emosionele leierskap op die akademiese sukses van die adolessent.
- Die motiverende waarde van emosionele leierskap vir die bereiking van 'n individu se potensiaal.

Beide die genoemde studies kan belig word vanuit 'n PPL-perspektief, en kan 'n goeie bydrae lewer tot die PPL- dimensie van opvoeding.

## BIBLIOGRAFIE

- ALLENBAUGH, E. 1998 : *Wake-up calls*. New York: Fireside.
- ANDREAS, S. FAULKNER, C. 1997 : *NLP- The new technology of achievement*. London :Nicholas Brealey Publishing.
- ARNOLD, M.B. 1961 : *Emotions and personality, Vol.1: Psychological aspects*. Londen: Cassell.
- BUCK, R. 1980 : *The communication of emotion*. New York: Guilford Press.
- BUCK, R. 1988 : *Human motivation and intelligence, (2nd ed.)*. New York: John Wiley and sons.
- CAMPOS, J.J., MUMME, D.L., KERMOIAN, R.G.,& FOX, N.A.(eds) 1994 : *A functionalist perspective on the nature of emotion*.In *The development of emotion regulation: Monographs of the society of Research in Child Development, 59(2-3, Serial No. 240), 284-303.*
- CANNON, W.B. 1915/1970 : *Bodily changes in pain, hunger, fear and rage*. Maryland: Mc Garth.
- CARLSON, G.,& HATFIELD, E. 1992 : *Psychology of emotions*. USA : Harcourt Brace Publishers.
- COBB, S.,& ROSE, R.M. 1950 : *Hypertension*. *Journal of the American Medical Association*,224, 489-492.
- COVEY, S.R. 1994 : *The Seven Habits Of Highly Effective people*. London: Simon & Schuster.
- CURTIS, R.C. & STRICKER,G. 1991 : *How people change*. New York : Plenum Press.
- DARWIN, C. 1872/1965 : *The expression of the emotions in man and animals*. Chicago: University of Chicago Press.
- DELGADO, J.M.R. 1969 : *Physical control of the mind: Toward a psychocivilized society*. New York: Harper Row.
- 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.
- EKMAN EN FRIESEN 2001: *What are emotions?* (<http://www.heartskills.com>) February 2001.
- EKMAN, P. 1984 : *Expressions and the nature of emotion*. In K.R. Scherer & p. Ekman (Eds.),*Approches to emotion*. New Jersey: Lawrences Erlbaum.
- ELLIS, A. 1995 : *Die kognitiewe gedragsterapie model : rasioneel-emotiewe terapie*. Uitgewer onbekend.
- FERGUSON, M. 1980 : *The aquarian conspiracy*. USA :St. Martin's Press.
- FISHER, SHAVER,& CARNOCHAN. 1990 : *What are emotions?* (<http://www.heartskills.com>) February 2001.
- FRIEL, H. 2001: *What are emotions?* (<http://www.heartskills.com>) February 2001.
- GIBBS, R.J. 1998 : *20/20 Insight : six keys to seeing and changing the hidden patterns that control our lives and limited our effectiveness*. USA : Rodale Press.
- GIL, 2001: *What are emotions?* (<http://www.heartskills.com>) February 2001.

- GOLEMAN, D. 1996: Emotional intelligence. New York: Bantam Books.
- GOLEMAN, D. 2001: What are emotions? (<http://www.heartskills.com>) February 2001.
- HATFIELD, E., Cacioppo, J.T., & Rapson, R.L. (1994), Emotional contagion. Cambridge: Cambridge University Press.
- HEATH, J. 1998 : Positively you! New York: Golden Books.
- HELMSTETTER, S. 1989 : Choices. USA: Simon & Schuster.
- HOCHSCHILD, A.R. 1983 : The managed heart: Commercialization of human feeling. Berkeley: University of California Press.
- HOFFMAN, M.L. 1984 : Emotions, cognition' and behavior. Cambridge: Cambridge University Press.
- HOGAN, R. 1969 : Development of an empathy scale. Journal of Consulting and Clinical Psychology, 33, 307-316.
- HOTHERSALL, D. 1985 : Psychology, Columbus: Bell and Howell.
- IZARD, C.E. 1972 : Patterns of emotions: A new analysis of anxiety and depression. New York: Academic Press.
- JAMES. W. 1890/1981 : The principles of psychology, Vol. 2. Cambridge: Harvard University Press.
- JENSEN, 2001: What are emotions? (<http://www.heartskills.com>) February 2001.
- KAVANAGH, D.J., & Bower, G.H. 1985 : Mood and self-efficacy: Impact of joy and sadness on perceived capabilities. Cognitive Therapy and Research, 9(5) 507-525.
- KEHOE, J. 1987 : Mind power. Canada : Media House Publications.
- KNAUS, W.J. 1994 : Change your life now: Powerful techniques for positive change. New York: John Wiley & Sons.
- KOONCE, R. 1996 : The human face of change. Training and Development Journal, 1(1):2.
- KOUZES, J.M., & POSNER B.Z. 1991 : Credibility. USA: Jossey-Bass Inc. Publishers.
- KREBS, D.L. 1975 : Empathy and altruism. Journal of Personality and Social Psychology, 32, 1134-1146.
- LAZARUS,R.S. 1982 : Thoughts on the relations between emotion and cognition. American Psychologist, 37(9), 1019-1024.
- LEEPER, R.W. 1948 : A motivational theory of emotions to replace 'emotion as disorganized response'. Psychological Review, 55, 5-21.
- LEWIS, M., & MICHALSON, L. 1983 : Children's emotions and moods: Developmental theory and measurement. New York: Plenum Press.
- LIONS, D. 1997: Skills for adolescence. USA: Quest International Inc.
- LOUW, G.P.F 1990 : Menslike ontwikkeling. Pretoria : HAUM uitgewers.
- MALATESTA, C.Z. 1990 : The role of emotion 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.

MANDLER, G. 1975 : The search for emotion. New York : Raven Press.

MARSH, H. 1997 : The breakthrough factor : creating a life of value for success and happiness. USA : Simon & Schuster.

MAXWELL, J.C. 1993 : Developing the leader within you. Nashville : Thomas Nelson Inc.

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(3&4),772-781.

MAYER, 1990 : What are emotions? (<http://www.heartskills.com>) February 2001.

MEYER, P.J. 1993 : Effective Personal Leadership. USA: Leadership Management International Inc.

MILLMAN, D. 1998 : Everyday Enlightenment: the twelve gateways to personal growth. USA: Warner Books.

NELSON, L. & DOWLING, P.G. 1998 : Electricity industry reform. Journal of Organizational Change Management, 11(2) 481-495.

PANKSEPP, J. 1982 : Toward a general psychobiological theory of emotions. The Behavioral and Brain Science, 5, 407-467.

PITMAN, E. 1991 : This won't change your life, but it might help. USA: Longdunn Press.

PLUTCHIK, R. 1980 : Emotion: A psychoevolutionary synthesis. New York: Harper & Row Publishers.

POSEN, D.B. 1998 : Staying afloat when the water gets rough. Canada : Key Porter Books Limited.

POWELL, W. & WEVELL, A. 1996: Readers digest SA. Cape Town: The Readers digest association SA.

PRETORIUS, J.W.M 1986 : Opvoeding, Samelewing, jeug : 'n Sosiopedagogiek leerboek. Pretoria: Sigma Pers.

REBER, A.S. 1985 :The penguin dictionary of psychology. New York: Penguin.

ROBBINS, A. 1991 : Awaken the gaint within. New York: Simon & Schuster.

RUBIN, A. & BABBIE, E. 1993 : Research methods for social work. California: Brooks Publishing.

RUSSELL, R. 1996 : The miracle of personal leadership. USA: Kendal Publishing Company.

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(3), 185-211.

- SCHACHTER, S., & SINGER, J.E. 1962 : Cognitive, social and physiological determinants of emotional state. *Psychological Review*, 69(5), 379-399.
- SCHERER, K.R. 1984 : On the nature and function of emotion: A component process approach. In K.R. Scherer & P. Ekman (Eds.), *Approaches to emotion*. New Jersey: Lawrence Erlbaum.
- SMITH, D.P.J. 1993 : Navorsingsontwerp en metodes van 'n navorsing. RAU: Johannesburg.
- SMITH, D.P.J. 1995 : Navorsingsontwerp en struktuur van hoofstuk een van 'n skripsie, verhandeling of proefskrif. RAU: Johannesburg.
- SMITH, D.P.J. 1999 : Persoonlike en Professionele leierskap. Klasnota. RAU: Johannesburg.
- SMITH, H.W. 1994 : The ten natural laws of successful time and life management: proven strategies for increased productivity and inner peace. USA: Warner Books.
- STAPLES, M.W.D. 1991 : Think like a winner. Cape Town : Human & Rousseau.
- STEINBERG, 2001: What are emotions? (<http://www.heartskills.com>) February 2001.
- TAYLOR, G.J. 1984 : Alexithymia: Concept, measurement, and implications for treatment. The American Journal of Psychiatry, 141, 725-732.
- THOMPSON, G.J. 1990 : Emotion and self-regulation. 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.
- TOMKINS, S.S. 1984 : Affect theory. In K.R. Scherer & P. Ekman (Eds.), *Approaches to emotion*. New Jersey: Lawrence Erlbaum.
- VAN DER SPUY, J. & VAN NIEKERK, G. 1994 : Tieners vandag. Bloemfontein : Lux Verbi.
- VAN FLEET, J.K. 1992 : 21 days to unlimited power with people. USA: Prentice Hall.
- WASIELEWSKI, P.L. 1985 : The emotional basis of charisma. Symbolic Interaction, 8(2), 207-222.
- YOUNG, P.T. 1949 : Emotion as a disorganized response – a reply to professor Leeper. Psychological Review, 56, 184-191.