

'n Persoonlike leierskapspektief op die gebrek
aan selfbewussyn by die hedendaagse vrou

deur

Anchen Venter

NAVORSINGSESSAY

voorgelê ter gedeeltelike vervulling
van die vereistes vir die graad

MAGISTER PHILOSOPHAE
in

 **PERSOONLIKE EN PROFESSIONELE LEIERSKAP**
in die

**FAKULTEIT OPVOEDKUNDE EN
VERPLEEGKUNDE**

aan die

RANDSE AFRIKAANSE UNIVERSITEIT

Studieleier: Mev. A. S. Schalekamp

Mei 2001

WOMEN

*They smile when they want to scream.
They sing when they want to cry.
They cry when they are happy and laugh
when they are nervous.
They fight for what they believe in.
They stand up for injustice.
They don't take "no" for an answer when
they believe there is
a better solution.*

*They go without new shoes so their
children can have them.
They go to the doctor with a frightened
friend.*

*They love unconditionally.
They cry when their children excel and
cheer when their friends get awards.*

*They are happy when they hear about a
birth or a new marriage.
Their hearts break when a friend dies.
They have sorrow at the loss of a family
member, yet they are strong when they think there is no
strength left.
They know that a hug and a kiss can heal a
broken heart.*

*Women come in all sizes, in all colours and
shapes.*

*They'll drive, fly, walk, run just
to show how much they care about you.
The heart of a woman is what makes the
world spin!*

Anoniem.

My opregte dank aan Mev. A.S. Schalekamp vir die leiding, ondersteuning tydens my studie. Die menswaardige manier waarmee sy my en my studie benader het, verdien lof.

"Dit was voorwaar 'n voorreg om onder u leiding te werk".

My opregte dank aan Mima Du Plessis, Jan Delport, Dalene Slabbert, Mpo Ntswagong, Kedibone Ntswagong, Stella Senekal, Paula Schoeman en Ilonka Malan vir al jul liefde, hulp en ondersteuning.

Aan 'n baie spesiale vriend, Hennie Lötter, wat aan my die vreugde van ware Christenskap geleer het en wat my deur moeilike tye gedurende hierdie studie gedra het:

"U Perspektief en empatie het my deurentyd bemoedig".

Aan Jan Venter: Dit was nie maklik nie. Ek dink jy sal egter beter verstaan as ek sê:

"Met jou sal ek weer trou!"

INHOUD

	Bladsy
SAMEVATTING.....	iv
ABSTRACT.....	vi
HOOFSTUK 1: NAVORSINGSONTWERP.....	1
1.1 FOKUS VAN STUDIE.....	1
1.2 AGTERGROND.....	1
1.2.1 Persoonlike leierskap.....	6
1.3 PROBLEEMSTELLING.....	8
1.4 DOELSTELLING.....	8
1.5 MOTIVERING.....	9
1.6 NAVORSINGSMETODOLOGIE.....	9
1.6.1 Navorsingstrategie.....	9
1.6.2 Navorsingsmetode.....	10
1.7 VERDERE VERLOOP VAN STUDIE.....	12
HOOFSTUK 2: DIE MANIFESTERING VAN SELFBEWUSSYN EN DIE ROL VAN WAARDES BY DIE HEDENDAAGSE VROU.....	13
2.1 INLEIDING	13
2.2 KONSEPTUELE ANALISE.....	13
2.2.1 Woordanalise.....	13
2.2.2 Verskynselanalise.....	15

2.3	PERSOONLIKHEIDSEIENSKAPPE VAN 'N VROU MET 'N HOË MATE VAN SELFBEWUSSYN.....	22
2.4	SELFBEWUSSYN EN DIE MANIFESTERING DAARVAN OP DIE VERSKILLENDE LEWENSDIMENSIES VAN DIE VROU.....	23
2.4.1	Die fisiologiese dimensie van die vrou.....	25
2.4.2	Die emosionele dimensie van die vrou.....	26
2.4.3	Die intellektuele dimensie van die vrou.....	27
2.4.4	Die spirituele dimensie van die vrou.....	28
2.5	DIE ROL VAN WAARDES EN SELFBEWUSSYN.....	30
2.5.1	Wat is 'n waarde?.....	30
2.5.2	Die rol van waardes in doelwitstelling.....	32
2.5.3	Waardes en die hedendaagse vrou.....	33
2.6	SLOT.....	35
HOOFSTUK 3:	DIE ROL VAN PERSOONLIKE LEIERSKAP IN DIE ONTWIKKELING VAN SELFBEWUSSYN BY DIE HEDENDAAGSE VROU.....	36
3.1	INLEIDING.....	36
3.2	LEIERSKAP VIR DIE HEDENDAAGSE VROU.....	37
3.2.1	Persoonlike leierskap.....	37
3.2.2	Die doel van persoonlike leierskap.....	38
3.2.3	Belangrikheid van persoonlike leierskap vir die hedendaagse vrou.....	39
3.3	PERSOONLIKE LEIERSKAP BEHELS 'N PROSES.....	39
3.3.1	Wie is ek?.....	40
3.3.2	Waarheen is ek op pad?.....	46
3.3.3	Hoe gaan ek daar kom?.....	49

3.4	SAMEVATTING.....	52
HOOFSTUK 4: SAMEVATTING, BEVINDINGE EN SLOT.....		55
4.1	SAMEVATTING.....	55
4.2	BEVINDINGE.....	56
4.2.1	Wat is selfbewussyn?.....	56
4.2.2	Watter rol kan 'n waarde-uitklaring in hierdie verband speel?.....	58
4.2.3	Watter bydrae kan persoonlike leierskap in die ontwikkeling van selfbewussyn by die hedendaagse vrou lewer?.....	59
4.3	SLOT.....	60
BRONNELYS.....		61

LYS VAN FIGURE

Figuur 1.1	Die tydsbestuur van werkende vrou.....	3
Figuur 1.2	Proaktiwiteitsmodel.....	8
Figuur 3.1	Die vier kwadrante van tydsbenutting.....	48
Figuur 3.2	Die verband tussen lewensrolle en doelwitstelling.....	51
Figuur 3.3	Die persoonlike leierskapsproses.....	53

LYS VAN TABELLE

Tabel 3.1	Die persoonlike leierskapsproses.....	40
Tabel 3.2	Temperament volgens Griekse medici.....	41

SAMEVATTING

Die hedendaagse vrou bevind haarself in 'n dilemma wat ontstaan as gevolg van 'n konflik in die rolverwagtinge wat aan haar gestel word. Die doel van die studie is om hierdie dilemma te ondersoek, asook die rol wat selfbewussyn, waardes en persoonlike leierskap hierin speel. Die doelstelling van hierdie studie is eerstens om 'n duidelike begrip te vorm van wat selfbewussyn vir die hedendaagse vrou behels. Tweedens word die rol ondersoek wat 'n waarde-uitklaring in hierdie verband kan speel. Laastens word daar gefokus op die bydrae wat persoonlike leierskap in die ontwikkeling van selfbewussyn by die hedendaagse vrou kan maak.

Daar word van 'n beskrywende studie gebruik gemaak ten einde beter insig en begrip rondom selfbewussyn en die manifestering daarvan by die hedendaagse vrou te verkry. 'n Woord- en konsepanalise word as navorsingsmetodes gebruik om selfbewussyn te omskryf. 'n Literatuurstudie word gedoen ten einde beter insig en begrip rondom selfbewussyn en die manifestering daarvan by die hedendaagse vrou vanuit 'n leierskaps-perspektief te verkry. Die fokus van hierdie studie is die middelklas, getroude of enkelopende vrou met kinders wat 'n voltydse of deeltydse beroep beoefen.

Selfbewussyn by die hedendaagse vrou kan omskryf word as 'n innerlike kontak wat 'n vrou met haarself openbaar. Hierdie kontak weerspieël dan haar diepste motiewe, vermoëns, houdings en waardes op alle betrokke lewensdimensies. Selfbewussyn is hiervolgens die sambreelterm wat die volgende elemente naamlik selfkonsep, self-aanvaarding, self-estimasie, "self-efficacy" en selfbeheer insluit.

Die vrou moet weet wie sy regtig is en dit impliseer dat sy haarself ken. Verder behoort sy ook deeglik bewus te wees van wat vir haar in die lewe van waarde is. Daarom is 'n waarde-uitklaring noodsaaklik aangesien elke menslike handeling in ooreenstemming met 'n individu se eie individuele waardesisteem gemaak word.

Persoonlike leierskap, wat omskryf kan word as 'n karakter- en beginselgesentreerde benadering, word aangebied as hulpmiddel wat die hedendaagse vrou kan bystaan om groter selfbewussyn te ontwikkel ten einde

persoonlike ontwikkeling en groei te bewerkstellig. Persoonlike leierskap vir die hedendaagse vrou handel oor 'n bewuswording van wie sy regtig is, bepaling van waarheen sy op pad is en ook die stel van doelwitte om haar missie in die lewe te realiseer.

Die proses van persoonlike leierskap kan die vrou bystaan om in die eerste plek tot groter selfbewussyn te kom asook om haar te herinner aan daardie aspekte van haar lewe wat vir haar as individu belangrik is. Die vrou sal dan ook persoonlike leierskap in haar eie lewe kan toepas en indringende kennis omtrent haarself, haar motiewe en dryfvere in die lewe openbaar. Sy sal deeglik bewus wees van wie sy werklik is, wat vir haar van waarde is, asook wat sy graag eendag wil bereik en as nalatenskap wil los. Groter selfbewussyn sal verder dien as die kompas waarvolgens die vrou haar daaglikse aktiwiteite beplan en organiseer. So 'n vrou sal minder innerlike konflik beleef, haar daaglikse aktiwiteite beter organiseer en in hierdie proses dit word wat sy werklik wil wees.



ABSTRACT

Women today find themselves in a dilemma due to a conflict in role expectations. The purpose of this study is to investigate this dilemma, as well as the role of self-awareness, values and personal leadership in this regard. The main objective is to clearly define the concept self-awareness and what it entails for women today, and secondly to investigate the role of value-clarification in this regard. Finally, the focus of this study is on the contribution that personal leadership can make to the development of self-awareness of women today. The focus of this study is the middle-class, married or single woman with children who has a full-time or part-time job.

The research methodology of this study entails a descriptive study. Research methods include a word and concept analysis to clarify concepts central to the title of the study. A literature study was conducted to clarify self-awareness as it manifests in the everyday lives of women today.

Self-awareness can be described as a woman's inner contact with herself, which reflects her deepest values, motives and attitudes in all dimensions of life. According to this study, self-awareness is the all-encompassing term that includes self-concept, self-acceptance, self-efficacy, self-estimation and self-control.

Each and every woman should know who she really is. This implies that a woman should be fully aware of her values in life, i.e. what really matters to her. It is therefore important that she engages herself in a process of value-clarification in order to align her daily activities according to these values.

This study also focused on the role which personal leadership can play in establishing better self-awareness. Personal leadership is described as a principle- and character-based approach to assist women to achieve a greater sense of self-awareness. Personal leadership can be described as a process of coaching a person towards a better understanding of who she is and where she currently finds herself in life, as well as where she comes from and in what direction she wants to go.

This process can assist women to develop a greater sense of self-awareness and serve as a constant reminder of those aspects that are really most important in life. Through personal leadership she will find her true values, and obtain in-depth knowledge of herself, her motives and driving forces in life. She will know what she aims to achieve, and what she would like to be remembered for. Greater self-awareness will also serve as a compass for living more effectively. This woman will experience less inner conflict, organize her daily activities better and in this process will become that which she truly strives to be.



HOOFSTUK 1

NAVORSINGSONTWERP

1.1 FOKUS VAN STUDIE

In die hedendaagse samelewing beleef die vrou 'n unieke probleem ten opsigte van lewensvervulling. Nie alleen stel sy sekere eise aan haarself nie, maar ook die samelewing vereis 'n bepaalde rol van haar en beide verwagtings is dikwels in konflik met die tradisionele sienings oor 'n vrou. Die fokus van hierdie studie is dan om hierdie konflik wat die vrou beleef te ondersoek en die rol wat persoonlike leierskap in hierdie verband kan speel, met besondere verwysing na die rol van selfbewussyn, bloot te lê. Die Verklarende Handwoordeboek van die Afrikaanse Taal (Odendal, Schoones, Swanepoel, du Toit, & Booyen, 1997:906) omskryf selfbewussyn as die besef dat jy 'n eie persoonlike wese is, dat jy kennis van jouself het.

1.2 AGTERGROND

Tradisioneel het die man en die vrou verskillende rolle in die samelewing beklee. Die vrou was hoofsaaklik verantwoordelik vir alle huishoudelike take en het haar daarop toegespits om aan haar familie se basiese behoeftes te probeer voldoen. Die rol van tuisteskepper was vir die meeste vroue primêr en dit het soms tot groot frustrasie gelei. Gevolglik is die meeste van hierdie vroue se tyd deur huishoudelike sake in beslag geneem en was daar selde geleentheid om ook 'n beroep beoefen. Patenaude (1998:57) beweer in hierdie verband dat sodanige frustrasie van die vrou daartoe gelei het dat menige kind die slagoffer van fisiese, emosionele en verbale afknouery geword het.

Die vrou het 'n gevoel van magteloosheid beleef wat met verloop van tyd vir sommige verander het. Sy het die arbeidsmark betree en danksy die militante feministiese beweging van die sewentigerjare, is sy bevry van die (tot redelik onlangse) manlik dominante samelewing. Tans beleef Suid-Afrika, net soos die res van die wêreld, die sogenaamde "opkoms" van vroue. Artikel 9 van die Grondwet bepaal dat diskriminasie teen vroue, hetsy horisontaal of vertikaal, ongrondwetlik is en dus ten

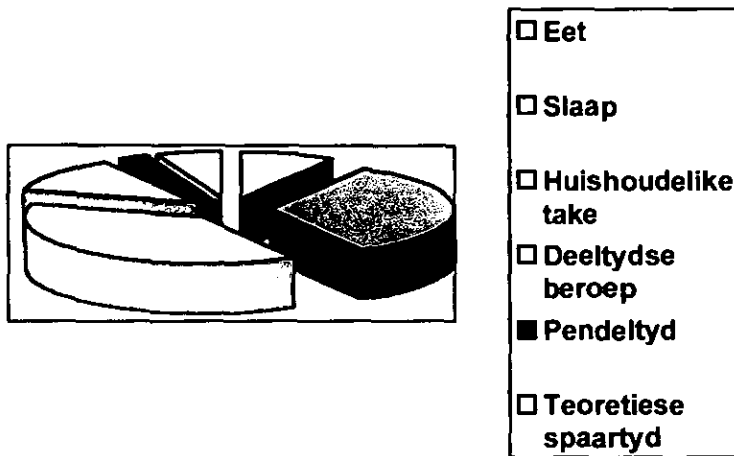
alle koste vermy behoort te word (RSA Grondwet: artikel 9, 1996). Hierdie bepaling open nuwe horisonne vir die vrou en daarom kan sy nou met reg sê dat sy op gelyke vlak met die man kan meeding.

Menige hedendaagse vroue beoefen nou 'n beroep, hetsy tydelik of permanent. Baie is selfs verplig om te werk - sommige om aan finansiële verpligtinge te voldoen, ander om 'n beroep te ontwikkel (Beck, 1997:7). Dit is nou vir die vrou moontlik om haar eie standarde te stel en so op gelyke vlak met haar manlike eweknie mee te ding. Op hierdie manier kan sy haar eie optimale potensiaal bereik (Patenaude, 1998:64).

Benewens haar tradisionele rol van tuisteskepper vul talle hedendaagse vroue nou ook die rol van beroepsvrou. Die gemiddelde getroude vrou met 'n kind(ers) het gewoonlik haar hande vol om balans tussen die twee rolle te vind. Vandag is enkelouers algemeen, wat die vrou se situasie selfs meer kompliseer. Die verwysing in hierdie studie na die hedendaagse vrou is spesifiek gemik op die middelklas getroude of geskeide of enkelopende vrou met afhanklike kinders wat 'n voltydse of deeltydse beroep beoefen.

Tyd, en veral tydsbestuur, is meer as ooit tevore vir die vrou van kardinale belang. In die hedendaagse lewe is "tyd" in die algemeen vir beide mans en vroue 'n waardevolle kommoditeit. Die begrippe "produktiwiteit" en "tydsbestuur" is aan die orde van die dag en word algemeen gebruik. Volgens Covey (1994:57) kan mens bloot op boekwinkels se rakke kyk na die hoeveelheid literatuur oor hierdie onderwerpe om te beseef hoe populêr dit is en hoeveel belangstelling dit van die publiek geniet. By nadere ondersoek blyk dit egter duidelik dat hierdie literatuur hoofsaaklik op die man gerig is.

Ody (1999:23) illustreer die probleem van toenemende eise teen die werkende vrou se kwyndende tyd. Volgens haar skematiese voorstelling gegrond op navorsing in Ohio, VSA, bring die werkende vrou haar tyd as volg deur:



Figuur. 1.1 Die tydsbestuur van werkende vroue (Ody, 1999:23)

Indien aanvaar word dat 'n vrou gemiddeld minstens agt uur per dag slaap, 'n verdere twee uur bestee aan die voorbereiding (en eet) van maaltye asook aan rus, dan bly daar slegs agt en negentig uur per week oor vir aandag aan haar eie aktiwiteite. In aansluiting hierby het die versekeringsmaatskappy, Legal en General, deur navorsing bevind dat die gemiddelde vrou met twee kinders gemiddeld twee en sestig uur per week aan take in en om die huishouding bestee. Verder is bevind dat twee derdes van hierdie vroue, buiten bogenoemde, ook deesdae 'n verdere agtien tot twintig ure aan die een of ander deeltydse beroep bestee (Ody, 1999:24).

Wanneer ons bogenoemde ure bymekaar tel en pendeltyd na en van die werk byreken, bly daar slegs 'n skamele negentig minute per dag oor. In die oorblywende tyd moet "Mev. Tipies" ook aandag gee aan dit wat juis nodig is om haar as persoon te laat groei, bv. oefen, mediteer, lees, persoonlike versorging en gemeenskapswerk doen, wat uiteindelik tot selfaktualisering kan bydra (Ody, 1999:24). Volgens Meyer, Moore & Viljoen (1988:381) verteenwoordig selfaktualisering die ideale vlak van funksionering waarna elke individu streef.

Sou "Mev. Tipies" in 'n voltydse beroep staan, sal 'n konserwatiewe beraming van haar tydsbesteding toon dat daar selfs minder tyd beskikbaar is vir persoonlike groei (Ody, 1999:23). Reken in hierdie verband omstandighede van alleenmoeders by, en die vooruitsigte vir beskikbare vrye tyd is maar gering. Hierdie studie is in die VSA

gedoen waar skoolkinders meestal per bus skool toe gaan, aan alle buitemuurse aktiwiteite op die skoolperseel deelneem, en weer met die bus huis toe gaan. In Suid-Afrika geld die teenoorgestelde gewoonlik. Kinders word meestal deur hul ouers – maar hoofsaaklik moeders – by die skool besorg en afgehaal. Baie buitemuurse aktiwiteite vind nie by die skool plaas nie, en gevolglik bring menige vrou 'n groot deel van die middag in haar motor deur tussen haar kinders se aktiwiteite. Indien ons, konserwatief geskat, slegs vyf en veertig minute per dag vir hierdie vrou sou byvoeg, lyk die Suid-Afrikaanse vrou se situasie nog meer benard.

Die beroepsvrou moet vandag werk, tuisteskepper, kinderoppasser en nog vele meer wees. Sy moet dus tyd vind om aan nuwe eise te voldoen wat haar veranderde rol in die samelewing van haar verwag (Rodrigues, Wolf & Wolf, 1999:2).

In antwoord op die argument dat vroue moet deleger en dat elke lid van die gesin sy of haar deel in die huis moet bybring, sal menige vrou voel dat dit makliker gesê as gedaan is. (Rodrigues, et al.1999:9) het bevind dat in Suid-Afrika, hoewel meeste vroue 'n eggenoot of huishulp het wat haar met take bystaan, sy steeds verantwoordelik is vir 87% van alle inkopies, 81% van alle kookwerk, en 63% van alle vereffenings van rekeninge.

Weens oneffektiewe tydsbestuur raak die vrou vasgevang in 'n paradigma van gejaagdheid. Sy glo dat indien sy dinge vinniger doen, sy steeds by al haar belangrike take sal kan uitkom. Gevolglik jaag baie vroue daaglik rond in 'n dolle poging om aan alle verwagte eise te voldoen. Min vroue beseft egter presies hoe uitmergelende invloed hierdie gejaagdheid op hul gesondheid en algemene welstand het (Gillibrand & Moseley, 1997:1; Rodrigues, et al. 1999:2). Ody (1999:23) beweer in hierdie verband dat dit dan ook geen wonder is dat vroue deesdae toenemend aan stresverwante siektes lei nie.

Die meerderheid vroue voel oorwerk, uitgebuit en skuldig. Nie alleen oor dit wat hul nié doen nie, maar ook juis oor dit wat hul wél doen (Hart, 1997:156). In die woorde van Golda Meir:

"When you are at work you think about your children you left behind at home. When you are at home you think of the work you left undone. Such is the life of a woman, the heart is rent" (Beyers, 1999:46).

Daar is volop artikels in populêre tydskrifte wat poog om hierdie dilemma van die vrou aan te spreek. Hieruit blyk dit duidelik dat vroue in die moderne samelewing die probleem algemeen ondervind. In die *Fair Lady* van 15 September 1999 is daar in hierdie verband onderhoude gevoer met 'n paar vooraanstaande beroepsvroue. Al die betrokke dames was dit eens dat dit 'n wesenlike probleem is. Nulda Beyers, mede-professor in Pediatrie en Kindergesondheid, sê:

"I still worry that I am not good enough. I see glimpses of other people's lives – a beautiful body, a stunning home – and I think I should be like them. Sometimes I get depressed about not being competent enough. I should be superwoman" (Beyers, 1999:45).

Ouers, opvoeders, die media en ook die literatuur hou daagliks die beeld van die perfekte of ideale vrou voor. Selfs die manlik-georiënteerde pers verwys na haar as "*superwoman*" (Guillibrand & Moseley, 1995:xvi). Wanneer hierdie vrou se realiteit dan nie ooreenstem met die sogenaamde ideale beeld nie, maak sy baie moeilik vrede met die demoraliserende gevoelens van skuld wat volg. Weens hierdie skuldgevoelens vind sy dit soms gans onmoontlik om keuses te maak. Dit is juis daarom dat menige vrou nie daarin kan slaag om haar volle potensiaal, hetsy persoonlik of professioneel, te bereik nie (Gillibrand & Moseley, 1995:xvi).

Die vrou van vandag besef dat sy keuses moet maak en dat sy dit met verantwoordelikheid moet benader. Die proses van kies impliseer dat sy sal weet wie sy is en wat vir haar as persoon belangrik is. Indien die vrou oor 'n groter mate van selfbewussyn beskik kan sy makliker meer verantwoordelike besluite neem omdat sy beter kan prioritiseer. Indien sy 'n gebrek aan selfbewussyn toon sal so 'n vrou dus baat by persoonlike leierskapsontwikkeling wat selfbewussyn as element vir die neem van proaktiewe keuses vereis. Persoonlike leierskap sal vervolgens bespreek word.

1.2.1 Persoonlike leierskap

Covey (1994:42-45) omskryf persoonlike leierskap as 'n karaktergebaseerde, "inside-out"-benadering tot persoonlike sowel as interpersoonlike effektiwiteit. Volgens hierdie benadering word daar eerstens op die self gefokus – met ander woorde jy neem jou waardes, motiewe en paradigmas in oënskou en maak aanpassings om optimale ontwikkeling en groei te verseker. Vanuit 'n persoonlike en professionele perspektief is 'n paradigma volgens Covey (1999:23) "n manier van sien" waarvolgens die mens sekere persepsies rondom bepaalde aspekte van die lewe huldig. Die mens is geneig om sy lewe volgens hierdie bepaalde siening in te rig.

Meyer (1993:1) definieer persoonlike leierskap as die vermoë van 'n persoon tot gekristaliseerde denke waarvolgens die betrokke persoon die verloop van sy lewe beplan. Hiervolgens is persoonlike leierskap die vermoë wat 'n individu openbaar om deur middel van persoonlike motivering doelwitte te kan bereik. Covey (1994:290) beweer ook verder in hierdie verband dat 'n balans tussen die mens se fisiese, sosiale, intellektuele en spirituele dimensies tot optimale potensiaalverwesenliking kan lei.

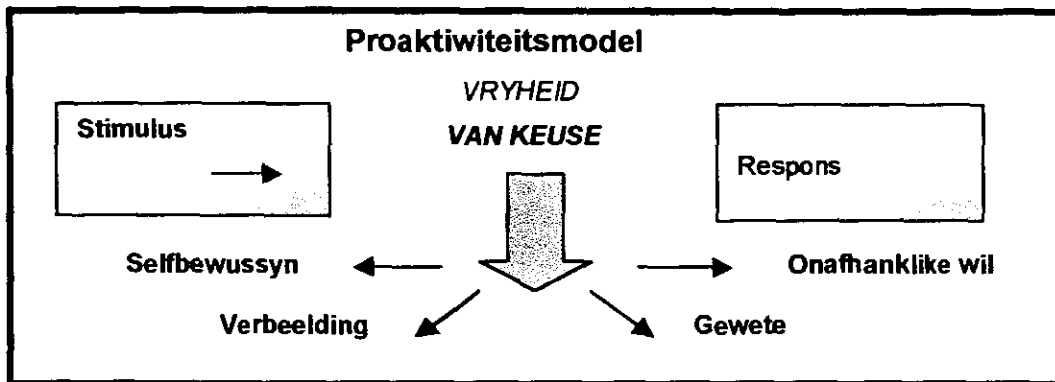
In die soeke na balans moet die mens kies tussen dit wat *gedoen moet word*, (byvoorbeeld werkseise), dit wat *behoort gedoen te word* (soos gemeenskapswerk) en dit wat die persoon *graag sou wou doen* (byvoorbeeld 'n stokperdjie beoefen). Wanneer werkseise en gemeenskapswerk sou oorheers, voel die persoon maklik dat hy of sy nie meer beheer oor die lewe het nie. Smith (1994:2) verwys na die mens se behoefte aan beheer as een van die kragtigste menslike begeertes waarmee 'n individu gekonfronteer word. Volgens hom is daar vir die mens geen onaangename ervaring as juis hierdie magtelose gevoel wat hy of sy as gevolg van 'n totale gebrek aan beheer beleef nie. Hy voer verder aan dat innerlike vrede verkry word wanneer die mens sy of haar diepste waardes (daardie aspekte wat vir elke individu belangrik is) regtig begryp (Smith, 1994:3).

Covey (1994:51) verwys na hierdie diepste waardes van die mens as die “Ware Noord-beginsels” waarvolgens die individu sy of haar lewe behoort te rig. Die meeste mense beleef egter ‘n dissonans tussen “Ware Noord-waardes”, naamlik dit wat ek glo en wat ek graag sou wou doen, en dit wat ek doen as gevolg van werkseise, lewenstyl en sekere omgewingsfaktore. Hierdie dissonans is onaanvaarbaar en die mens moet streef na balans in lewe, liefde, en leer, asook om ‘n persoonlike nalatenskap te laat (Covey, 1994:119).

Wanneer die vrou ‘n dissonans beleef tussen dit wat sy moet doen en dit wat sy graag sou wou doen, ontstaan daar dikwels gevoelens van onvergenoegdheid, ongelukkigheid en frustrasie. Die proses van persoonlike leierskap kan die vrou help om haar “Ware Noord-waardes” te bepaal om tot haar volle potensiaal te ontwikkel. Hierdie proses sluit in die identifisering en uitklaring van waardes, en die stel van ‘n eie missie: ‘n tipe persoonlike waarde-uitklaring. So kan die persoon die nodige aanpassings maak ter bereiking van sy of haar doelwitte (Covey 1994:136).

Die mens maak daaglikse keuses. Covey (1999:68) beskou hierdie keuses as die gevolg van ‘n spesifieke stimulus wat deur ‘n verskeidenheid faktore bepaal kan word. In hierdie vryheid van keuse is daar volgens Covey vier elemente wat die mens se keuse beïnvloed, naamlik selfbewussyn, verbeelding, gewete, en ook die mens se onafhanklike wil (Covey, 1999:69). Indien die vrou dus oor ‘n beter selfbewussyn beskik sal dit haar keuses beïnvloed. So sal sy die dissonans wat as gevolg van ‘n gebrekkige selfbewussyn ontstaan kan verklein, of selfs elimineer.

Die proaktiwiteitsmodel bied ‘n oorsig oor hierdie siening. Covey (1999:69) beweer dat die mens proaktief behoort te wees deur te weet dat hy of sy “response-able” is. Hierdie mense besef hulle gedrag is die produk van hul keuses wat bepaal word deur hul waardes. Indien die vrou nie proaktiewe keuses maak nie, sal sy reaktief op stimulus reageer. Reaktiewe mense word dikwels deur hul omgewing beïnvloed en vroue loop nogal deesdae die gevaar om reaktief eerder as proaktief op te tree. Die proaktiwiteitsmodel word vervolgens grafies voorgestel in Figuur 1.2.



Figuur 1.2 Proaktiwiteitsmodel (Covey, 1999:69)

Volgens hierdie model behoort die vrou met 'n groot mate van selfbewussyn te kan beseft dat sy "respons-able" is en dat sy haar individuele kenmerke wat die kern van "wie sy is" verteenwoordig, proaktief kan aanwend tot eie individuele voordeel. So kan sy bepaal wat in die lewe vir haar as mens regtig belangrik is. Hierdie waarde-uitklaring sal haar bemagtig om 'n doelwit te stel; 'n sekerheid oor waarheen sy op pad is. Met hierdie wete sal sy haar lewe kan organiseer sodat sy daardie doelwitte kan bereik en so haar volle potensiaal kan ontwikkel.

1.3 PROBLEEMSTELLING

In die lig van voorafgaande uiteensetting van die situasie rondom die hedendaagse vrou is die spesifieke probleem wat in hierdie studie ondersoek word die dilemma waarin hierdie vrou haar vandag bevind. Soos aangetoon, is deel van die probleem te wyte aan die vrou se gebrek aan selfbewussyn, met inbegrip van persoonlike waarde-uitklaring. Hierdie studie word spesifiek vanuit 'n persoonlike leierskapskonteks benader en die volgende aspekte sal aangespreek word:

- Wat is selfbewussyn binne die leefwêreld van die hedendaagse vrou?
- Watter rol speel waarde-uitklaring in hierdie verband?
- Wat is die rol wat persoonlike leierskap kan speel?

1.4 DOELSTELLING

Die doelstelling van hierdie studie is om:

- selfbewussyn met spesifieke verwysing na die hedendaagse vrou te beskryf,
- die rol wat 'n waarde-uitklaring kan speel te ondersoek, en
- die bydrae wat persoonlike leierskap kan maak, met spesifieke verwysing na die bydrae van selfbewussyn tot die oplossing van die probleem van die vrou.

1.5 MOTIVERING

Die navorser as hedendaagse vrou, poog daagliks om balans te vind tussen haar beroep, haar verantwoordelikhede as ouer, en haar studies waardeur sy poog om haar optimale potensiaal te bereik.

As student in die Persoonlike en Professionele Leierskapsveld glo die navorser dat 'n studie soos hierdie:

- die vrou tot beter selfbewussyn kan lei, en
- so 'n vrou in staat sal stel om te bepaal wat werklik vir haar as persoon belangrik is sodat sy beter kan prioritiseer en funksioneer.

'n Uiteensetting van die wyse waarop hierdie ondersoek gedoen is volg.

1.6 NAVORSINGSMETODOLOGIE

Rossouw (1999:94) definieer navorsing as 'n sistematiese, metodiese soektog na spesifieke inligting oor 'n presies gedefinieerde tema. Hierdie inligting kan verkry word uit navorsing soos vervat in boeke en tydskrifte, of uit 'n navorser se eie speurtog na nuwe inligting (Rossouw, 1999:94). Wetenskaplike navorsing is 'n kollektiewe poging waarvolgens verskillende navorsers hul kennis met mekaar deel om uitbreiding van kennis as geheel te bewerkstellig (Neuman, 2000:445).

1.6.1 Navorsingstrategie

Smith (1993:9) beskryf 'n navorsingstrategie as die breë metodologiese benadering tot die bestudering van 'n navorsingsprobleem. Hiervolgens word die strategie bepaal deur die breër en spesifieke doelstellings van die studie. Dit het te doen met die "hoe?" van navorsing en is die algemene strategie wat bepaal watter metodes en

tegnieke die navorser sal gebruik (Smith, 1995:18). Dit is noodsaaklik om te onthou dat die doel met navorsing en die aard van die studieobjek die keuse van 'n navorsingstrategie, metodes en tegnieke bepaal (Smith, 1993:19).

Hierdie studie is beskrywend vanuit 'n fenomenologiese oogpunt. Dit bied 'n integrerende oorsig van die probleem wat die hedendaagse vrou beleef (Neuman, 2000:447). Fenomenologie is geging op die sistematiese onthulling van 'n saak se essensiële kenmerke volgens 'n verskeidenheid van metodes (Smith, 1993:45).

Om 'n sistematiese, feitelike en akkurate beskrywing ter wille van beter begrip te verkry, word 'n beskrywende strategie gebruik. Volgens Smith (1993:35) word 'n beskrywende studie gebruik om beter insig en begrip rondom 'n spesifieke aangeleentheid te verkry.

1.6.2 Navorsingsmetode

'n Navorsingsmetode is 'n meer spesifieke middel binne 'n breër navorsingstrategie waarvolgens 'n navorsingsprobleem ondersoek moet word (Smith, 1993:20). Die volgende metodes is in hierdie studie gebruik:

1.6.2.1 Konseptuele analise

Die metode van konseptuele analise berus op 'n bepaalde aanname omtrent die aard van die taal en betekenis. Hierdie aanname kom daarop neer dat die betekenis van 'n woord, term of begrip die beste verstaan kan word deur baie noukeurig te let hoe die gebruikers van die woord dit in die studieveld aanwend. Die betekenis van 'n begrip kan afgelei word deur die aktuele gebruik daarvan deur 'n taalgroep of gemeenskap (Rossouw, 1999:160). Die proses van konseptualisering verwys eerstens na die definiëring van die konsepte wat by 'n navorsingsessay betrokke is, en tweedens dat die integrasie van die navorsing binne die groter kennisraamwerk van 'n bepaalde vakgebied aangewend word (Rossouw, 1999:105).

Smith (1993:42) beskryf konsepanalise as die eerste stap in navorsing. Dit word gebruik om 'n begrip of woord te verhelder. Hierdie metode sluit in die naslaan van woorde se betekenis 'n woordeboek in sodat gedetailleerde sinonieme vir bepaalde begrippe gevind kan word. Die etimologiese betekenis van die stamwoord waarop 'n woord gegrond is, word ook bepaal deur die oorspronklike betekenis van die woord in grondtale (soos Grieks, Latyn en Hebreeus) na te slaan.

Hierdie studie poog om deur 'n konsepanalise die begrip "selfbewussyn" te omskryf en gebruik woordanalise, asook definiëring by wyse van 'n sintese van bestaande definisies. In hierdie proses word die verskillende perspektiewe gestel wat oor die begrip "selfbewussyn" bestaan. Rossouw (1999:110) verwys na so 'n analise as 'n proses waarvolgens bestaande definisies vergelyk word om ooreenkomste en verskille te ondersoek. Die navorser kom dan in hierdie proses tot 'n gevolgtrekking van watter definisie die geskikste binne die konteks van die navorsing is.

1.6.2.2 Verskynselanalise

Volgens Smith (1993:45) fokus 'n verskynselanalise op die verskynsel of fenomeen soos dit in die hedendaagse lewe te voorskyn kom. Die doel met 'n fenomeenanalise is om langs 'n sistematies geordende weg tot die essensie van 'n verskynsel deur te dring. Deur so 'n analise sal hierdie studie poog om selfbewussyn as verskynsel te beskryf, met spesifieke verwysing na die situasie van die hedendaagse vrou. Die verskynsel word in hierdie studie ondersoek deur tydskrifartikels, navorsingsartikels en boeke wat in hierdie verband verskyn het, te bestudeer.

1.6.2.3 Literatuurstudie

Smith (1993:47) beskryf 'n literatuurstudie as 'n skerp, noukeurige en sistematiese bestudering van korrekte geordende aantekeninge oor bestaande literatuur aangaande 'n spesifieke probleemarea. In hierdie proses word verdiepte insig in die betrokke studieveld verkry met die oog op 'n beter interpretasie van eie navorsingsdata.

Die doel van 'n literatuurstudie is om die bekendheid met die onderwerp te demonstreer asook om die geldigheid van die navorsing uit te wys. Verder is dit in 'n literatuurstudie noodsaaklik om vorige navorsing met die huidige situasie te koppel om sodoende die relevansie te bepaal. Die versameling van so 'n studie sal dan verdere navorsing ten doel kan stel. Sodoende word nuwe insigte rondom 'n bepaalde onderwerp verkry (Neuman, 2000:447).

Hierdie studie sal literatuur bestudeer wat die dilemma uitlig waarin die vrou haar bevind, naamlik 'n gebrek aan selfbewussyn, en die rol wat persoonlike leierskap in hierdie verband sal kan speel. Die studie maak gebruik van boeke, artikels asook die Internet.

1.7 VERDERE VERLOOP VAN STUDIE

Die inleidende hoofstuk het die agtergrond, probleem, doelstelling en navorsingsontwerp vir die studie uitgespel. Verder is persoonlike leierskap nader omskryf. Die verdere verloop van die studie is soos volg:

In hoofstuk twee word die konsep selfbewussyn en die rol wat waardes speel bespreek. Daar sal veral gefokus word op die rol wat selfbewussyn en waarde-uitklaring in die dilemma van die hedendaagse vrou speel.

Die bydrae wat persoonlike leierskap kan maak ten opsigte van die gebrek aan selfbewussyn word in hoofstuk drie ondersoek.

In hoofstuk vier word 'n samevatting van die essay gedoen. In hierdie proses sal die belangrikste bevindinge en moontlik aanbevelings ten opsigte van die dilemma van die hedendaagse vrou gemaak word.

HOOFSTUK 2

DIE MANIFESTERING VAN SELFBEWUSSYN EN DIE ROL VAN WAARDES BY DIE HEDENDAAGSE VROU

2.1 INLEIDING

Die vrou van vandag beleef 'n unieke konfliktsituasie tussen tradisionele sienings van 'n vrou se rol in die samelewing en die plek wat sy tans in 'n veranderende samelewing beklee. Hierdie vrou het ander lewensrolle as dié van haar vroulike voorouers en sy is soms verplig om te werk, hetsy om aan finansiële verpligtinge te voldoen, of om haar beroep te ontwikkel. Menige vrou beoefen deesdae 'n beroep, hetsy tydelik of permanent, en beleef in baie gevalle skuldgevoelens en selfs depressie omdat sy glo dat sy weens omstandighede nie goed genoeg na haar familie kan omsien nie (Beck, 1997:7). Indien hierdie vrou 'n groter mate van selfbewussyn ontwikkel, sal sy haar innerlike konflik beter kan hanteer en selfs elimineer.

Hoofstuk twee berus op 'n literatuurstudie rondom die verskillende aspekte van selfbewussyn. Die doel van hierdie hoofstuk is om selfbewussyn te omskryf deur 'n konseptuele analise te doen. Hierdie konseptuele analise veronderstel 'n woordanalise sowel as 'n analise van verskillende vakkundige definisies rakende selfbewussyn. Voorts sal 'n verskynselanalise gedoen word om die gebrek van selfbewussyn by die hedendaagse vrou te ondersoek. Die wyse waarop selfbewussyn en die gebrek daarvan die lewensdimensies van die vrou beïnvloed, sal ook ondersoek word. Daar sal verder aandag gegee word aan die rol wat 'n waarde-uitklaring in hierdie verband kan speel.

2.2 KONSEPTUELE ANALISE

2.2.1 Woordanalise

Die konsep selfbewussyn bestaan uit twee woorde naamlik **self** en **bewussyn** en daarom is dit noodsaaklik dat die woordeboekbetekenis van elk nagevors word.

2.2.1.1 Self

- Die Verklarende Handwoordeboek van die Afrikaanse Taal (Odendal, et al. 1997:905) beskryf die begrip **self** as: “1. Die eie wese. Eie persoon: ego: ‘n persoon se eie individualiteit of essensie: *‘n Studie maak van die self. Getrou aan sy vorige self.* 2. ‘n Mens se eie belange, voordeel, plesier, konsentrasie daarop: *Hy gee vir niks om nie behalwe self.* 3. (Sielk.) Diepste onderbewuste van die siel: *Streef na kennis van die self ...*”
- Die Oxford Compact English Dictionary (Thompson, 1996:924) beskryf die term **self** as: “1. A person or thing’s own individuality or essence (*his true self*). 2. A person or thing as the object of introspection or reflective action (*the consciousness of self*). 3. a One’s interests or pleasure; b concentration on these...”

2.2.1.2 Bewussyn

- Die Verklarende Handwoordeboek van die Afrikaanse Taal (Odendal, et al. 1997:85) omskryf die begrip **bewussyn** as: “1. Besef, kennis van jou eie handeling: besit van verstandelike vermoëns; vermoë om te weet dat jy kan dink en voel ... 2. Al die idees, gevoelens, gedagtes van ‘n persoon...”.
- Die Oxford Compact English Dictionary (Thompson, 1996:62) omskryf **bewussyn** as: “1. conscious; having knowledge. 2. well informed”.

2.2.1.3 Selfbewussyn

- **Selfbewussyn** word deur die Verklarende Handwoordeboek van die Afrikaanse Taal (Odendal et al. 1997:906) omskryf as: “Die besef dat jy ‘n persoonlike wese is; kennis van jouself: *Tot selfbewussyn kom*”.
- Die English Compact Dictionary (Thompson, 1996:925) omskryf die begrip **selfbewussyn** as: “conscious of one’s character, feelings, motives, etc”.

2.2.1.4 Selfbewussyn en selfbewustheid

Na aanleiding van voorafgaande kan **selfbewussyn** omskryf word as kennis en begrip van die mens se eie individualiteit. Dit impliseer 'n diepgaande kennis van die essensie van 'n persoon, naamlik "*Wie ek is*". Hierdie kennis sluit 'n deurlopende bewustheid van gevoelens, karaktereienskappe, handeling asook motiewe in.

Dit is belangrik om te onderskei tussen selfbewussyn en selfbewustheid. Selfbewustheid word deur die Verklarende Handwoordeboek vir die Afrikaanse Taal (Odendal et al. 1997:906) omskryf as: "1. Met besef van eie waarde: *Die mens is 'n selfbewuste wese.* 2. Met sterk bewustheid van jouself, met 'n hoë dunk van jouself: *'n Selfbewuste houding.* 3. Verleë uit 'n bewustheid van 'n ander se opvatting, siening e.d. van jou: *Selfbewus wees voor die klas, die kameras wees, selfbewustheid.*"

Die begrip selfbewustheid gaan dus oor 'n gevoel van skaamte as gevolg meerderwaardigheid of minderwaardigheid by 'n spesifieke persoon. So 'n persoon is bewus van hoe sy sal optree in 'n bepaalde situasie en hierdie bewustheid beïnvloed dan hierdie persoon se natuurlike optrede. Hierteenoor is selfbewussyn eerder 'n innerlike gewaarwording van van eie vermoëns, talente en karaktereienskappe. 'n Persoon met goeie selfbewussyn sal byvoorbeeld weet dat sy skaam is om voor ander mense op te tree en poog om sulke situasies te vermy. Alternatiewelik sal sy aan die oorsaak van die selfbewustheid werk met die doel om dit te oorkom om soortgelyke situasies te kan hanteer.

2.2.2 Verskynselanalise

Soos alreeds gemeld bestaan die begrip selfbewussyn uit twee dele, naamlik die self en bewussyn, en daarom is dit dus ook belangrik om die definisies van elk individueel te ondersoek. Daarna word die konsep selfbewussyn as geheel omskryf.

2.2.2.1 Self

Die **self** word deur Gouws, Louw, Meyer en Plug (1979:326) gedefinieer as 'n term met 'n verskeidenheid van betekenis waarvan die volgende die belangrikste is:-

- Die persoon se siening van haarself of haar selfkonsep.
- Al die betrokke eienskappe van die persoon, dit wil sê haar persoonlikheid.
- Die kern van hierdie mens se persoonlikheid (*proprium*).
- Die substraat van gedrag, dit wil sê dit wat dan sy of haar psige is.
- Enigeen van 'n reeks aspekte van 'n persoon, soos dit in verskillende lewensituasies na vore tree, byvoorbeeld die sosiale self, die religieuse self en dan ook die beroep self.

Bruno (1987:206) omskryf die self as 'n unieke individu.

- Eerstens bestaan 'n individu binne 'n bepaalde tydsbestek.
- Tweedens beskou die outeur die self as die *ego* of die "ek" van die mens se persoonlikheid.
- In die laaste instansie sien hy die self as die mens se sin van eie identiteit.

Jacobs en Raath (1990:7) sien die kern van die self as die somtotaal van dit wat die individu waarneem, beleef of ervaar. Hierdie navorsers gebruik dan verder die siening van Vrey (in Jacobs & Raath, 1990:18) om die essensie van self, naamlik "die gestalt wat sy hare kan noem", te verduidelik. Hiervolgens sluit die self in:

- Die individu se stelsel van idees
- haar houdinge
- haar waardes
- dit waaraan sy haar haar daaglikse optrede rig.

Die self is volgens bogenoemde dan veelfasettig, aangesien die vrou haarself in die woorde van Vrey beleef as: "'n dinkende-voelende-willende doenende eenheid – die vermoë waardeur ek weet ek die rolle speel" (Jacobs & Raath, 1990:8).

2.2.2.2 Bewussyn

Wanneer daar na die begrip **bewussyn** gekyk word, word dit gedefinieer as:

- die hipotetiese gedeelte van die mens se psige waarmee hy of sy bewustelik lewe; en

- verder as die somtotaal van alle bewuste belewenisse van die mens (Gouws, et al. 1979:37).

2.2.2.3 Selfbewussyn

Harré en Lamb (1986:301) definieer **selfbewussyn** as die vermoë wat 'n persoon openbaar om in terme van haar selfkonsep te kan dink.

- In hierdie proses word daar gefokus op die aandag aan en prosessering van inligting en haar optrede in hierdie verband.
- Die inhoud van selfbewussyn word dan verwerk na gelang van toegang tot die bewuste.
- Die bewustheid van die self verskil dan ook verder van mens tot mens.

Gram en Guest, (1977:3) sien die mens se **selfbewussyn** as die individu se kennis van haar vermoëns, talente, asook haar beperkinge wat dan die uniekheid van hierdie betrokke individu sal beklemtoon.

- 'n Sin vir eiewaarde word sodoende ontwikkel, wat deurslaggewend is vir optimale potensiaalbereiking.
- Volgens bogenoemde navorsers word die mens se gevoel van eiewaarde bepaal deur 'n positiewe selfkonsep en selfagting wat 'n algemene sin van selftevreidenheid by die mens verteenwoordig.
- Nie alleen sal 'n goeie sin vir eiewaarde by so 'n individu ontwikkel nie, maar selfs die waarde van die ander in sy lewe ook verhoog (Gram & Guest, 1977:3).

Carl Rogers (in Meyer, et al. 1988:396) beweer die doel van die lewe is om te wees "**that self which one truly is**". Hiervolgens bestaan daar by die mens 'n basiese neiging om te streef na die verwesenliking van haar inherente potensiaal en sodoende dit te word wat sy kan wees.

- Daar bestaan by die mens 'n dimensie wat haar van die dier en plant onderskei, naamlik die vermoë om van haar beleweniswêreld bewus te word en ook haar ervaringe te evalueer.

- Die mens ontwikkel dan 'n bepaalde siening van haarself wat dan 'n belangrike rol in haar gedrag speel.

Goleman (1996:46) sien **selfbewussyn** as “an ongoing attention to one’s internal states”.

- Hiervolgens is die mens in hierdie staat dan reflektief van aard en evalueer die mens haarself asook haar eie emosies deurlopend.
- Goleman (1998:26) brei verder hierop uit en sien selfbewussyn as die individuele kennis van
 - haar individuele voorkeure in die lewe,
 - watter hulpbronne tot haar beskikking is ten einde haar eie unieke potensiaal ten volle te kan ontwikkel,
 - die bewustheid van die betrokke persoon rakende haar eie intuïesies.

Weisinger (1998:4) ondersteun die siening van Goleman en definieer **selfbewussyn** as die vermoë van die individu om in te skakel op 'n magdom van inligting.

- Dit behels inligting rakende die individuele eie gevoelens, sintuie, oordeel, aksies en intensies omtrent die self.
- Hierdie inligting help die vrou om te verstaan hoe sy in spesifieke situasies sal reageer, hoe sy in sekere situasies optree en kommunikeer, asook hoe sy haarself sal gedra in hierdie situasies.

Covey (1999:66) sien **selfbewussyn** as daardie unieke vermoë waaroor die mens beskik om te kan besin oor hoe sy voel asook om te verstaan hoe haar individuele verstandprosesse werk. Hiervolgens het die vrou dan die vermoë om te dink oor haar eie denke.

- Die mens se vermoë om weg van haarself te staan, onderskei haar dan juis van die dier. Die dier het nie hierdie vermoë nie en daarom noem Covey (1999:66) hierdie unieke vermoë van die mens dan selfbewussyn.
- Hierdie proses van selfbewussyn stel die vrou in staat om terug te staan om hulself in oënskou te neem.

Dyer (1995:14) stem saam met Covey dat die mens oor die vermoë tot innerlike reflektering beskik en dat dit die mens juis van die dier onderskei. Hierdie navorser huldig egter 'n meer spirituele benadering tot **selfbewussyn** en omskryf selfbewussyn as die ontdekking van 'n hoër self ten einde vreugdevol te lewe met die mens se innerlike self in beheer.

- Hy beweer dat hierdie proses van bewuswording 'n inskakeling op eie innerlike energie by die individu impliseer.
- Selfbewussyn vorm hivolgens die grondslag van die self en word die doel waarna die mens streef.
- Die innerlike bewuswordingsproses van die mens lei daartoe dat die vrou haar innerlike self ontdek.

Zohar en Marshall (2000:284) huldig ook 'n spirituele siening en definieer **selfbewussyn** as die vermoë van die individu om in kontak te wees met sy/haar diepste motiewe in die lewe.

- Zohar en Marshall sien selfbewussyn dan as die primêre motief waarvolgens die mens na 'n diepere betekenis in die lewe soek vir die verkryging van vervulling en integriteit.
- Hierdie motiewe in die lewe van die mens word omskryf as die mens se intensies soos verteenwoordig in diepgewortelde psigiese energie,- sekere bewustelik, wyl andere meer onbewustelik van aard is.
- Daar is dus sprake van deurlopende reflektering en innerlike kontak met die self.

2.2.2.4 Outeur se omskrywing

Na aanleiding van die voorafgaande omskryf die navorser die begrip selfbewussyn as 'n **innerlike georganiseerde konfigurasie van beelde wat 'n persoon rakende haarself huldig**.

- Hierdie beelde bestaan uit 'n persoon se **persepsie** van haar unieke karaktertrekke, eienskappe en vermoëns, waardes en houdings, aannames en gedrag, gevoelens, gewoontes, beskouings en idees.

- 'n Persoon wat selfbewussyn openbaar sal deeglik **bewus wees** van al haar individuele persoonlikheidstrekke, fisieke voorkoms, emosies asook spirituele ingesteldheid.
- Selfbewussyn impliseer dat hierdie die vrou **haarself** met haar al tekortkominge kan **aanvaar**.
- Hierdie **beeld wat die persoon** dan van haarself huldig gee uitdrukking aan wie die persoon glo sy is en waarvolgens die persoon dan haar lewe rig.
- Selfbewussyn veronderstel die vermoë van 'n individu om realisties in terme van haar **selfkonsep te kan dink en op te tree**.
- Hierdie beeld wat die persoon omtrent haarself huldig stel haar in staat om haar eie **emosies te verstaan** asook om in beheer daarvan te wees.
- Selfbewussyn verteenwoordig verder die **innerlike kontak** van die individu met sy of haar diepste motiewe, vermoëns en tekortkominge op 'n verskeidenheid van lewensdimensies, hetsy dit spiritueel, emosioneel, fisiek of kognitief van aard sou wees.
- Hierdie innerlike bewuswordingsproses lei daartoe dat die vrou die vermoë openbaar om te kan **reflekteer** ten opsigte van sekere denkprosesse sowel as om aanpassings te kan maak.

Tydens die evaluering van die verskillende definisies van selfbewussyn het sekere konsepte na vore getree wat as elemente van die vrou se selfbewussyn gesien kan word en wat tot beter begrip van die konsep selfbewussyn kan lei. Dit is daarom noodsaaklik om die verskillende komponente wat ter sprake is te omskryf ten einde die rol wat elk van hierdie konsepte binne selfbewussyn kan speel, te begryp.

2.2.2.5 Elemente van selfbewussyn

Die begrippe selfkonsep, selfaanvaarding, selfestimasie, "selfkragtigheid (self-efficacy)" en selfbeheer word nou kortliks as elemente van selfbewussyn omskryf. Die geheelbeeld van selfbewussyn bestaan dus uit die volgende konsepte:

a) Selfkonsep

Brenner-Cohen (1994:1) haal Lawrence aan wat daarop dui dat selfkonsep voorgestel kan word as 'n sambreelterm wat selfbeeld (wat die persoon is), die ideale self (wat die persoon graag wil wees) en selfagting (hoe die persoon voel oor die diskrepansie tussen wat hy is en graag wil wees) insluit. Knaus (1994:26) verwys na selfbeeld as daardie bepaalde beeld wat die vrou glo sy moet na die buitewêreld projekteer – ook in terme van die verskillende lewensrolle wat sy vervul. Dit is dit wat die vrou glo ander mense van haar dink.

b) Self-aanvaarding

Self-aanvaarding is 'n houding – “for better or for worse, I am the best I can be” – wat die individu openbaar (Knaus, 1994:26). Bums (1977:6) beskryf selfagting, selfrespek en selfaanvaarding as die evaluerende element van die selfkonsep.

c) Self-estimasie

Self-estimasie word deur Knaus (1994:26) omskryf as dit wat die vrou glo ander mense van waarde skat omtrent haar voorkoms, optrede en gewoontes. Osborne (1996:20) omskryf selfagting as “...a relatively permanent positive or negative feeling about the self that may become positive or negative as individuals encounter and interpret successes and failure in their daily lives”. Hiervolgens is selfestimasie 'n kombinasie van situasionele gevoelens teenoor die self en 'n samestelling van gevoelens oor die self gegrond op ervarings in die verlede en verwagtings oor toekomstige prestasie. Dit gaan dus nie net oor suksesse en mislukkings nie, maar ook oor die wyse waarop die persoon die gebeure interpreteer.

d) “Self-efficacy”

Die sielkundige Albert Bandura (Knaus, 1994:26) gebruik hierdie begrip om die vrou se geloof in haar vermoë om beheer te verkry oor gebeurtenisse in haar eie lewe te beskryf. Wanneer daar sprake van hoë “self-efficacy” is, glo die mens dat haar dade 'n impak op die wêreld rondom haar het. Verder glo sy dan ook dat haar gedrag wel 'n verskil sal kan maak. Hierdie geloof van die mens reguleer en motiveer haar tot optrede. Die teenoorgestelde van “self-efficacy” is hulpeloosheid.

e) **Selfbeheer**

Selfbeheer is 'n ordelike en georganiseerde benadering tot die uitdagings wat die lewe die mens bied om die regte dinge op die regte tyd gedoen te kry (Knaus, 1994:26).

Ten slotte omskryf die outeur selfbewussyn by die hedendaagse vrou as die innerlike kontak wat 'n vrou met haarself openbaar. Hierdie kontak weerspieël haar diepste motiewe, vermoëns, houdings en waardes in alle lewensdimensies. Selfbewussyn is hiervolgens die sambreelterm wat die elemente van selfbewussyn naamlik selfkonsep, selfaanvaarding, selfestimasie, "self-efficacy" en selfbeheer insluit.

2.3 PERSOONLIKHEIDSEIENSKAPPE VAN 'N VROU MET 'N HOË MATE VAN SELFBEWUSSYN

In die ondersoek na die betekenis van die begrip selfbewussyn en die betekenis van die verwante konsepte, kom daar sekere karaktereienskappe na vore wat eie is aan 'n persoon met 'n hoë mate van selfbewussyn. Goleman (1998:3) skryf die volgende eienskappe toe aan iemand met 'n goeie sin van selfbewussyn :

- 'n Vrou wat bereid sal wees om mislukking te erken en herken en selfs hierdie ervaring met 'n glimlag aan ander kan vertel.
- So 'n vrou openbaar gewoonlik 'n goeie sin vir humor en sy kan selfs vir haarself lag.
- Tydens werksonderhoude sal dit vir so 'n vrou ook moontlik wees om met gemak haar eie sterk- en swakpunte te bespreek.
- 'n Persoon met goeie selfbewussyn kan konstruktiewe kritiek baie goed hanteer.
- Sy is gewoonlik baie selfversekerd.
- Selfbewussyn sal 'n vrou eerstens laat besef dat sy nie iets kan doen wanneer 'n bepaalde taak bokant haar vermoëns is nie. As gevolg van hierdie besef sal sy in staat wees om keuses te maak, in ooreenstemming met haar vermoëns, ten einde sukses te behaal. Sy sal bereid wees om die risiko van 'n bepaalde

taak deeglik te oorweeg, en selfs om moeilike take van die hand te wys omdat sy haar eie vermoëns ken.

- So 'n vrou sal dan ook nie skroom om die hulp van ander kundiges in te roep om haar by te staan in die uitvoer van moeilike take nie.
- Hierdie vrou sien nie haar foute as mislukking nie, maar eerder as 'n leerproses.

Uit die voorafgaande is dit duidelik dat indien 'n vrou 'n hoë mate van selfbewussyn openbaar sy daaglik deurlopend in kontak met haarself is. So 'n vrou besef dat sy nie volmaak is nie en dat sy soms foute begaan. Sy aanvaar haarself en al haar tekortkominge en is wie sy is, en wie sy wil wees. So 'n vrou sal ook deeglik besef wie sy nié is nie. In hierdie proses benut sy haar talente en vermoëns optimaal en kan sy haar volle potensiaal op alle lewensdimensies bereik.

2.4 SELFBEWUSSYN EN DIE MANIFESTERING DAARVAN OP DIE VERSKILLENDE LEWENSDIMENSIES VAN DIE VROU

Elke mens het basiese behoeftes wat bevredig moet word sodat optimale menslike geluk en vervulling verkry kan word. Indien hierdie basiese behoeftes nie bevredig word nie, voel die mens nutteloos en word gevoelens van sinneloosheid beleef. Covey (1994:45) vat die essensie van 'n mens se behoeftes saam in die begrippe om te lewe, te leer, om lief te hê, en om 'n nalatenskap te laat. Hierdie behoeftes word gemanifesteer op vier verskillende vlakke of dimensies van die mens se lewe naamlik die fisiologiese, sosiale, intellektuele en geestelike dimensies.

- a) Die **fisiologiese dimensie** verwys na al die fisiologiese behoeftes soos kos, klere en beskerming wat elke mens se liggaam benodig om effektief te kan funksioneer (Covey, 1994:44). Carl Jung sien die fisiologiese dimensie as die dimensie wat alle fisiologiese prosesse en dryfvere, soos onder andere asemhaling, honger, dors, en selfs seks betrek wat vir die ligamlike voortbestaan van die mens noodsaaklik is (Meyer, et al.1988:80).

- b) Die **sosiale dimensie** verwys volgens Covey (1994:44) na die mens se behoefte om lief te hê, liefde te ervaar, en met ander mense oor die weg te kom. Die sosiale dimensie behels die omgang met die medemens. Die verhouding met die self beïnvloed ons verhouding ook met ander.
- c) Die **intellektuele dimensie** verwys na die verstandelike vermoëns van die mens. Hierdie vermoë verskaf aan die mens perspektief gedurende die besluitnemingsproses (Covey, 1994:44). Om vervulling op hierdie dimensie te beleef, behoort dit ontwikkel te word deur onder andere “diep en wyd” te lees, talente te ontwikkel en nuwe vaardighede en vermoëns aan te leer.
- d) Die **geestelike dimensie** verteenwoordig die behoefte van die mens om te voel daar is 'n groter doel om voor te lewe en om 'n bydrae tot die lewe te maak (Covey, 1994:44). Die geestelike dimensie verwys na al die bewussynsprosesse wat met die rede verstaan en verklaar kan word en wat die mens in staat stel om by die werklikheid aan te pas. Die geestelike dimensie is volgens Viktor Frankl die belangrikste aspek van menswees (Meyer, et al. 1988:448).

Elkeen van die verskillende lewensdimensies van die mens is belangrik. Indien een van hierdie dimensies afgeskeep word, sal dit die kwaliteit van die mens se lewe in geheel beïnvloed. Covey (1994:45-49) voer verder aan dat die bevrediging van al vier die basiese behoeftes van die mens vergelyk kan word met 'n chemiese reaksie wat plaasvind. Hierdie reaksie lei tot die ontstaan van 'n spontane ontploffing van innerlike energie wat dien as motivering vir menslike optrede.

Covey (1994:48) beweer dat die mens soms verkeerdelik onder die wanindruk verkeer dat balans verkry word deur individueel aandag aan elk van die dimensies te gee. Hiervolgens is die mens geneig om die dimensies te kompartementaliseer en nie dit onderling te integreer nie. Elkeen van die genoemde dimensies is egter belangrik aangesien die suksesvolle integrering hiervan tot algehele behoeftebevrediging en sinergie by die mens kan lei.

Corbin en Lindsay (1997:223) stem saam dat die mens al hierdie dimensies suksesvol moet integreer om selfvervulling te kan beleef. Hierdeur kan die mens dan sy of haar volle potensiaal ontgin en 'n bydrae maak tot die samelewing waarbinne sy funksioneer. Die mens sal nie balans tussen die dimensies ervaar indien daar nie oorvleueling en integrering tussen die verskillende dimensies plaasvind nie. Alle aspekte is ewe belangrik. Indien die mens enige van hierdie dimensies verwaarloos en nie aanspreek nie, sal dit sy of haar lewenskwaliteit verlaag (Covey, 1994:46).

In die lig van die voorafgaande word die rol van hierdie onderskeie dimensies in die lewe van die hedendaagse vrou vervolgens individueel ondersoek.

2.4.1 Die fisiologiese dimensie van die vrou

Hierdie dimensie van die vrou verwys na die effektiewe funksionering van die menslike liggaam sodat dit kan voldoen aan die fisieke eise wat daaraan gestel word. Goeie fisiologiese funksionering sluit 'n hoë mate van fiksheid en die effektiewe gebruik van toepaslike motoriese vaardighede in (Corbin & Lindsey, 1997:223). Die fisiologiese dimensie van die vrou word dan saamgevat in die behoefte om te leef. Hiervolgens het die vrou dan 'n behoefte aan voedsel, kleding, huisvesting, en ekonomiese welstand. Die gesondheid van die individu berus op natuurlike beginsels en word ondersteun deur genoegsame oefening, gesonde eetgewoontes, genoeg rus, 'n gesonde geestestoestand en die vermyding van middels wat die menslike liggaam kan benadeel (Covey, 1994:57).

Navorsing het bewys dat die hedendaagse vrou baie meer aan stresverwante siektes as haar voorouers blootgestel is. In 'n poging om aan al die eise wat aan haar gestel word te voldoen, raak sy vasgevang in 'n toestand van stres wat slegte eet-, drink-, en slaapgewoontes kan laat ontstaan. Verder is sy net soos die man ook dikwels die slagoffer van 'n destruktiewe leefstyl (McClelland, 2000:26). Volgens Corbin en Lindsey (1997:225) is 'n leefstyl destruktief wanneer die individu nie genoeg fisiese

oefening kry nie, stres nie beheer kan word nie en verslawende middels op gereelde grondslag gebruik word.

Die gunsteling lewensdimensie wat daagliks in die media aangeval word, is die fisiologiese dimensie. Geen wonder dan dat soveel vroue deesdae aan anorexia nervosa, bulimie, obesiteit, en nog vele meer ly nie. Meeste tydskrifte met die vrou as teikenmark dra gereeld artikels oor die een of ander wonder verslankingskuur of -metode wat die kilogramme binne dae sal laat wegsmet, en skep die indruk dat hoe maerder, hoe mooier vroue is. In dieselfde tydskrif verskyn egter resepte van dekadente lekkernye. Die hedendaagse vrou moet dus kophou en weet dat hierdie invloede nie noodwendig 'n eis aan haar as persoon stel nie. Sy kan self besluit en kies, maar sy moet dit doen ter wille van haarself en nie van ander nie (Hay, 1997:5).

Selfbewussyn op hierdie lewensdimensie impliseer dat die hedendaagse vrou hierdie probleem aanspreek. In die proses moet sy deeglik besin oor haar fisiese aktiwiteite en haarself die volgende vrae afvra, en dit dan ook eerlik beantwoord :

- Is ek fiks?
- Voel ek veilig?
- Kry ek genoeg slaap?
- Oefen ek gereeld?
- Handhaaf ek 'n gesonde dieet?
- Voel ek veilig met my eie seksualiteit?

(Lindenfield, 1992:63; Gillibrand & Moseley, 1995:41)

2.4.2 Die emosionele dimensie van die vrou

Die emosionele dimensie van die vrou verwys na haar vermoë om suksesvol met ander mense te kommunikeer, en ook om die kwaliteit van die lewe van die self en van ander te verhoog (Corbin & Lindsey, 1997:223). Die behoefte aan sosialisering word gemanifesteer in die vrou se verhoudings met ander. Dit is vir die vrou belangrik om lief te hê asook om self liefde te ervaar. Die realiteit van suksesvolle verhoudings lê in vertrouens-waardigheid. Verder verwys hierdie dimensie na die mens se vermoë

om alledaagse omstandighede en insidente positief en optimisties te hanteer (Covey, 1994:57).

Selfbewussyn in hierdie dimensie impliseer 'n vrou se diepgaande kennis omtrent haar eie emosies, vermoëns, sterkpunte, swakhede en behoeftes, en wat haar bepaalde dryfvere in die lewe is (Goleman, 1998:2). Die vrou met 'n sterk selfbewussyn sal in staat wees om haar eie gevoelens te identifiseer en weet hoe hierdie emosies haarself, haar vriende en haar beroepsprestasie kan beïnvloed. So sal sy haar optrede verstaan wanneer sy onder druk by die werk verkeer. Hierdie vrou kan byvoorbeeld as gevolg van beter selfbewussyn in staat wees om 'n veeleisende kliënt makliker te hanteer. Sy sal bewus wees van die uitwerking van hierdie kliënt se eise op haar gemoed of frustrasievlak, en hoe om soortgelyke situasies konstruktief te bestuur.

Die hedendaagse vrou behoort dan ook 'n gesonde selfbewussyn van haar emosionele toestand te verkry waarvolgens sy dan aan haarself die volgende vrae moet afvra en eerlik beantwoord:

- Is ek bewus watter emosies ek daagliks beleef?
- Raak ek maklik oorweldig deur ander mense se gevoelens?
- Is ek bewus van die emosies wat ander mense wys?
- Het ek vriende?
- Maak ek maklik vriende, of is ek uitermate skaam en teruggetrokke?
- Kan ek lag, huil en my emosies wys?
- Kan ek my gevoelens verwoord?
- Kan ek 'n verhouding met 'n ander persoon handhaaf as ek wou?

(Lindenfield, 1992:63, Gillibrand & Moseley, 1995:41).

2.4.3 Die intellektuele dimensie van die vrou

Die intellektuele dimensie van 'n persoon behels die vermoë om inligting aan te leer en aan te wend ten einde haar eie lewenskwaliteit te verbeter (Corbin & Lindsey, 1997:222). Die mens glo soms verkeerdelik dat indien sy so vinnig moontlik 'n

kwalifikasie sal bekom sukses outomaties sal volg, maar hierdie tipe sukses is nie noodwendig vervullend nie, en meestal 'n blote gejaag na wind (Covey, 1994:58) .

Selfbewussyn vir die hedendaagse vrou impliseer selfkennis rakende al haar intellektuele vermoëns. Indien die hedendaagse vrou haar intellektuele selfbewussyn wil verbeter, behoort sy die antwoorde op die volgende vrae te kan verskaf:

- Lees ek genoeg?
- Sien ek genoeg rolprente en woon ek genoeg verhoogopvoerings by om my gestimuleerd te hou?
- Gun ek myself genoeg tyd om te debatteer en reflekteer?
- Vra mense my opinie?
- Kan ek byvoorbeeld 'n oplossing vir 'n knaende probleem in my beroep vind?
- Vra mense my uit oor my idees en word my bydraes waardeer?

(Lindenfield, 1992:63; Gillibrand & Moseley, 1995:41)

2.4.4 Die spirituele dimensie van die vrou

Covey (1994:45) beweer dat dit in die mens se aard is om 'n nalatenskap te wil laat. Indien die hedendaagse vrou aan hierdie maatstaf gemeet word, beteken dit sy wil voel sy het iets bygedra tot haar lewe en dat sy ook 'n bydrae tot die ontwikkeling van die samelewing kan maak. Die spirituele welstand van die mens geniet tans groot aandag. Boeke oor spirituele intelligensie verkoop goed en dit is duidelik dat die hedendaagse mens 'n behoefte hiervoor openbaar.

Volgens Viktor Frankl (Meyer, et al. 1988:446) wil die mens nie maar net doelloos bestaan nie. 'n Vrou sal byvoorbeeld wil voel dat haar lewe die moeite werd is, dat dit iets vir iemand anders beteken. Sy wil iets waardevols van of besonders met haar lewe maak. Sy wil waardes in haar lewe vergestalt of realiseer. Sy wil voel dat sy iets met haar lewe bereik het. Hieronder is haar gees verslae, en is sy van haar motivering om te lewe ontnem. Frankl voer aan dat dit nie gaan om die stryd om te bestaan nie, maar om die stryd om die sin van die bestaan (Meyer, et al. 1988:446).

Van meet af leer ons by die skool om vorentoe te kyk; om te fokus op die praktiese probleme van die eksterne wêreld rondom ons, en om doelgerig daarna te streef om doelwitte te bereik. Bittermin skoolinhoud in die westerse wêreld leer die individu hoe om op die innerlike self te reflekteer. Die mens word nie aangemoedig om die unieke menslike gawe van visualisering of verbeelding te gebruik nie. Reflektering op dit wat vir elke individu regtig van belang sal wees is nie ter sprake nie. In hierdie proses raak die vrou vasgevang in die gejaag na wind en poog sy om so besig moontlik te bly (Zohar & Marshall, 2000:285).

Spirituele intelligensie stel die mens instaat om te onderskei tussen behoeftes en noodsaaklikhede. In die proses reflekteer die mens dan tussen dit wat ideaal is en dit wat realiteit is. Volgens Zohar & Marshall (2000:284) is 'n diepe kennis van die self 'n voorvereiste vir die mens om antwoorde vir hierdie probleem te vind. Die gemelde outeurs beweer verder in hierdie verband dat selfbewussyn een van die hoogste kriteria vir spirituele intelligensie binne die spirituele verarmde kultuuromgewing van die hedendaagse mens is. Spirituele intelligensie vloei voort uit emosionele intelligensie en kan daarom omskryf word as 'n derde komponent van menslike intelligensie naas IK (intelligensiekwasiënt) en emosionele intelligensie.

Selfbewussyn op hierdie dimensie beteken dat die vrou die sin van haar bestaan sal verstaan en dat sy haarself genoeg tyd gun om te reflekteer en geestelik te groei. In hierdie verband kan die hedendaagse vrou die volgende vrae beantwoord om haar spirituele selfbewussyn te evalueer:

- Dra ek kennis van bestaande ontspanningsoefeninge?
- Dra ek kennis van die implikasie van joga- en meditasie-oefeninge?
- Geniet ek rus en vrede en laat ek genoeg tyd toe vir stilte in my lewe?
- Hou ek daarvan om oor aspekte in die lewe na te dink of gaan die omgewing, die planeet waarop ek leef en natuur my nie aan nie?
- Neem ek soms tyd af om te reflekteer oor die doel van my bestaan?

(Lindenfield, 1992:62; Gillibrand & Moseley, 1995:41).

Corbin (1997:223) sien die spirituele dimensie van die mens as die mens se vermoë om volgens 'n bepaalde stel waardes op te tree. Dit word gedoen na afloop van 'n proses van bewuste waarde-uitklaring. Nie alleen word waardes uitgeklaar nie, maar word die individu se lewe daagliks dan volgens hierdie waardes gerig. Elkeen van hierdie lewensdimensies is belangrik. Indien een van hierdie dimensies afgeskeep word sal dit die lewenskwaliteit van die mens se lewe beïnvloed (Covey, 1994:45).

Dit is belangrik dat die hedendaagse vrou weet "wie sy regtig is". Hierdie wete impliseer dat sy haarself ken en weet wat vir haar as individu regtig belangrik is. Sy moet dus deeglik bewus wees van wat vir haar persoonlik waardevol is. Bewuswording van hierdie waardes word gedoen deur 'n persoonlike voorraadopname van wie die vrou is en van wat vir haar as individu belangrik is. Indien die hedendaagse vrou deeglik bewus is van wat regtig vir haar as individu belangrik is, sal sy baie makliker haar gestelde doelwitte in die lewe bereik (Tessina, 1998:64).

2.5 DIE ROL VAN WAARDES EN SELFBEWUSSYN

Soos reeds in hoofstuk twee, paragraaf 2.4.4 genoem, moet die vrou weet dat daar sin in haar bestaan is. Die hedendaagse vrou wil voel dat sy 'n waardevolle bydrae kan maak en in hierdie proses, om dit wat vir haar belangrik is, te laat realiseer. Indien die vrou haar potensiaal wil laat realiseer, moet sy 'n waarde-uitklaring doen. Waardes en die rol wat dit in doelwitstelling kan speel, asook die belangrikheid daarvan vir die hedendaagse vrou, sal daarom vervolgens ondersoek word.

2.5.1 Wat is 'n waarde?

Kouzes en Posner (1993:60) omskryf waardes as 'n deurlopende geloof van 'n individu dat 'n spesifieke manier van optree, sosiaal sowel as persoonlik, meer aanvaarbaar is teenoor 'n ander manier van optrede. Waardes verskaf aan die mens inligting oor wat om te doen en wat om nie te doen nie. Waardes dien verder as die rigtinggewende beginsels waarvolgens elke individu haar lewe rig ten einde persoonlike en sosiale behoeftes te vervul. Volgens Badaracco (1997:73) definieer 'n

vrou se waardes haar identiteit wat insluit 'n reflektering van watter morele waardes vir die individu van belang is. Dus: "tracing the 'roots' of one's values" (Badaracco,1997:73). Volgens Robbins (1992:344) is waardes die mens se eie private wete oor dit wat vir haar belangrik is, dit wat sy weet wat reg of verkeerd, of goed of sleg is. Waardes vorm deel van die mens se diepste behoeftes, en kan in twee kategorieë ingedeel word.

Eerstens handel die mens se waardes oor dit wat vir elke individu belangrik is. Aspekte soos familie, motor, huis en geld word hier ingesluit. Die tweede kategorie waardes word beskou as kernwaardes. Hier kan die vrou haarself die volgende vraag afvra: "Waarom is dit vir my belangrik of waardevol?". Die mens se grondwaardes is nie oppervlakkig nie, maar gesetel in die dieper dimensie van menswees. Om waarde aan iets te heg, impliseer dat 'n belangrikheidsaspek aan 'n sekere item, hetsy konkreet of nie-konkreet, geheg kan word. Volgens Robbins (1992:347) kan enige aspek van die mens se lewe wat vir haar van waarde is as 'n waarde omskryf word.

Covey (1994:26) stem met die siening van Robbins saam en verwys na waardes as daardie aspekte in die mens se lewe waaraan die mens persoonlik waarde heg. Hiervolgens rig die mens sy of haar keuses en aksies sodat dit nie in konflik met sy of haar waardes is nie. Die mens heg waarde aan besittings, liefde, status, erkenning, bekendheid, godsdiens en nog vele meer. Dit is dus duidelik dat enige aspek wat die mens persoonlik van waarde ag, hetsy materieel of geestelik van aard, as 'n persoonlike waarde gekwalifiseer kan word.

Wanneer daar egter van die mens se kernwaardes melding gemaak word, dui dit op daardie waardes wat vir elke mens as individu reg, waardig, waardevol, goed en eties is. Hierdie kernwaardes verwys na die dieper strukture van die mens se denke waarvolgens haar aksies of optredes gerig word. Hierdie diepste waardes van die mens beklemtoon die doel van sy of haar bestaan en daarom word doelwitte gewoonlik in ooreenkoms met hierdie kernwaardes gestel (Knaus, 1994:37).

Covey (1994:51) verwys verder na hierdie kernwaardes waarvolgens die mens lewe, as "Ware Noord-waardes" waarvolgens die vrou haar lewe behoort te rig. Dit is eie aan die vrou om haar denke en optrede volgens haar diepste waardes te wil rig en daarom vorm hierdie "Ware Noord-waarde" die individu se eie individuele perspektief en uiteindelik ook haar optrede. Daar bestaan egter sekere "masker-waardes" (waardes wat ontstaan as gevolg van die vrou se huidige realiteit) wat die vrou verhinder om haar lewe te rig volgens die "Ware Noord-waardes". In hierdie proses raak die vrou vasgevang in 'n patroon van gejaagdheid en beleef sy gevoelens van onvergenoegdheid.

Covey (1999:34-35) is van mening dat "Ware Noord-beginsels" deel vorm van die kern of innerlike self van die mens. "Ware Noord-beginsels" wat ontdek behoort te word, sluit in regverdigheid, integriteit, eerlikheid, diensbaarheid, uitnemendheid, liefde, en moraliteit.

2.5.2 Die rol van waardes in doelwitstelling

Selfbewussyn verteenwoordig 'n verstaan van 'n persoon se waardes en doelwitte in die lewe. Iemand wat 'n hoë mate van selfbewussyn openbaar, weet waarheen sy op pad is. Robbins (1992:345) stem hiermee saam en stel 'n waarde-uitklaring as 'n uiters belangrike aspek van menslike bestaan. Dit is daarom belangrik dat die hedendaagse vrou helderheid verkry oor daardie aspekte in haar lewe wat vir haar as individu belangrik is. Nie alleen behoort sy bewus te word van hierdie waardes nie, maar behoort sy dan ook haar daaglikse handel en wandel daarvolgens te beplan.

Alle mense het waardes en doelwitte in die lewe, en volgens Goodwin (1999:1) is dit noodsaaklik dat 'n persoon se doelwitte en waardes in die lewe met mekaar ooreenkóm en nie in konflik funksioneer nie. Wanneer die mens se waardes en doelwitte nie met mekaar ooreenstem nie, is dit soos twee perde wat 'n kar in verskillende rigtings trek. Genoemde outeur is verder van mening dat doelwitte dit is waarna die mens streef, met inbegrip van die planne om dit te bereik. Volgens Ricketts (1997:550) is 'n doel die eindpunt waarna die mens streef en dit verg 'n

sekere inspanning. Doelwitte speel 'n belangrike rol in die vrou se lewensrolle, want dit help om die verskillende eise wat elke lewensrol aan die vrou stel uit te wys en stel haar in staat om te kan prioritiseer. Waardes verteenwoordig dit wat vir die individu belangrik is en daarom is dit noodsaaklik dat die vrou se doelwitte en waardes in lyn met mekaar moet wees (Goodwin, 1999:1).

2.5.3 Waardes en die hedendaagse vrou

Die hedendaagse vrou word, soos reeds in hoofstuk een genoem, daagliks gekonfronteer met waardes wat nie noodwendig met haar diepste oortuigings strook nie. In 'n poging om te voldoen aan eise wat aan haar gestel word, kan sy maklik haar eie waardes en doelstellings opoffer in 'n poging om ander, eerder as haarself, gelukkig te hou.

As gevolg van kondisionering is die hedendaagse vrou geneig om te glo dat indien sy as goeie vrou geag wil word, sy ander se behoeftes bo die van haar eie behoort te plaas. Baie vroue rig om hul lewens volgens wat hulle dink hulle behoort te doen, eerder as wat hulle graag sou wou doen. Hierdie vroue leef dan volgens hul maskerwaardes en nie hul "Ware Noord-waardes" nie. Die hedendaagse vrou moet dus bewus gemaak word van wie sy as individu is. Sy moet haarself en haar talente as waardevol kan ag vir die samelewing waarbinne sy funksioneer. Dit kan sy net doen deur selfagting en selfrespek te ontwikkel waardeur 'n groeiproses gefasiliteer sal word (Hay, 1997:5).

Robbins (1992:349) gebruik die volgende voorbeeld ter illustrasie. Gestel 'n vrou se belangrikste waarde in die lewe is diensbaarheid aan ander en om 'n bydrae tot 'n bepaalde lewenskwaliteit van ander individue te maak. Sy ontmoet 'n suksesvolle prokureur wat haar opval as iemand wat 'n verskil aan die lewens van ander maak. Op grond van hierdie ontmoeting besluit sy om 'n beroep in die regsweese te volg. Mettertyd raak sy egter vasgevang in die daaglikse regsbeoefening en begin kort voor lank daama streef om 'n vennoot van haar firma te word. In die proses om hierdie nuutgestelde doelwit te bereik, naamlik om vennoot van die firma te word, neem haar daaglikse optrede en verantwoordelikhede 'n nuwe fokuspunt aan. Sy begin domineer

en word een van die mees suksesvolle vroue in die regsberoep. Tog voel sy leeg en ongelukkig, want sy het nie meer direkte kontak met kliënte nie, hou daaglikse vergaderings rakende protokol, het nie dieselfde kontak met kollegas as tevore nie en voel vasgevang in daaglikse administratiewe take. Hoewel hierdie vrou dan haar gestelde doelwit bereik het, voel sy steeds dat sy haar haar diepste begeerte - diensbaarheid aan ander - nie bereik het nie (Robbins 1992:349).

Die mens se basiese waardes is een van die sleutelemente tot verandering. Elke menslike handeling word in ooreenstemming met elke individu se eie individuele waardesisteem gemaak. Die hedendaagse vrou bevind haarself juis in 'n situasie van verandering. Die definiëring van waardes sal hierdie vrou bemagtig om 'n eie waarde-uitklaring te maak. Na afloop van hierdie proses waar sy haar belangrikste waardes vergelyk het met haar huidige realiteit, sal hierdie vrou dan keuses moet maak sodat sy nader aan haar kernwaardes kan funksioneer en so dan ook groter balans in haar lewe kan vind (Knaus, 1994:3).

Die vrou met sulke waardes in plek sal byvoorbeeld nie doelwitte stel wat teen haar diepste waardes gaan nie. Indien so 'n persoon 'n werksaanbod kry wat in teenstelling is met dit waarin sy as mens glo, maar met groter finansiële vooruitsigte, sal sy eerder die posisie van die hand sal wys. Sy sal innerlike geluk en bevrediging wat 'n beroep met minder besoldiging bied voorop stel (Goleman, 1998:2).

Indien waarde-uitklaring en dus ook noodwendig verandering van lewenswyse as gevolg hiervan 'n prioriteit by 'n persoon raak, sal 'n selfontdekkingsproses voorop gestel word. Hierdie proses sal die individu dan bemagtig om meer selfvertroue in haar eie vermoëns te verkry, en voorts haar bereid maak om vanuit 'n bepaalde waardesisteem in perspektief op te tree. So 'n proses sal die hedendaagse vrou bewus maak van haar eie bepaalde waardes wat vir haar as persoon tot voordeel sal kan strek. Sy sal meer buigsaam wees en daarom sal sy dan noodwendig kan fokus op daardie aspekte van haar lewe wat werklik vir haar as individu belangrik is. Hierdie proses van uitklaring van haar belangrikste waardes kan aan die hedendaagse vrou die nodige deursettingsvermoë verskaf om haar gestelde doelwitte te bereik. 'n

Waarde-uitklaring sal dan die vrou in beheer van haar eie lewe en verantwoordelikhede plaas en so word maksimale potensiaalrealisering vir haar ook 'n realiteit (Knaus, 1994:30).

2.6 SLOT

In die onderhawige hoofstuk is daar ondersoek ingestel na wat selfbewussyn is, hoe dit manifesteer op die verskillende lewensdimensies van die vrou en watter rol waardes in hierdie verband kan speel. Die volgende aspekte of faktore is aangespreek:

'n Konseptuele analise na selfbewussyn is onderneem en daar is ook aandag gegee aan die verwante elemente wat deel uitmaak van die begrip selfbewussyn. Na afloop van die konseptuele analise is selfbewussyn kortliks omskryf as 'n innerlike georganiseerde konfigurasie van beelde wat 'n persoon oor haarself huldig wat dan die verskillende elemente van selfbewussyn omvat. Daar is verder aandag gegee aan persoonlike eienskappe wat 'n vrou sal openbaar as sy oor 'n hoë mate van selfbewussyn beskik.

Vervolgens is die manifestering van selfbewussyn op die verskillende lewensdimensies van die hedendaagse vrou ondersoek. Nie alleen is die verskillende dimensies omskryf nie, maar is die rol wat selfbewussyn op elk van hierdie dimensies kan uitoefen ondersoek. In hierdie proses het die belangrikheid van 'n waarde-uitklaring in die verkryging van selfkennis duidelik na vore getree.

Laastens is waardes omskryf. Die belangrikheid van waardes in die doelstellingsproses is uitgewys en daar is dan ook aandag gegee aan die belangrikheid van 'n waarde-uitklaring vir die hedendaagse vrou.

In die volgende hoofstuk sal die rol wat persoonlike leierskap in die verwesenliking van selfbewussyn by die hedendaagse vrou kan speel ondersoek word.

HOOFSTUK 3

DIE ROL VAN PERSOONLIKE LEIERSKAP IN DIE ONTWIKKELING VAN SELFBEWUSSYN BY DIE HEDENDAAGSE VROU

3.1 INLEIDING

Hierdie hoofstuk ondersoek selfbewussyn by die hedendaagse vrou vanuit 'n persoonlike leierskapspektief. Met 'n persoonlike leierskapspektief word bedoel dat die *konsep* persoonlike leierskap asook die *proses* van persoonlike leierskap bespreek sal word. Daar sal gepoog word om aan te toon hoe 'n persoonlike leierskapsproses tot 'n groter mate van selfbewussyn kan lei.

Selfbewussyn is in die vorige hoofstuk volledig omskryf en kan kortliks saamgevat word as die mens se unieke vermoë om oor die werking van haar individuele verstandspesesse te besin, die werking daarvan te verstaan en dit toe te pas om op alle lewensdimensies te ontwikkel. Dit is juis hierdie vermoë wat die mens van die dier onderskei (Covey, 1999:4; et al. 1988:396; Dyer, 1995:14). Die hedendaagse vrou kan as gevolg van hierdie vermoë tot reflektoring inskakel op 'n magdom inligting rakende haar intensies, gevoelens, sintuie, oordeel, aksies en daarom tot groter selfkennis in staat wees. Selfkennis in hierdie verband sluit in kennis omtrent eie vermoëns, talente, asook beperkinge wat in die verskillende lewensdimensies van die mens mag bestaan (Gram & Guest 1977:3; Covey 1999:66; Weisinger, 1998:4).

Groter selfbewussyn sal die vrou bemagtig om te groei en ontwikkel sodat sy haar volle potensiaal kan verwesenlik. Persoonlike leierskap kan die hedendaagse vrou in staat stel om haar unieke omstandighede so te kan hanteer dat sy beter tydsbestuur toepas en balans tussen al haar lewensdimensies handhaaf. In hierdie proses behoort so 'n vrou nader aan haar kernwaardes te leef en uiteindelik groter geluk ervaar.

3.2 LEIERSKAP VIR DIE HEDENDAAGSE VROU

Persoonlike leierskap is 'n proses wat 'n individu kan bystaan in ontwikkeling en groei. Die hedendaagse vrou kan baat by hierdie proses aangesien sy, net soos die man, daama streef om voluit te leef, lief te hê en ook om 'n nalatenskap te los. Die vrou met selfkennis sal weet wat vir haar in die lewe belangrik is en dan poog om haar volle potensiaal te verwesenlik. Persoonlike leierskap kan die vrou bystaan in hierdie proses. Wanneer van persoonlike leierskap gepraat word, is dit belangrik om eerstens te kyk na wat persoonlike leierskap as sodanig is, en tweedens om te kyk na wat die proses sal behels.

3.2.1 Persoonlike leierskap

Persoonlike leierskap word deur Clemmer (1999:6) omskryf as leierskap oor die self wat uitkring na ander om hulle te beïnvloed, rig en te ondersteun, en ook om hulle te lei. Verder is persoonlike leierskap 'n persoonlike en voortdurende reis om te verbeter, terwyl daar gedurig gestreef word na groei. Soos reeds in hoofstuk een genoem, definieer Meyer (1993:1) persoonlike leierskap as die vermoë van 'n persoon tot gekristaliseerde denke, waarvolgens so 'n persoon die verloop van haar lewe kan beplan. Hiervolgens is persoonlike leierskap die vermoë wat 'n individu openbaar om deur middel van persoonlike motivering gestelde doelwitte te kan bereik ten einde haar potensiaal te verwesenlik. Covey (1994:290) sluit hierby aan wanneer hy aanvoer dat 'n balans tussen die mens se fisieke, sosiale, intellektuele en spirituele dimensies tot optimale potensiaalverwesenliking kan lei.

Baldoni (1998:1-3), Clemmer (1999:6-3) en Covey (1994:43) identifiseer die volgende drie kenmerke van persoonlike leierskap:

- 'n "Inside-out"-benadering. Dit verwys na 'n benadering waarvolgens daar eerstens op die self gefokus word. Die individu se waardes, motiewe en paradigmas word in oënskou geneem en aanpassings word gemaak om optimale ontwikkeling en groei te verseker. Hierdie begrip dui op die selfkennis wat die individu oor haar eie paradigma, karakter en motiewe beskik en

impliseer dat die hedendaagse vrou 'n deeglike bewustheid ten opsigte van haar menswees as 'n geheel behoort te openbaar.

- **Karaktergebaseer:** Dit dui op 'n persoon se integriteit, nederigheid, temperament, waagmoed, regverdigheid, geduld en medemenslikheid. Dit impliseer, ten opsigte van selfbewussyn, dat die vrou haar eie temperament en persoonlikheidseienskappe kan identifiseer en aanwend tot haar eie voordeel.
- **Beginselgesentreer:** Dit dui op fundamentele nie-onderhandelbare riglyne vir optrede wat die toets van tyd deurstaan het en nou as persoonlike waardes van 'n individu manifesteer. 'n Waarde-uitklaring sal by die vrou 'n grondige kennis van haar diepste waardes meebring. Op hierdie manier sal sy leer wat vir haar werklik belangrik is en dit in haar lewe toepas.

Die vrou wat persoonlike leierskap beoefen sal goeie kennis omtrent haar motiewe en dryfvere in die lewe openbaar. Sy sal deeglik bewus wees van haar sterk- en swakpunte, wat vir haar van waarde is, en wat sy graag eendag wil bereik. Sy sal haar daaglikse optrede volgens haar diepste waardes rig en dit sal haar in staat stel om op alle lewensdimensies te groei en te ontwikkel.

3.2.2 Die doel van persoonlike leierskap

Persoonlike leierskap rig individue om hul lewe so te rig dat hulle dit kan word wat hulle graag wil wees. Vir die vrou begin persoonlike leierskap wanneer sy weet wie sy is (selfbewussyn openbaar) en waar sy nou staan, teenoor waar sy graag wil wees. Die gestelde eindpunt is nie 'n eindbestemming nie, maar eerder 'n proses van voortdurende groei (Covey, 1994:43). Robbins (1992:97) gebruik die akroniem "CANI" ("Constant And Never-ending Improvement") om dié proses te omskryf. Robbins voer aan dat CANI 'n konstante verbintenis is wat deur aksies opgevolg moet word, aangesien sekuriteit in die lewe verkry word deur die wete dat elke dag tot selfverbetering lei.

3.2.3 Belangrikheid van persoonlike leierskap vir die hedendaagse vrou

Die proses van persoonlike leierskap is vir die hedendaagse vrou baie waardevol aangesien dit haar kan bemagtig om:

- 'n waarde-uitklaring te doen
- weg te beweeg van 'n sogenaamde slagoffer-mentaliteit
- bewus te raak van aspekte waaroor sy as persoon beheer het
- aangeleerde hulpeloosheid af te leer
- haarself beter te leer ken
- te kan prioritiseer
- te groei
- uiteindelik haar maksimale potensiaal te verwesenlik.

Persoonlike leierskap (Meyer, 1993:2) handel dus vir die hedendaagse vrou oor:

- die ontdekking van haar innerlike self, wie die ware "ek" is
- waar sy huidig met haarself staan
- die ontdekking van haar "Ware Noord-waardes"
- dit wat die lewe vir haar sinvol maak
- wat haar missie en doelwitte in die lewe is.

Die hedendaagse vrou kan geweldig baat by persoonlike leierskap. Nie alleen kan sy ontdek wat haar waardes in die lewe is nie, maar behoort sy ook te weet wat sy as graag as nalatenskap wil los. As gevolg van hierdie leierskapsproses kan sy dan die sin van haar lewe ontdek en 'n missie en doelwitte stel om haar potensiaal voluit te ontwikkel. In hierdie proses kan sy verder die sin van haar bestaan begryp asook persoonlike sukses beleef.

3.3 PERSOONLIKE LEIERSKAP BEHELS 'N PROSES

Maxwell (1997:5) vergelyk die leierskapsproses met 'n reis na sukses. Volgens hom is sukses nie 'n eindbestemming nie, maar eerder 'n deurlopende reis wat gerig is op elke individu se eie beeld van sukses, en potensiaalbereiking is hiervolgens van

groter belang as rykdom, mag of prestasie. Maxwell (1997:8) stem saam met Robbins (1992:43) dat die strewe na 'n mens se volle potensiaal 'n nimmereindigende proses van konstante groei is en nie die mens se eindbestemming nie. Die proses van persoonlike leierskap is volgens Maxwell (1997:11) "...knowing your purpose in life, growing to reach your maximum potential, and sowing seeds that benefit others".

In aansluiting met hierdie siening van Maxwell behels die proses van persoonlike leierskap drie stappe, naamlik:

1. Wie is ek?	<i>Wat is my persoonlikheid, Temperament rolle en waardes?</i>
2. Waarheen is ek op pad?	<i>Wat is my missie?</i>
3. Hoe gaan ek daar kom?	<i>Hoe gaan ek te werk om my eie maksimum potensiaal te bereik?</i>

Tabel 3.1. Die persoonlike leierskapsproses.

Die leierskapsproses word vervolgens aan die hand van hierdie stappe verduidelik.

3.3.1 Wie is ek?

Die beginpunt van 'n persoonlike leierskapsproses is om die self te leer ken, of anders gestel, om selfbewussyn te ontwikkel. Elke mens openbaar 'n unieke persoonlikheid en beskik oor 'n unieke lewenshouding, waardes en lewensrolle. Daar bestaan verskeie persoonlikheidsteorieë, maar vir die doel van hierdie studie sal slegs 'n paar benaderings kortliks beskou word.

Jung (in Sharp, 1987:11) identifiseer agt verskillende persoonlikheidsgroepe. Twee hiervan fokus op die mens se lewensingesteldheid naamlik introvert en ekstrovert; en vier fokus op oriënteringsfunksies, naamlik denke, sensasie, intuïsie en emosie – wat elk óf op 'n introverte, óf op 'n ekstroverte manier kan realiseer (Sharp, 1987:11).

Maxwell (1993:62) meld dat bepaalde temperamente aan spesifieke eienskappe van hierdie ingesteldhede gekoppel kan word en dat die mens se persoonlikheid op

hierdie temperamente berus. In aansluiting hiermee meld Meyer, *et al.* (1987:257) dat vroeëre Griekse medici die liggaam en die persoonlikheid met skekere elemente gekoppel het. 'n Individu se temperament is volgens hierdie medici deur vloeistowwe in die liggaam bepaal wat kortliks saamgevat kan word as:

Vier elemente van die heelal	Oormaat Liggaamsvloeistof	Temperament
Vuur	Geel gal	Choleries (opvlieënd)
Grond	Swart gal	Melankolies (pessimisties, swartgallig)
Lug	Bloed	Optimisties, aangenaam, gesellig
Water	Flegma of slymvlies	Gelykmatig of flegmaties

Tabel 3.2. Temperament volgens Griekse medici.

Ander teorieë oor die samestelling van persoonlikheid is gebaseer op die samestelling van die vier elemente naamlik: water, lug, grond en vuur, en selfs ook astrologiese of sterretekens waaronder die individu gebore is (Sharp 1987:11).

Dit is noodsaaklik dat die vrou verstaan wie sy regtig is. Hierdie begrip behoort al haar betrokke lewensdimensies en bestaande lewensrolle in ag te neem. Turner (1994:24) vra die volgende vraag aan die lesers: "Gestel jou naam gaan in 'n verklarende woordeboek verskyn, hoe sal jy jouself definieër?" Verskeie vrae is deur Turner (1994:24) geïdentifiseer wat die hedendaagse vrou kan bystaan in 'n poging om juis dié vraag te beantwoord:

- "Wat weerspieël jou dade van wie jy is?" - Wat dan die vrou se paradigma verteenwoordig.
- "Weet jy wat jy uit die lewe wil hê?" – Wat is haar behoeftes.
- "Weet jy waarvoor jy in die lewe staan?" – Wat die betrokke vrou se waardes verteenwoordig.
- "Weet jy watter koers om in te slaan?" – Wat is die missie van die betrokke vrou.

Deur hierdie vrae te beantwoord, sal die vrou meer bewus word van haar waardes, asook van die bestaande wanbalans in die lewensdimensies en die lewensrolle wat

sy bekle. Nie alleen sal sy bewus word van wie sy graag wil wees nie, maar ook wie sy nié wil wees nie. As 'n vrou byvoorbeeld oorgewig is, kan sy na oorweging besluit om op dieet te gaan, 'n oefenprogram te volg. Sy kan ook aanvaar dat sy wel oorgewig is, maar aangesien sy nie ongesond is nie en haar gewig haar nie eintlik pla nie, kan sy haarself aanvaar soos sy is. Op hierdie manier kan sy ook gelukkig wees, want sy is dit wat sy wil wees. Hierdie selfkennis manifesteer dan as hierdie vrou se diepste waardes.

Die rol wat persoonlike leierskap in die verskillende elemente van selfbewussyn kan speel kan ook aan die hand van die voorafgaande voorbeeld verduidelik word. In die eerste plek behoort 'n vrou soos hierdie se selfkonsep baie gesond te wees, aangesien daar nie diskrepansie tussen dit wat sy is teenoor die "ideale self" is nie. Hierdie vrou is gelukkig met haar voorkoms en aanvaar haar liggaam soos dit is. Sy behoort nie skuldgevoelens oor haar gewig te ervaar wanneer sy lekkemye geniet nie. Sy sal dus nie voel sy oortree nie want sy sal weet sy is in beheer - sy word nie deur 'n dieetplan beheer nie. Haar selfestimasie sal in die proses styg en gevolglik ook haar potensiaal.



3.3.1.1 Wat is my waardes?

Soos reeds in hoofstuk twee bespreek, kan 'n waarde omskryf word as daardie rigtinggewende beginsels waarvolgens die vrou haar optrede sal rig (Badaracco, 1997:73). Hierdie waardes vorm deel van die mens se innerlike self en bepaal haar integriteit (Covey, 1999:35). Walter Bennis (in Kouzes & Posner, 1993:58) wys daarop dat selfkennis uiters noodsaaklik in die suksesverwagting van die individu is, aangesien selfkennis 'n persoon se integriteit omskryf.

Bennis (in Kouzes & Posner, 1993:58) beweer verder in hierdie verband: "To become a leader, then, you must become yourself, become the maker of your own life". Volgens Bennis is die proses van selfkennis een van die moeilikste take waarmee enige persoon gekonfronteer kan word. Nogtans is dit noodsaaklik, want "...until you truly know yourself, strengths and weaknesses, know what you want to do and why

you want to do it, you cannot succeed in any but the most superficial sense of the word" (Kouzes & Posner, 1993:58).

Persoonlike waardes is 'n padkaart waarvolgens die mens leef. So 'n kaart kan egter onvolledig wees of kan die verkeerde inligting vir 'n spesifieke persoon bevat. Volgens Covey (1999:97) is alle mense se waardes nie altyd in lyn met die universele beginsels van die lewe nie. Hiervolgens behoort die hedendaagse vrou se lewe gerig te word deur 'n kompas wat die "Ware Noord-waardes" aandui, soos "natuurwette" wat in alle samelewings deur die mens as belangrike universele beginsels erken word. Groter selfbewussyn sal die aan die vrou die korrekte padkaart verskaf waarvolgens sy haar lewe sal rig. Nie alleen sal waardes die vrou se potensiaal en rigting van groei beïnvloed nie, maar ook haar houding ten opsigte van die lewe bepaal.

Persoonlike leierskap stel die vrou in staat om haar waardes uit te klaar en te bepaal wat werklik vir haar as individu belangrik is. Die vrou kan na afloop van so 'n waarde-uitklaring haar lewe so rig dat sy die moontlike dissonans wat tussen haar "Ware Noord-waardes" en "masker-waardes" bestaan, verklein of selfs elimineer (sien hoofstuk 1 par 1.2.1). Hiervolgens kan die vrou dan beplan hoe sy te werk kan gaan om optimale potensiaalrealisering te verkry.

3.3.1.2 Wat is my lewensdimensies?

Soos alreeds in hoofstuk twee genoem, verwys die verskillende lewensdimensies na die verskillende behoeftes wat in die mens se lewe op fisiologiese, intellektuele, spirituele en emosionele vlakke bestaan, en wat bevredig behoort te word (Covey, 1994:45). Elkeen van hierdie dimensies behoort voldoende aandag te geniet ten einde optimale potensiaalrealisering te bewerkstellig.

'n Gebalanseerde lewe verwys onder andere na 'n verkryging van balans tussen die fisiologiese, intellektuele, emosionele en spirituele dimensies van die mens se lewe (Covey, 1994:66). Daarom is balans tussen hierdie lewensdimensies noodsaaklik vir ware lewensvervulling (Spears, 1998:223-226). Lad en Leuchauer (in Spears,

1998:66) beklemtoon die belangrikheid van 'n balans tussen die verstand, die liggaam en gees. Sou een van hierdie dimensies ontbreek, sal die individu volgens die gemelde outeurs nie 'n vervulde mens wees nie.

Covey (1994:161) is van mening dat hoewel baie mense glo dat sukses in een lewensdimensie kan opmaak vir 'n tekortkoming in 'n ander, dit net tydelik van aard is. Indien die hedendaagse vrou vrou poog om 'n gebalanseerde lewe te lei, impliseer dit dat sy persoonlike leierskap sal toepas in haar eie lewe en op alle betrokke lewensdimensies, met inagneming van die verskillende lewensrolle wat as gevolg hiervan sal ontstaan.

3.3.1.3 Wat is my lewensrolle?

Sodra die vrou duidelikheid het oor haar waardes soos dit op haar verskillende lewensdimensies manifesteer, moet sy ook die verskillende lewensrolle uitklar wat sy in hierdie verband beklee. Lewensrolle is niks anders nie as die verskillende posisies wat die vrou in haar daaglikse handel en wandel beklee. Die vrou se rolle verteenwoordig in hierdie verband haar verantwoordelikhede, verhoudings waarby sy betrokke is, en gebiede waarop sy 'n bydrae in die samelewing lewer (Covey, 1994:82,124). Elke rol het sekere verpligtinge sowel as voorregte wat daarmee saamgaan.

Covey (1994:82) stel dit dat die vrou se lewe gerig word volgens die rolle wat sy vervul by die werk, tuis, en in die gemeenskap. Hy vergelyk hierdie rolle met die takke van 'n boom. Die boomstam verteenwoordig die missie – waardeur die mens aan sy of haar behoeftes voldoen, en die lewensrolle (die takke) groei uit hierdie stam. Die mens se waardes word verteenwoordig as die wortels wat lewe aan die boom gee.

Wanneer die vrou van vandag haar lewensrolle in ooreenstemming met haar diepste waardes uitklar, word dit duidelik op watter gebiede sy nie genoeg tyd bestee nie. Die verskillende rolle wat 'n persoon beklee sal haar optrede, sowel as die optredes van ander teenoor haar bepaal. Elkeen van die mens se lewensrolle is belangrik

aangesien die sukses wat op een lewensrol beleef word, nie kan opmaak vir die mislukking in 'n ander nie. Geen beroepssukses kan opmaak vir 'n mislukte huwelik nie. Die selfestimasie van 'n vrou hang af van sukses op alle gebiede van haar lewe.

Soos reeds in hoofstuk een genoem, beleef die hedendaagse vrou daagliks konflik tussen die verskillende lewensrolle wat sy beklee. Volgens Robbins (1992:207) word konflik in lewensrolle beleef wanneer die individu gekonfronteer word met uiteenlopende rolverwagtinge. Behrman (1982:23) stem hiermee saam en sê 'n tipiese voorbeeld hiervan is juis die werkende moeder wat 'n verskeidenheid van rolle, naamlik die van vrou, moeder en beroepsvrou met mekaar moet integreer.

Covey (1994:15-16) gebruik ter verduideliking van die voorafgaande die storie van sy dogter, Maria, wat eendag na die geboorte van haar derde kind vir hom gesê het: "I'm so frustrated, Dad! You know how much I love this baby, but she is literally taking all my time. I'm just not getting anything else done, including many things that only I can do". Volgens Covey (1994:16) was sy dogter se frustrasie gegrond op haar eie verwagtings. Hierdie verwagtings het nie voorsiening gemaak vir die eise wat 'n pasgebore baba aan haar gestel het nie en sy moes vrede maak met die wanbalans wat sy tydelik sou beleef.

Volgens Covey (1994:16) moet die vrou bemagtig word om tydelike wanbalans wat van tyd tot tyd kan ontstaan te akkommodeer en te aanvaar. Sy moet leer om soms van die kalender en die horlosie te vergeet. Die proses van uitklaring van lewensrolle kan verder bydra tot 'n groter bewustheid by die hedendaagse vrou van wie sy is, oftewel groter selfkennis. Indien sy tot groter selfbewussyn kom, sal sy in staat wees om haar lewensrolle uit te klaar en op hierdie manier sal sy kan bepaal watter aspekte van haar eie persoonlike lewe op elke gegewe tydperk van haar lewe die heel belangrikste is.

Persoonlike leierskap kan die vrou bystaan om te bepaal wat haar verskillende lewensrolle is. Nie alleen sal sy die verskillende lewensrolle soos dit manifesteer op haar verskillende lewensdimensies kan identifiseer nie, maar sal sy selfs kan bepaal

watter lewensrolle afgeskeep word ten koste van ander. Hierdie proses kan die vrou selfs tot groter selfbewussyn bemagtig, aangesien die verskillende lewensrolle dit wat vir haar belangrik is en dit waarvoor sy staan, sal bevestig.

3.3.2 Waarheen is ek op pad?

Indien die vrou haarself ontdek het, met ander woorde *weet wie sy is* en ook bepaal *het wat vir haar as individu belangrik is* ten opsigte van haar waardes en lewensdimensies, moet sy fokus op haar lewensdoel vir die toekoms. Hiervolgens moet sy 'n lewensmissie formuleer asook doelwitte stel om die bepaalde missie te laat realiseer. Sy moet dus *weet waarheen sy op pad is*, en *hoe sy daar gaan kom*.

3.3.2.1 Wat is my missie?

Maxwell (1997:83) beskryf 'n missie as 'n beknopte enkelvoudige verklaring van wat die mens met haar lewe wil doen. Hierdie missiestelling behoort 'n uitvloeisel van die vrou se drome, waardes en oortuigings te wees. Maxwell (1997:83) voer verder aan dat 'n missiestelling nie bloot 'n eenmalige gebeurtenis is nie. Dit moet deurentyd geëvalueer word en die nodige aanpassings en verfyning aangebring word. Volgens Andreas en Faulkner (1997:116) ontdek die mens sy ware doel op aarde wanneer 'n lewensmissie gestel word. Die vrou se missie en die rigting wat hierdie missie verteenwoordig, is daarom gesetel in haar kernwaardes.

Vir Kirschner en Brinkman (1999:32) is die uitklaring van waardes, lewensrolle en lewensdimensies absoluut noodsaaklik by die formulering van 'n missie. Vir hulle behels die eerste stap in die stel van 'n persoonlike missie die bepaling van die individu se kernwaardes. Hiervolgens moet die vrou poog om vyf woorde te kies wat die essensie van haar lewe sal verteenwoordig. Hierdie woorde behoort al die diepste waardes van die vrou te omvat. Indien 'n persoon dit regkry om in vyf woorde al haar diepste waardes te beskryf, is dit volgens hierdie outeurs die begin van jou eie missiestelling. Dit is dus duidelik dat die vrou se missie haar diepste waardes behoort te verteenwoordig.

Coetzee (1998:170) beweer dat die lewensgeskiedenis van mense soos Aristoteles, Newton, koningin Elizabeth I, Einstein, Beethoven, Marie Curie en Andrew Carnegie bewys het dat elkeen 'n missie gehad het. In elkeen se verstand en hart was daar 'n spesifieke doel, 'n missie: "Wat wil ek regtig met my lewe doen?" en "Wat is in my lewe teenwoordig waarvan ek 'n groot sukses kan maak?" Volgens Coetzee was daar by almal 'n plan en fokus, maar elkeen het eers het 'n duidelike "prentjie" gehad van 'n persoonlike missie.

Marie Curie is 'n goeie voorbeeld in hierdie verband. In haar tyd was dit ongehoord vir 'n vrou om in enige wetenskaplike of mediese rigting te studeer. Om 'n gevaarlike beroep soos radiologie te beoefen, was in daardie dae taboe vir 'n vrou. Marie Curie het egter 'n missie gehad. Sy wou 'n werkbare oplossing vind om die gevare van radiostrale uit die weg te ruim. Sy het verskeie terugslae beleef, maar wen ten spyte daarvan haar eerste Nobelprys saam met haar man. Daarna begin sy aan haar tweede projek werk, maar word baie siek as gevolg van haar eksperimente op die effek van radiostrale. Boonop sterf haar man in 'n motorongeluk. Sy bly egter op haar missie gefokus en wen later 'n tweede Nobelprys. Curie het nie alleen die gawe van 'n briljante intellek gehad nie, sy het ook oor fisieke uithouvermoë en emosionele welsyn beskik wat, tesame met haar toegewydheid, haar daarin laat slaag het om haar missie te verwesenlik (Coetzee, 1998:171).

Die proses van persoonlike leierskap veronderstel dat die vrou van vandag 'n persoonlike missie stel. Om hierdie missie te verwesenlik, moet sy haar huidige situasie evalueer, haar waardes uitklaar, en 'n persoonlike missie stel om rigting aan haar lewe te gee. Dit kan sy slegs doen wanneer sy deeglik bewus is van haar identiteit, en weet wat haar vermoëns, sterk- en swakpunte is soos dit in al haar verskillende lewensdimensies manifesteer. Slegs dan kan sy doelwitte stel wat haar in staat sal stel om haar missie, en uiteindelik ook haar potensiaal, te verwesenlik.

3.3.2.2 Die rol van selfbewussyn in die tydsbestuur van die hedendaagse vrou

In hoofstuk een is tydsbestuur uitgelig as een van die grootste probleme waarmee die hedendaagse vrou worstel. Sy moet dus bewus wees van hoe sy haar tyd bestee en toesien dat haar daaglikse aktiwiteite in lyn is met haar missie. Hierdie missie verteenwoordig daardie aspekte wat vir haar as individu uiters belangrik is. Volgens Covey (1994:294) is die samelewing van vandag geneig om dit wat *belangrik* is agterweë te laat ter wille van dit wat *dringend* is. Die vrou moet derhalwe waak dat sy nie in hierdie slagvat val nie.

Covey (1994:205-206) verdeel tydsbestuur in vier kwadrante wat vervolgens aan die hand van die volgende diagram verduidelik kan word.

	Dringend	Nie-dringend
Belangrik	<p>I</p> <ul style="list-style-type: none"> ◆ Krisisse tuis, bv. wasmasjien wat breek, waterpyp wat bars ◆ Aandag aan skoolaktiwiteite van kinders, soos oueraande, ens. ◆ Dringende probleme, bv. 'n siek kind wat dokter toe moet gaan ◆ Betaling van elektrisiteit water en huisvesting 	<p>II</p> <ul style="list-style-type: none"> ◆ Gereelde mediese ondersoeke, bv. tandarts, ginekoloog ◆ Verhouding met eggenoot ◆ Vriendskappe met familie en vriende ◆ Werklike ontspanning ◆ Oefening ◆ Beoefening van geloof ◆ Meditasie ◆ Persoonlike ontwikkeling, bv. verder studeer, kursusse doen, ens.
Nie-belangrik	<p>III</p> <ul style="list-style-type: none"> ◆ Onderbrekings, telefoonoproepe ◆ Bywoning van werksfunksies van eggenoot ◆ Betaling van rekeninge ◆ Aankoop van kruideniersware ◆ Bywoning van vergaderings ◆ Instandhouding van die huis ◆ Hantering van pos 	<p>IV</p> <ul style="list-style-type: none"> ◆ Tydverkwisters, sepies kyk op televisie ◆ Ontsnappingsaktiwiteite om uitstel te bewerkstellig, bv. om nie-belangrike telefoonoproepe te doen ◆ Gemorspos

Figuur 3.1. Die vier kwadrante van tydsbenutting (Covey, 1994:37)

Volgens die bostaande diagram kan 'n mens se lewe in vier kwadrante van tyd ingedeel word. Kwadrant een handel oor belangrike sowel as dringende aspekte van 'n mens se lewe. Vir die hedendaagse vrou is aspekte soos krisissituasies,

byvoorbeeld wanneer een van haar kinders siek is en sy 'n belangrike vergadering by die werk moet bywoon, hier ter sprake. Kwadrant drie behels aktiwiteite wat minder belangrik, maar ook tog dringend is, soos sommige telefoonoproepe, vereffenings van rekeninge, aankoop van kruideniersware, werksfunksies en populêre aktiwiteite. Kwadrant vier verwys na aktiwiteite wat nie belangrik of dringend is nie, soos byvoorbeeld om televisie te kyk. Aktiwiteite in kwadrant twee is nie dringend nie, maar tog uiters belangrik, veral vir die hedendaagse vrou. Aspekte soos om gereed te oefen, verhoudings te ontwikkel, te mediteer en te lees is hier noodsaaklik vir die vrou. Dit is juis hierdie kwadrant wat die hedendaagse vrou dan afskeep sodat sy kan voldoen aan al die eise wat aan haar gestel word.

Die vrou van vandag wat oor goeie selfbewussyn beskik, en weet wat regtig vir haar as persoon belangrik is, sal beseft dat daar tye sal wees wanneer sy aan dit wat dringend is moet aandag gee, ten koste van dit wat belangrik is. Dit behoort egter die uitsondering te wees en haar fokus moet bly om haar missie te verwesenlik. 'n Vrou met goeie persoonlike leierskap sal beseft dat hoewel dit belangrik is om te groei en te ontwikkel, daar wel ander meer dringende eise - byvoorbeeld dié van moederskap - sal wees. Aan hierdie eise moet sy aandag gee en aanvaar dat dit 'n gegewe in haar lewe is. Sy sal egter weet dat sommige van hierdie situasies net tydelik van aard is, en kan daarom weer na 'n krisis op haar missie fokus.

Sodra die vrou haar missie aan die hand van haar kernwaardes geformuleer het, is sy gereed om haar doelwitte te stel. 'n Natuurlike uitvloeisel hiervan is goeie tydsbestuur. Haar doelwitte vorm die padkaart wat haar lei na sukses. Dit verteenwoordig alle aktiwiteite wat sy sal benodig om haar gestelde missie te verwesenlik, haar potensiaal te ontwikkel en ook om ander te help (Maxwell, 1997:84).

3.3.3 Hoe gaan ek daar kom?

Om 'n sinvolle lewe te lei, behoort elke vrou haar unieke missie in die lewe te formuleer wat sy in die vorm van 'n missieverklaring sal formuleer. Om hierdie missie uit te leef en te verwesenlik, wend sy haar eie, unieke talente so aan dat iedere

optrede van elke dag haar intensie sal weerspieël om haar missie te realiseer. Roger en McWilliams (1990:217) stem hiermee saam en wys daarop dat indien 'n persoon 'n missie het, dit motiveringsenergie meebring wat die vrou daaglik sal motiveer om met volharding haar doel in die lewe te verwesenlik.

3.3.3.1 Wat is my doelwitte?

Die Verklarende Handwoordeboek van die Afrikaanse Taal (Odendal, et al. 1997:155) omskryf 'n doel as iets waarna die mens strewe: 'n oogmerk of mikpunt om iets te bereik. Robbins (1992:275) vergelyk die doel van doelwitstelling met sig van die menslike oog. Indien mens van ver na 'n objek kyk, lyk dit baie onduidelik, maar soos mens nader daaraan beweeg, word dit duideliker en is meer detail sigbaar. Doelwitte is volgens hom dieselfde: hoe nader 'n mens daaraan beweeg, hoe duideliker word dit. Doelwitte kan dan die vrou in staat stel om haar missie te laat realiseer.

Hoewel doelwitte wat gedurende die persoonlike leierskapsproses gestel word oënskynlik onbereikbaar lyk, word dit egter belangrik genoeg geag om na te streef, hoe moeilik ookal die proses is (Robbins, 1992:274). Robbins voer verder aan dat die eerste stap word met die doelwitstelling geneem - dit waarmee die vrou haar onsigbare missie tot sigbare realiteit kan verander. Hy sien hierdie proses as die basis van alle sukses in die lewe.

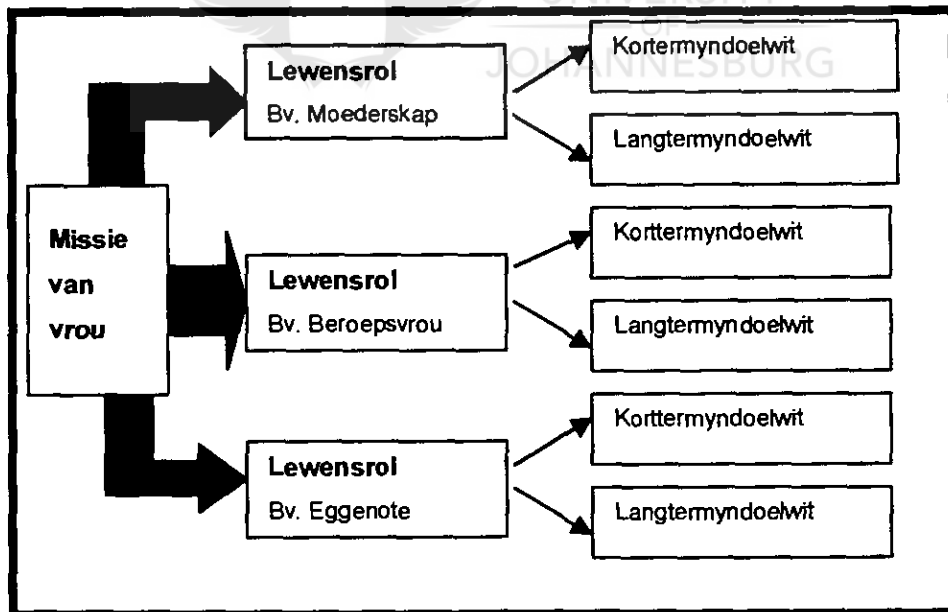
Sinnvolle doelwitstelling sal die vrou in staat stel om haar kernwaardes te verwesenlik. Sodanige doelwitte moet haar diepste waardes weerspieël, en moet spesifiek meetbaar en bereikbaar wees. Verder behoort haar doelwitte altyd deel van haar daaglikse beplanning te wees: dit word daaglik in haar dagboek aangeteken en nagegaan en moet prioriteit bo ander take geniet (Donohue, 1998:1).

3.3.3.2 Die verband tussen doelwitte en die verskillende lewensrolle wat die vrou bekleed

Chopra (1994:96) beweer dat daar harmonie tussen die mens se behoeftes, talente en doel moet wees. Dit is daarom noodsaaklik dat die vrou die verskillende lewensrolle wat sy bekleed in ag moet neem wanneer sy haar doelwitte stel. Dit sal

sinneloos wees indien 'n werkende moeder nie haar gesin in ag neem tydens haar doelwitstelling vir die volgende jaar of twee nie. Indien sy van plan is om binnekort nog 'n kind te hê, kan sy byvoorbeeld so kies om nie vir bevordering aansoek te doen nie. Die persoonlike leierskapsproses behels verder ook 'n doelwitstellingsproses wat die vrou in staat stel om vir die toekoms te beplan. Sy moet dus vir toekomstige lewensrolle beplan, byvoorbeeld indien sy in die volgende jaar moederskap beplan, behoort sy proaktief op daardie gebiede af te skaal waarin sy dit moeilik sal vind om suksesvol te funksioneer.

Doelwitte veronderstel dus dat die vrou haar lewensrolle voortdurend in heroorweging bring om in lyn met haar missie te bly. Andreas en Faulkner (1997:124) stem hiermee saam en sien elke lewensrol as 'n terrein waarop 'n vrou sekere doelwitte moet stel sodat sy haar missie werklikheid kan maak. Die vrou behoort dus al die betrokke lewensrolle verbonde aan haar missie uit te klaar en daarna haar doelwitte te stel soos dit manifesteer op haar verskillende lewensdimensies. Andreas en Faulkner (1997:114) hou hierdie uitklaring skematies as volg voor (sien figuur 3.2).



Figuur 3.2. Die verband tussen lewensrolle en doelwitstelling (Andreas & Faulkner, 1997:114).

Figuur 3.2. verduidelik die verband tussen die missie, lewensrolle en doelwitstelling vir die individu. Die persoonlike leierskapsproses veronderstel die stel van 'n eie, individuele missie. Hiervolgens behoort die vrou dan sekere doelwitte te stel om haar missie te verwesenlik. Realisering van hierdie missie kan egter net geskied indien die vrou spesifieke doelwitte stel vir elke lewensrol wat sy beklee (Andreas & Faulkner, 1997:114). Soos reeds in par 3.3.1.2. gestel, kan sukses op een lewensrol nie vergoed vir die mislukking van 'n ander nie, en sal die vrou se selfestimasie daaronder ly indien dit sou gebeur. Swak selfestimasie sal die vrou verhoed om haar maksimale potensiaal te verwesenlik.

3.4 SAMEVATTING

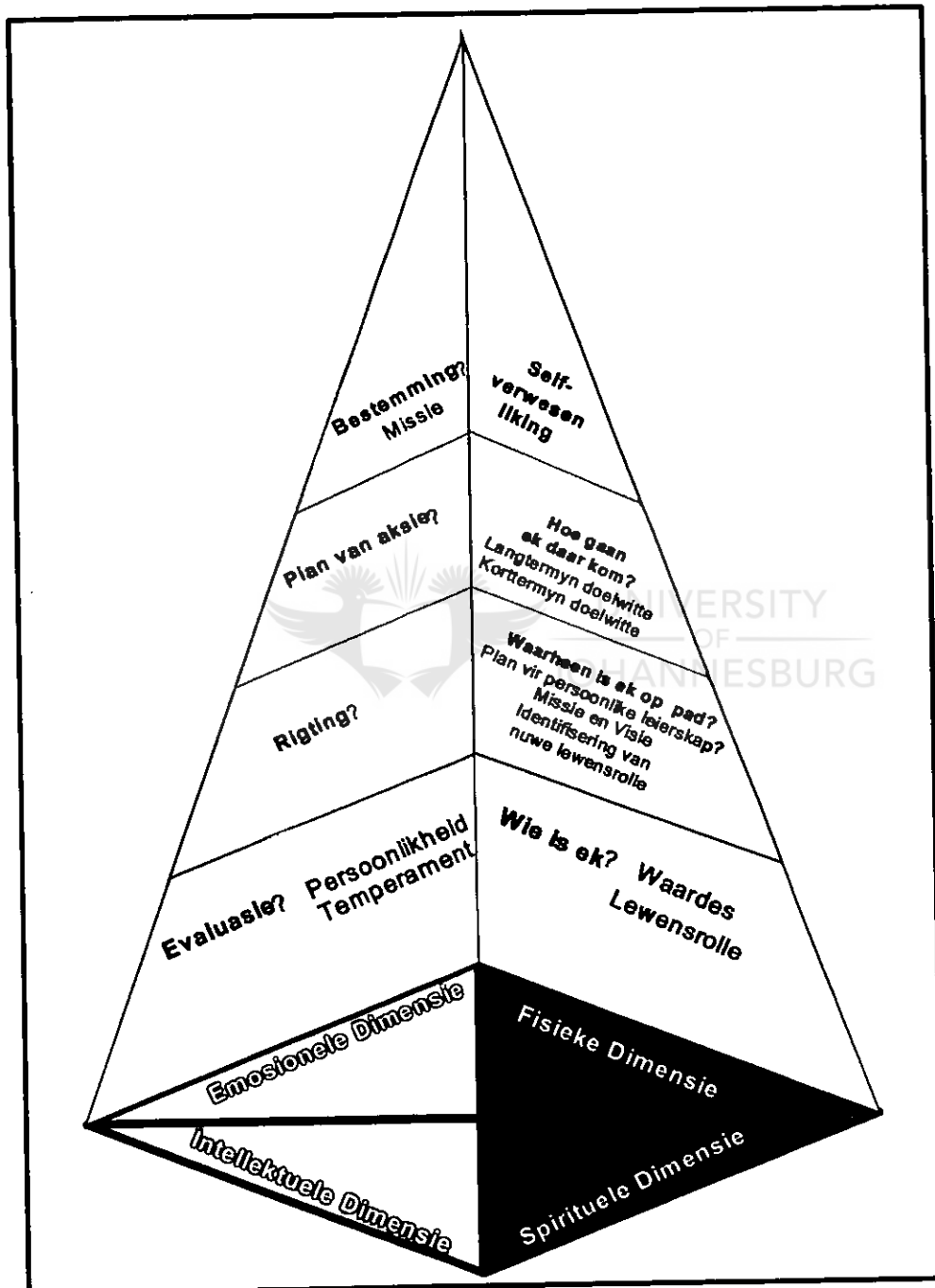
In hierdie hoofstuk is die persoonlike leierskapspektief kortliks omskryf in terme van wat persoonlike leierskap is, en wat die persoonlike leierskapsproses behels. Daar is verder ondersoek ingestel na die rol wat persoonlike leierskap in die ontwikkeling van selfbewussyn by die hedendaagse vrou kan speel

Dit is noodsaaklik dat die vrou haarself, sowel as dit wat vir haar persoonlik belangrik is, sal verstaan. Oordele en besluite word geneem op grond van haar innerlike kernwaardes. Die persoonlike leierskapsproses by die hedendaagse vrou behels dat sy sekere stappe sal volg om, met behulp van persoonlike leierskap, groter selfbewussyn in al haar lewensdimensies te kry. Figuur 3.3. op bladsy 53 stel die proses voor waarvolgens groter selfbewussyn aan die hand van 'n persoonlike leierskapsproses verkry kan word, en ook hoe dit geïmplimenter word.

Na aanleiding van hierdie diagram bestaan daar vir die navorser vier fases waarvolgens selfverwesentliking bereik kan word. Eerstens is die selfbewuswordingsfase, tweedens die rigting wat ingeslaan moet word, derdens die plan van aksie en laastens die verwesentliking van haar volle potensiaal.

Die eerste fase (selfbewuswordingsfase) behels dat die individu in voeling met die self tree. Hiervolgens sal die vrou dan haar lewensdimensies, waardes en lewensrolle

uitklaar en evalueer. Sy sal tydens hierdie fase reflekteer oor wie sy is. Dit sal insluit 'n eerlike besinning oor haar individuele persoonlikheidsienskappe, temperament en lewensingesteldhede. Tydens hierdie fase sal die vrou dan haar waardes uitklaar en bewus word van "Wie is ek?".



Figuur 3.3. Die Persoonlike leierskapsproses.

Die tweede fase verteenwoordig die rigting wat die vrou sal inslaan om te groei. Na afloop van 'n waarde-uitklaring sal sy dan dan moet besluit waarheen sy op pad is. Hierdie fase impliseer 'n missiestelling waarvolgens die vrou die doel van haar bestaan sal stel. Daar kan na hierdie fase ook verwys word as: "die plan vir persoonlike leierskap".

Die derde fase behels die vrou se daaglikse plan van aksie om haar gestelde missie te verwesenlik. Die vraag wat sy haar hier gaan afvra, is: "Hoe gaan ek daar kom?" . Tydens hierdie fase sal die vrou dan sekere langtermyn- en korttermyn doelwitte stel wat haar in staat sal stel om hierdie doel te bereik.

In die finale fase voel die vrou sy het haar missie verwesenlik en begin so na as moontlik aan haar "Ware Noord-waardes" lewe. Sy sal egter nie hier ophou nie, maar 'n volgende missie stel om voortdurende groei te bewerkstellig. Hierdie proses is nie 'n eenmalige gebeurtenis in die vrou se lewe nie, maar impliseer dat sy deurentyd hieroor reflekteer, dit evalueer en die nodige aanpassings maak om selfverwesenliking te bereik.

HOOFSTUK 4

SAMEVATTING, BEVINDINGE EN SLOT

4.1 SAMEVATTING

In hierdie studie is die navorsingsprobleem aangespreek van die dilemma waarin die hedendaagse vrou haarself bevind weens 'n gebrek aan selfbewussyn. Die rol wat waardes en persoonlike leierskap in hierdie verband kan speel, is ook ondersoek.

Ten einde hierdie navorsingsprobleem te ondersoek, was die doelstelling van hierdie studie om in die eerste plek 'n duidelike begrip te vorm van wat selfbewussyn vir die hedendaagse vrou behels. Daarna was dit die doel van die navorser om die rol te ondersoek wat 'n waarde-uitklaring in hierdie verband kan speel. Daar is in die laaste plek gefokus op die bydrae wat persoonlike leierskap in die ontwikkeling van selfbewussyn by die hedendaagse vrou kan maak.

Die motivering vir die studie was eerstens om te bepaal of persoonlike leierskap die vrou tot beter selfbewussyn kan lei, en tweedens of die vrou hierdeur bemaagtig kan word om vas te stel wat vir haar as persoon belangrik is, sodat sy beter kan prioritiseer en meer effektief kan funksioneer.

Vanuit 'n metodologiese oogpunt is 'n beskrywende studie gebruik om beter insig en begrip te verkry rondom selfbewussyn en hoe dit by die hedendaagse vrou manifesteer. Navorsingsmetodes wat aan die orde gekom het, was in besonder 'n literatuurstudie wat verskynsel- en konseptuele analise ingesluit het.

In hoofstuk twee is 'n konseptuele analise van die begrip selfbewussyn onderneem om 'n vollediger begrip van selfbewussyn te vorm. Die manifestering van selfbewussyn op die verskillende lewensdimensies van die vrou asook die rol wat 'n waarde-uitklaring in hierdie verband kon speel, is beskryf. In hoofstuk drie is

ondersoek ingestel na die rol wat persoonlike leierskap in die ontwikkeling van selfbewussyn by die hedendaagse vrou kan speel.

4.2 BEVINDINGE

'n Samevatting van die bevindinge wat uit die navorsingsondersoek voortvloei word vervolgens voorgehou aan die hand van die spesifieke doelwitte soos in hoofstuk een (paragraaf 1.3) geïdentifiseer. Die volgende spesifieke navorsingsdoelwitte het in die navorsingsondersoek gemanifesteer:

- Wat is selfbewussyn?
- Watter rol kan 'n waarde-uitklaring in hierdie verband speel?
- Watter bydrae kan persoonlike leierskap in die ontwikkeling van selfbewussyn by die hedendaagse vrou maak?

4.2.1 Wat is selfbewussyn?

Op grond van die konseptuele analise in hoofstuk twee is bevind dat die begrip selfbewussyn omskryf kan word as 'n innerlik georganiseerde konfigurasie van beelde wat 'n persoon oor haarself huldig. Hierdie beelde bestaan uit 'n persoon se persepsie van haar unieke karaktertrekke, eienskappe en vermoëns, waardes en houdings, aannames en gedrag, gevoelens, gewoontes, en beskouings en idees. Die betrokke beeld wat die hedendaagse vrou omtrent haarself huldig, gee dan uitdrukking aan wie hierdie vrou glo sy is en word dan die padkaart waarvolgens sy haar lewe rig.

'n Vrou wat selfbewussyn openbaar sal dus deeglik bewus wees van al haar individuele persoonlikheidstrekke, fisieke voorkoms, emosies, en intellektuele asook spirituele ingesteldheid. Selfbewussyn veronderstel verder dat die vrou oor die vermoë sal beskik om realisties in terme van haar selfkonsep te kan dink en op te tree. Hiervolgens impliseer selfbewussyn dat hierdie vrou haarself met al haar tekortkominge kan aanvaar. Hierdie bewustheid van haarself sal die vrou in staat stel om verder haar eie emosies te verstaan, en om in beheer daarvan te wees.

Selfbewussyn verteenwoordig verder die innerlike kontak van die individu met haar diepste motiewe, vermoëns en tekortkominge, en weerspieël dus ook die vrou se waardes op 'n verskeidenheid van lewensdimensies, hetsy dit spiritueel, emosioneel, fisiek of kognitief van aard sou wees. Hierdie innerlike bewuswordingsproses van die hedendaagse vrou lei daartoe dat sy die vermoë openbaar om deur sekere denkprosesse te kan reflekteer, en om die nodige aanpassings na aanleiding van hierdie reflekteeringsproses te kan maak.

Tydens die evaluering van die verskillende definisies is sekere belangrike konsepte uitgelig wat as elemente van selfbewussyn gesien kan word. Die volgende belangrike konsepte het gedurende die navorsingsproses na vore getree en word kortliks omskryf.

Eerstens is **selfkonsep** volgens hierdie studie omskryf as die sambreelterm vir selfbeeld, die ideale self en selfagting. Selfkonsep verteenwoordig hivolgens dit wat die vrou is, asook dit wat sy graag wil wees.

Self-aanvaarding is voorgedhou as 'n houding wat die individu openbaar, naamlik "For better or for worse, I am the best I can be". Dit sluit selfagting, selfrespek en selfaanvaarding in as evaluerende elemente van die selfkonsep.

In aansluiting hierby is **self-estimasie** as een van die elemente van selfbewussyn gesien en word dit in hierdie studie beskryf as 'n kombinasie van gevoelens wat die individu omtrent die self en haar beleving daarvan huldig. Dit gaan hier nie net oor suksesse en mislukkings nie, maar ook oor die wyse waarop die vrou van vandag sekere gebeure in haar lewe interpreteer.

"**Self-efficacy**" is 'n begrip wat in hierdie studie gebruik word om die vrou se geloof te beskryf in haar eie vermoë om gebeurtenisse in haar lewe te beheer wat haar optrede reguleer en motiveer.

Laastens is **selfbeheer** voorgehou as 'n element van selfbewussyn en dit is omskryf as 'n ordelike en georganiseerde benadering tot die uitdagings wat die lewe die mens bied om die regte dinge op die regte tyd gedoen te kry.

Daar is in hierdie studie bevind dat die selfbewuswordingsproses van die hedendaagse vrou al haar betrokke lewensdimensies moet insluit. Die vrou van vandag behoort aandag te gee aan haar fisiologiese, emosionele, intellektuele en spirituele dimensies. Daar is in hierdie studie bevind dat die vrou nie balans kan ervaar indien daar nie oorvleueling en integrasie tussen hierdie verskillende dimensies plaasvind nie. Alle aspekte is belangrik en indien enige dimensie verwaarloos word, sal die vrou se lewenskwaliteit afneem. Die vrou moet weet wie sy regtig is en dit impliseer dat sy haarself ken en ook dat sy deeglik bewus moet wees van wat vir haar van waarde is.

4.2.2 Watter rol kan 'n waarde-uitklaring in hierdie verband speel?

Uit die bespreking van die betekenis van waardes in hoofstuk twee blyk dit dat waardes 'n persoon se identiteit definieer. Daar is verder bevind dat enige aspek wat vir 'n persoon van waarde is, hetsy konkreet of nie-konkreet, as 'n waarde beskou kan word. Wanneer kernwaardes egter gemeld word, dui dit op daardie waardes wat vir elke mens reg, waardig, waardevol, goed en eties is, byvoorbeeld eerlikheid, regverdigheid, lojaliteit. Hierdie kernwaardes of die "Ware Noord-waardes" verwys na die dieper strukture van die mens se denke. Dit is eie aan die mens om haar denke en optrede volgens haar diepste waardes te wil rig en daarom vorm hierdie "Ware Noord-waardes" die individu se eie individuele perspektief, en uiteindelik ook haar optrede.

In hoofstuk twee het dit na vore gekom dat 'n waarde-uitklaring belangrik vir die hedendaagse vrou is, aangesien elke menslike handeling in ooreenstemming met 'n individu se eie individuele waardesisteem gemaak word. Daar is verder in hierdie studie bevind dat 'n waarde-uitklaring juis vir hierdie vrou van belang is, aangesien haar basiese waardes een van die sleutelemente tot verandering is. Omdat die

hedendaagse vrou haarself juis in 'n situasie van verandering bevind, kan die waarde-uitklaring vir haar baie waardevol wees. Die uitklaring van waardes sal die vrou in staat stel om in kontak met haar diepste motiewe in die lewe te kom en so te bepaal wat regtig vir haar as individu belangrik is. Op grond van 'n waarde-uitklaring sal hierdie vrou keuses kan maak sodat sy nader aan haar kernwaardes kan funksioneer en so groter balans in al haar lewensdimensies vind.

Hierdie proses van uitklaring van haar belangrikste waardes kan die hedendaagse vrou se selfbewussyn verhoog, groter beheer oor haar lewe verskaf en aan haar die nodige deursettingsvermoë verskaf om haar gestelde doelwitte te bereik. So sal die vrou dan met groter selfvertroue keuses kan maak en word volle potensiaalrealisering vir haar ook 'n realiteit.

4.2.3 Watter bydrae kan persoonlike leierskap in die ontwikkeling van selfbewussyn by die hedendaagse vrou lewer?

In hoofstuk drie is persoonlike leierskap omskryf as 'n karakter- en beginselgesentreerde benadering wat die hedendaagse vrou tot groter selfbewussyn kan bring ten einde persoonlike ontwikkeling en groei te bewerkstellig. Hierdie proses, wat 'n "inside-out" benadering veronderstel, kan die hedendaagse vrou in staat stel om haar waardes uit te klaar, te bepaal waarheen sy op pad is en ook hoe sy daar gaan kom ten einde persoonlike groei en ontwikkeling te bewerkstellig.

Persoonlike leierskap is die vermoë van 'n persoon tot gekristaliseerde denke, waarvolgens die betrokke persoon die verloop van haar lewe sal kan beplan. Persoonlike leierskap is die vermoë wat 'n individu openbaar om deur middel van persoonlike motivering gestelde doelwitte te kan bereik ten einde haar potensiaal te realiseer sowel as om voortdurende groei en ontwikkeling te verseker.

Persoonlike leierskap handel oor die volgende aspekte:

- Wie is ek?
- Waarheen is ek op pad?

- Hoe gaan ek daar kom?

Persoonlike leierskap rig individue om die regte dinge te doen sodat hulle dit word wat hulle graag wil wees. Die vrou wat persoonlike leierskap beoefen sal goeie kennis omtrent haarself asook haar motiewe en dryfvere in die lewe openbaar. Sy sal deeglik bewus wees van wat haar sterkpunte en swakpunte is, wat vir haar van waarde is, en wat sy graag eendag wil bereik. Hierdie vrou sal weet watter eise al haar betrokke lewensrolle aan haar stel en hoe om dit te prioritiseer.

Tydsbestuur het in hoofstuk een as een van die grootste probleme van die hedendaagse vrou gemanifesteer. Persoonlike leierskap sal die vrou in staat stel om haar tyd beter te bestuur, aangesien sy begrip sal hê vir die eise wat aan haar gestel word as gevolg van haar verskillende lewensrolle. Persoonlike leierskap sal haar in staat stel om te kan aanvaar dat daar krisistye sal wees wanneer sy nie in beheer van haar lewe en besluite gaan wees nie. Hierdie vrou sal ook die waarde van persoonlike ontwikkeling besef en haarself tyd gun ook vir die *belangrike* dinge in haar lewe, nie net vir dringende sake nie. Op grond van haar groter selfbewussyn en gerigtheid deur haar waardes sal sy in staat wees om te fokus op dit wat belangrik is in haar lewe.

4.3 SLOT

Selfbewussyn is in hierdie studie as die beginpunt van 'n persoonlike leierskapsproses voorgehou. Elke mens openbaar 'n unieke persoonlikheid, het 'n unieke lewenshouding, waardes, lewensrolle en selfbewussyn. Hierdie studie toon dat die hedendaagse vrou nie persoonlike leiding oor haar eie lewe kan neem, voordat sy nie tot selfbewussyn op alle lewensdimensies gekom het nie. Die vrou kan nie waardes uitklaar, 'n missie opstel en doelwitte stel indien sy nie weet wie sy regtig is nie. Persoonlike leierskap sal die hedendaagse vrou bemagtig om dit wat sy daaglik doen, in ooreenstemming met haar diepste waardes te doen. So sal sy dit word wat sy werklik wil wees.

BRONNELYS

- ANDREAS, S & FAULKNER, C 1997: NLP: The new technology of achievement. London: Nicholas Brealey.
- BADARACCO, JL 1997: Defining moments. Boston: Harvard Business School Press.
- BALDONI, J 1998: Leadership: take it personally. [http://www.1c21.com/thoughts_1.htm]. December 1998.
- BECK, MN 1997: Breaking point. New York: Times Books.
- BEHRMAN, DL 1982: Family and/or career. Michigan: UMI Research Press.
- BEYERS, S 1999: Fair Lady. 15 September 1999: 45-48.
- BRENNER-COHEN, R 1994: The effects of an enrichment programme on the self-concept of talented and average disadvantaged children. (Unpublished M.Ed. dissertation.) Johannesburg: University of the Witwatersrand.
- BRUNO, FJ 1987: Dictionary of keywords in psychology. London: Routledge & Kegan Paul.
- BURNS, RB 1977: The self concept. New York: Longman.
- CHOPRA, D 1994: The seven spiritual laws of success. New York: Amber Allen.
- CLEMMER, J 1999: Growing the distance. [http://www.1c21.com/thoughts_1.html]. Februarie 1999.
- COETZEE, A 1998: Emosioneel intelligent ...JY! Pretoria: P van der Walt.

- CORBIN, CB & LINDSEY, R 1997: Fitness and wellness. London: Brown & Benchmark.
- COVEY, SR 1994: First things first. London: Simon & Schuster.
- COVEY, SR 1999: The seven habits of highly effective people. London: Simon & Schuster.
- DONOHUE, G 1998 Creating S.M.A.R.T. goals.
[<http://www.gapmtn.com/kimgoodwin.html>]
- DYER, WW 1995: Your sacred self. New York: Harper Collins Publishers.
- GILLIBRAND, E & MOSELEY, J 1997: When I go to work I feel guilty. London: Thorsons.
- GILLIBRAND, E & MOSELEY, J 1995: She who dares wins. London: Thorsons.
- GOLEMAN, D 1996: Emotional Intelligence. London: Bloomsbury.
- GOLEMAN, D 1998: What makes a leader? Harvard business review: Boston, Nov/Dec. [<http://www/facstaff.bucknell.edu/pagana/mg330/goleman.html>]
September, 1998.
- GOLEMAN, D 1998: Working with emotional intelligence. London: Bloomsbury.
- GOODWIN, K 1999: Are your goals and values in line?
[<http://www1.umn.edu/ohr/ecep/lifeblnc.html>] Januarie, 1999.
- GOUWS, LA; LOUW, DA; MEYER, WF & PLUG, C 1979: Psigologiesoordeboek. Johannesburg: McGraw Hill.

GRAM, RK & GUEST, PM 1977: Activities for developing positive self-awareness. St.Louis: Miliken Publishing co.

HARRÉ, R & LAMB, R 1986: The dictionary of personality and social psychology. Cambridge: The MIT Press.

HART, M 1997: Mothers at work. London: Micheal O' Mara Books Limited.

HAY, LL 1997: Empowering women. London: Hodder & Stoughton.

JACOBS, JJ & RAATH, MC 1990: Dinamiek van die selfkonsep. Pretoria: Academica.

KIRSCHNER, R & BRINKMAN, R 1999: Life by design. New York: Mcgraw-Hill.

KNAUS, WJ 1994: Change your life now. New York: John Wiley & Sons, Inc.

KOUZES, JM & POSNER, BZ 1993: Credibility. San Francisco: Jossey-Bass Publishers.

LINDENFIELD, G 1992: The positive woman. London: Thorsons.

MAXWELL, JC 1993: The winning attitude. Nashville: Thomas Nelson.

MAXWELL, JC 1997: The success journey. Nashville: Thomas Nelson.

McCLELLAND, A 2000: When women try to do it all perfectly. Pathways to health, February 2000.

MEYER, PJ 1993: Effective personal leadership. Texas: Leadership Management International.

- MEYER, WF; MOORE, C & VILJOEN, HG 1988: Persoonlikheidsteorie van Freud tot Frankl. Johannesburg: Lexicon.
- NEUMAN, WL 2000: Social research methods. Boston: Allyn and Bacon.
- ODY, P 1999: Making time for me. London: Kyle Cathie Limited.
- ODENDAL, FF; SCHOONES, PC; SWANEPOEL, CJ; DU TOIT, SJ & BOOYSEN, CM; 1997: Verklarende handwoordeboek van die Afrikaanse taal. Midrand: Perskor.
- OSBORNE, R 1996: Self: an eclectic approach. New York: Allyn & Bacon.
- PATENAUDE, JN 1998: Too tired to keep running, too scared to stop. Boston: Element.
- RICKETTS, C 1997: Leadership: personal development and career success. Albany: Delmar Publishers.
- ROBBINS, A 1992: Awaken the giant within. New York: Simon & Schuster.
- RODRIGUES, A; WOLF, E & WOLF, M 1999: Faster, better, sicker. Parow East: Xtime Inc.
- ROGER, J & McWILLIAMS, SP 1990: You can't afford the luxury of a negative thought. London: Harper Collins.
- ROSSOUW, D 1999: Intellektuele gereedskap. vaardighede vir die menswetenskappe. Goodwood: Nasionale Boekdrukkery.
- SUID-AFRIKA (Republiek) Die konstitusie van die Republiek van Suid-Afrika, 1996: Wet 108 van 1996. Pretoria: Staatsdrukker.

- SHARP, D 1987: *Personality types: Jung's model of typology*. Toronto: Inner City Books.
- SMITH, DPJ 1993: *Navorsingsontwerp en metodes van navorsing: 'n monografie*. Johannesburg: Randse Afrikaanse Universiteit.
- SMITH, DPJ 1995: *Research and design and the structure of chapter one of a script, dissertation or thesis. A monograph*. Johannesburg: Rand Afrikaans University.
- SMITH, HW 1994: *The 10 natural laws of successful time and life management*. London: Nicholas Brealey Publishing.
- SPEARS, LC 1998: *Insights on leadership*. New York: John Wiley & Sons Inc.
- TESSINA, TB 1997: *The 10 smartest decisions a woman can make before 40*. Florida: Health Communications, Inc.
- THOMPSON, D 1996: *The Oxford compact English dictionary*. Oxford: Oxford University Press.
- TURNER, C 1994: *Sukses is maklik*. Kaapstad: Tafelberg.
- WEISINGER, H 1998: *Emotional intelligence at work*. San Francisco: Joddey-Bass Publishers.
- ZOHAR, D & MARSHALL, I 2000: *Spiritual Intelligence: the ultimate intelligence*. London: Bloomsbury.