

# RIGLYNE VIR 'N OMVATTENDE VERRYKINGSPROGRAM VIR DIE BEVORDERING VAN DIE GEESTESGESONDHEID VAN ONAFHANKLIKE SAKEMANNE



**Antoinette Gmeiner**  
D.Cur-Psikiatrise Verpleegkunde  
Senior Lektor - RAU



**Marie Poggenpoel**  
D.Phil-Psikiatrise Verpleegkunde  
Professor - RAU

## INLEIDING EN RASIONAAL

In Suid-Afrika, met die snelle veranderinge in die politiek, ekonomiese, lewenstyl en tegnologiese vooruitgang, gepaard met die geweld tans in die land, is die lewenskwaliteit van mense só beïnvloed dat produktiwiteit en gedrag benadeel is. Toenemende druk word veral op die Suid-Afrikaanse sakeman uitgeoefen, omdat al hierdie faktore sy totale omgewing beïnvloed. Sakemanne, en veral dié wat 'n besigheid onafhanklik bestuur, ervaar al die stressors, maar ook ander soorte druk as dié waaraan ander individue blootgestel word. Die sakeman is meer vatbaar vir sekere van die negatiewe effekte van stres en ervaar dus struikelblokke in sy strewe na heelheid (Gmeiner, 1992:2).

In hierdie artikel word riglyne vir 'n omvattende verrykingsprogram vir die bevordering van die geestesgesondheid van onafhanklike sakemanne beskryf. Hierdie riglyne is uit 'n gegenererde model geïnfereer en spreek dan veral die geïdentifiseerde struikelblokke sowel as fasiliterende elemente in die onafhanklike sakeman se strewe na heelheid aan.

## PROBLEEMSTELLING

Met die aanbieding van verskeie kursusse ter bevordering van geestesgesondheid het ons gevind dat Suid-Afrikaanse sakemanne unieke stresfaktore ervaar en baie vatbaar is vir veral sekere negatiewe effekte van die stresreaksie.

Ten spyte van al hierdie stresfaktore wat die onafhanklike sakeman se lewe tuis en by die werk negatief kan beïnvloed, is daar nietemin verskeie sakemanne wat hierdie stres effekief hanteer en 'n sinnolle en produktiewe lewe lei, terwyl ander weer knak onder die negatiewe stresaanslag.

Sakemanne identifiseer 'n behoefte aan genoegsame volgehoue ondersteuning om 'n sinnolle, gebalanseerde lewe te lei. Baie van hulle kan wel stres effekief hanteer, maar almal vind die bevorderende kursusse besonder effekief, aangesien hulle voel dat daar wel leemtes in hulle lewens is. Die klem val dus hier op bevordering van geestesgesondheid en nie die hantering van geestesongesteldheid nie. Geestesgesondheid as integrale deel van gesondheid (heelheid) behoort dus gefasiliteer te word. Hierdie artikel beskryf dan riglyne wat geformuleer is vir 'n omvattende verrykingsprogram vir die bevordering van die geestesgesondheid van onafhanklike sakemanne.

## DOELSTELLING

Die doelstelling van die navorsing is soos volg:

- Die beskrywing van riglyne vir 'n omvattende verrykingsprogram vir die bevordering van die geestesgesondheid van onafhanklike sakemanne.

## BEGRIPSOPKLARING

### Psikiatrise verpleegspesialis

Die psikiatrise verpleegspesialis is 'n verpleegkundige met 'n kliniese meestersgraad in Psikiatrise Verpleegkunde, met addisionele kliniese ervaring onder supervisie van 'n psikiatrise verpleegspesialis en/of ander aanverwante dissiplines se vakspesialiste. Sy is 'n persoon wat leierskap kan bied, wat die pasiënt se behoeftes kan identifiseer en ontleed, wat probleemoplossend te werk kan gaan deur die gebruikmaking van enige relevante kennis in verpleegkunde asook ander wetenskappe, wat effektiewe wetenskaplike verpleging kan demonstreer en toepas, en die belangrikste, om ander personele te fasiliteer in hulle strewe na heelheid (aanpas uit Critchley en Maurin, 1985:15-16; Cox, 1978:1125).

Die psikiatrise verpleegspesialis het 'n professionele vertrekpunt waaruit sy funksioneer en sy beskik spesifiek oor die volgende professionele vaardighede/eienskappe:

- \* kennis
- \* selfkennis
- \* houdings
- \* waardes
- \* filosofie
- \* interpersoonlike en terapeutiese vaardighede
- \* psikiatrise verpleegvaardighede en -metodes

### Verryking

Verryking is 'n benadering binne geestesgesondheidsbevorderingsaktiwiteite waar professionele hulp deur die psikiatrise verpleegspesialis aangewend word deur die skep van leergeleenthede wat die bied van inligting, selfkennis en groei insluit, aan 'n geestesgesonde pasiënt (individu, gesin, gemeenskap) wat struikelblokke in die strewe na heelheid ervaar. Die doel hiervan is om geestesgesondheid as deel van gesondheid (integrasie van liggaam psige en gees) te fasiliteer (Gmeiner, 1992:222).

## **Geestesgesondheidsbevordering**

Geestesgesondheidsbevordering is psigiatrise verpleegkundige aksies gerig op die fasilitering van 'n individu se mobilisering van hulpbronne en verminderung/uitskakeling van struikelblokke in die strewe na heelheid (gesondheid) (Gmeiner, 1992:13).

## **Onafhanklike sakeman/entrepreneur**

'n Sakeman is 'n persoon wat

- in een of ander besigheid/firma 'n leidende of onafhanklike rol speel en
- geld verdien deur sake te doen.

'n Entrepreneur is 'n persoon wat

- 'n opriger van 'n sakeonderneming is;
- 'n besigheid bestuur en organiseer; en
- 'n nuwe rigting inslaan.

(Aangepas uit Odendaal, Schoonees, Swanepoel, Du Toit, Booysen, 1988:295-935.)

Vir die doeleindes van hierdie navorsing kan die onafhanklike sakeman en entrepreneur as sinoniem beskou word, aangesien hierdie onafhanklike sakeman voldoen aan die gestelde kriteria wat hom ook as entrepreneur sal onderskei (Gmeiner, 1992:12).

## **NAVORSINGSONTWERP EN -METODE**

### **Navorsingsontwerp**

Die navorsingsontwerp behels 'n kwalitatiewe, kontekstuele en beskrywende ontwerp (Mouton en Marais, 1993:205; Burns en Grove, 1993:28-29; Mouton en Marais, 1990:121).

Die riglyne wat geïnfersensieer is uit veldnavorsing gedoen, word in hierdie artikel beskryf. Die navorsing is ook konteksgebonden, aangesien dit op die onafhanklike sakeman van toepassing is en nie verteenwoordigend is van die totale populasie nie.

### **Navorsingsmetode**

#### *Data-insameling*

Data is ingesamel op die basis van veldnavorsing wat as raamwerk gedien het om 'n model te genereer ter bevordering van die geestesgesondheid van onafhanklike sakemanne. Hierdie veldnavorsing is volledig beskryf in Gmeiner en Poggenpoel (1994:6-11). Die model is as

vertrekpunt gebruik vir die formulering van riglyne vir 'n omvattende verrykingsprogram wat struikelblokke sowel as fasiliterende elemente aanspreek in die onafhanklike sakeman se strewe na heelheid. Hierdie riglyne is uit bogenoemde model geïnfersensieer. Sien Tabel 1.1 wat die metodiek vir inferensiëring van riglyne toelig.

In hierdie navorsing is dus van die volgende denkstrategieë gebruik gemaak, naamlik deduktiewe strategieë en inferensië.

#### *Deduktief*

In die deduktiewe strategie begin die navorsing die projek met 'n duidelike konseptuele verwysingsraamwerk, in hierdie geval 'n model wat dan die verwysingsraamwerk vorm vir die ontleding en interpretasie waaruit riglyne dan geformuleer is. In hierdie navorsing is deduktief te werk gegaan deur riglyne deduktief af te lei uit die gegenererde model vir die bevordering van die geestesgesondheid van onafhanklike sakemanne (Mouton en Marais, 1990:105; Bandman en Bandman, 1988:184-187).

#### *Inferensië*

In hierdie navorsing is van deduktiewe inferensië gebruik gemaak. Dit behels deduktiewe, logiese inferensië wat gemaak word uit die gegenererde model en hierdie gevolgtrekkings waartoe gekom is (Mouton en Marais, 1990:107). Volgens Bandman en Bandman (1988:35) is inferensiës "the act of passing from one proposition, statement or judgement considered as true to another whose truth is bound to follow from that of the former". Riglyne is deduktief geïnfersensieer uit die gegenererde model (Gmeiner, 1992).

#### *Data-analise*

Data is geanaliseer deurdat die geïnfersensieerde riglyne met kundiges op die gebied van psigiatrise verpleegkunde (twee psigiatrise verpleegspesialiste) en ook met onafhanklike sakemanne bespreek en gevalideer is. 'n Literatuurkontrole is ook gedoen om riglyne met soortgelyke ondersteuningsprogramme te vergelyk wat reeds bestaan (Gmeiner, 1992:262-272).

#### *Betroubaarheid en geldigheid*

Woods en Catanzaro (1988:136-137) se kriteria vir betroubaarheid en geldigheid in kwalitatiewe navorsing is aangewend in hierdie navorsing en maatreëls is soos volgt toegepas: Die navorsingsproses wat gevolg is, is deurentyd volledig beskryf en elke stap verduidelik. Die rol van die navorsing is ook met elke stap verduidelik. Die konteks waarbinne hierdie riglyne ontwikkel is, is duidelik uitgespel.

**Tabel 1.1**

<b>PROSES</b>	<b>METODIEK</b>
Veldnavorsing	Semi-gestruktureerde fenomenologiese onderhoude met onafhanklike sakemanne, resultate en literatuurkontrole.
Modelbeskrywing	Konsepte is geïdentifiseer uit bogenoemde resultate en gedefinieer. Daarna is konsepte in verhouding met mekaar gestel en die struktuur en proses van die model beskryf. Die model is ten slotte geëvalueer aan die hand van gestelde kriteria.
Beskrywing van riglyne	Riglyne deur middel van deduksie en inferensië afgelei uit bogenoemde resultate. Literatuurkontrole en gesprekvoering met kundiges.

(Gmeiner, 1992)

Strategieë wat gebruik is vir die insameling, analise en beskrywing van data, word presies weergegee. Valideringsgesprekke is met onafhanklike kenners (psigiatrise verpleegspesialiste) sowel as doelgerigte steekproefpersone (onafhanklike sakemanne) gevoer. Bevindinge is met reeds gepubliseerde literatuur vergelyk (literatuurkontrole). Om die riglyne te inferensieer, is die gegenereerde model ter bevordering van die geestesgesondheid van onafhanklike sakemanne konsekwent gebruik met 'n "onafhanklike sakeman" as sentrale konsep. Teoretiese, metodologiese en inferensiële geldigheid is verseker deurdat die navorsing vanuit 'n spesifieke teoretiese raamwerk werk, naamlik die Verplegingsteorie vir Mensheelheid (Oral Roberts University, 1990:136-142; Randse Afrikaanse Universiteit, 1991:2-42).

## RESULTATE

Die resultate word vervolgens aan die hand van die gegenereerde model bespreek. Voordat die riglyne aangespreek word, word die visuele model voorgestel en kortliks beskryf (Gmeiner, 1992:233-261). Sien Fig. 1.1.

### Sien volgende bladsy vir Figuur 1.1

Hierdie model is gekonstrueer na dialoogvoering met kundiges op die gebied van psigiatrise verpleegkunde, onafhanklike sakemanne en kenners op die gebied van teorievorming.

Die sentrale hipotese vanuit die model lui soos volg: Die psigiatrise verpleegspesialis se aanwending van 'n omvattende wetenskaplik-gefundeerde verrykingsprogram dra by tot die fasilitering van die onafhanklike sakeman se mobilisering van hulpbronne in sy strewe na geestesgesondheid as integrale deel van gesondheid (heelheid).

Die onafhanklike sakeman ervaar struikelblokke sowel as fasiliterende elemente in sy strewe na heelheid. Hierdie elemente blyk "gewig" te dra in sy strewe na heelheid en kan bepaal waar hy op die kontinuum van gesondheid funksioneer. Die struikelblokke (te min ontspanning, ongesonde eetgewoontes, sigaretrook en alkoholinname, emosies van angs en vrees, stres, negatiewe gevoelens soos kommer en skuldgevoelens, oorlading, frustrasie, harteer, isolasie, tydbestuur, verantwoordelikheid vir alleen besluitneming; swak delegasie; swak ondersteuningstelsels; ongesonde verdedigingsmeganismes soos rasionalisasie, repressie, intellektualisasie; wantroue by die werksituasie en die lang ure; afname in sosiale kontak met vriende; probleme met gesinsverhouding) en fasiliterende elemente (tyd vir oefening; genoeg slaap; werksbevrediging; gevoel van onafhanklikheid; vaardigheid; sterk interne motivering; sterk interne waardes; effektiewe kommunikasie; eerlikheid, positiewe denke; werk is 'n uitdaging) kan as 'n skaal op 'n kontinuum voorgestel word, aangesien dit blyk dat die fasiliterende elemente soms swaarder weeg en soms weeg die struikelblokke swaarder. Die doel van die omvattende verrykingsprogram is die verminderung van struikelblokke en versterking van fasiliterende elemente.

Verryking is 'n benadering waar professionele hulp deur die psigiatrise verpleegspesialis aangewend word deur die skep van leergeleenthede wat die verskaffing van inligting, selfkennis en groei insluit en die doel daarvan is om geestesgesondheid as deel van gesondheid (heelheid) te faciliteer.

Die riglyne vir so 'n verrykingsprogram, geïnferensieer uit bogenoemde model, word vervolgens bespreek volgens inhouds-, proses- en struktuurriglyne.

## Inhoudsriglyne

Met hierdie riglyne word gefokus op die verminderung/uitskakeling van struikelblokke en versterking van fasiliterende elemente in die onafhanklike sakeman se strewe na heelheid.

Groeplede moet aktief betrek word en fisiese struikelblokke kan aangespreek word deur die skep van 'n scenario/gevallestudie en groeplede word dan toegelaat om 'n "diagnose" van die ongesonde fisiese gewoontes te maak. Hantering hiervan kan deur bespreking en die oordra van inligting geskied.

Hiermee saam sal ook aspekte soos beplanning en bestuur van tyd gaan, sodat tyd ingeruim kan word vir fisiese oefening en ontspanning.

Die onafhanklike sakeman ervaar negatiewe emosies, waarvan stres sterk deurkom as angs. Dit is egter belangrik om te onthou dat hierdie onafhanklike sakemanne hulself as hoogs funksionerend beskou en die term "angs" vir hulle 'n negatiewe konnotasie kan inhou. Die term kan in hulle konteks liefs vervang word met stres.

Die onafhanklike sakemanne moet bewus gemaak word van hulle angs en dan moet hulle leer hoe om dit te hanter. Die fokus is weer eens op selfkennis deur middel van oefeninge van toepassing in hulle konteks. Opvoeding met betrekking tot angs en stres, en effektiewe hantering van stres kan in 'n kernlesing aangebied word. Die volgende aspekte kan hier ingesluit word:

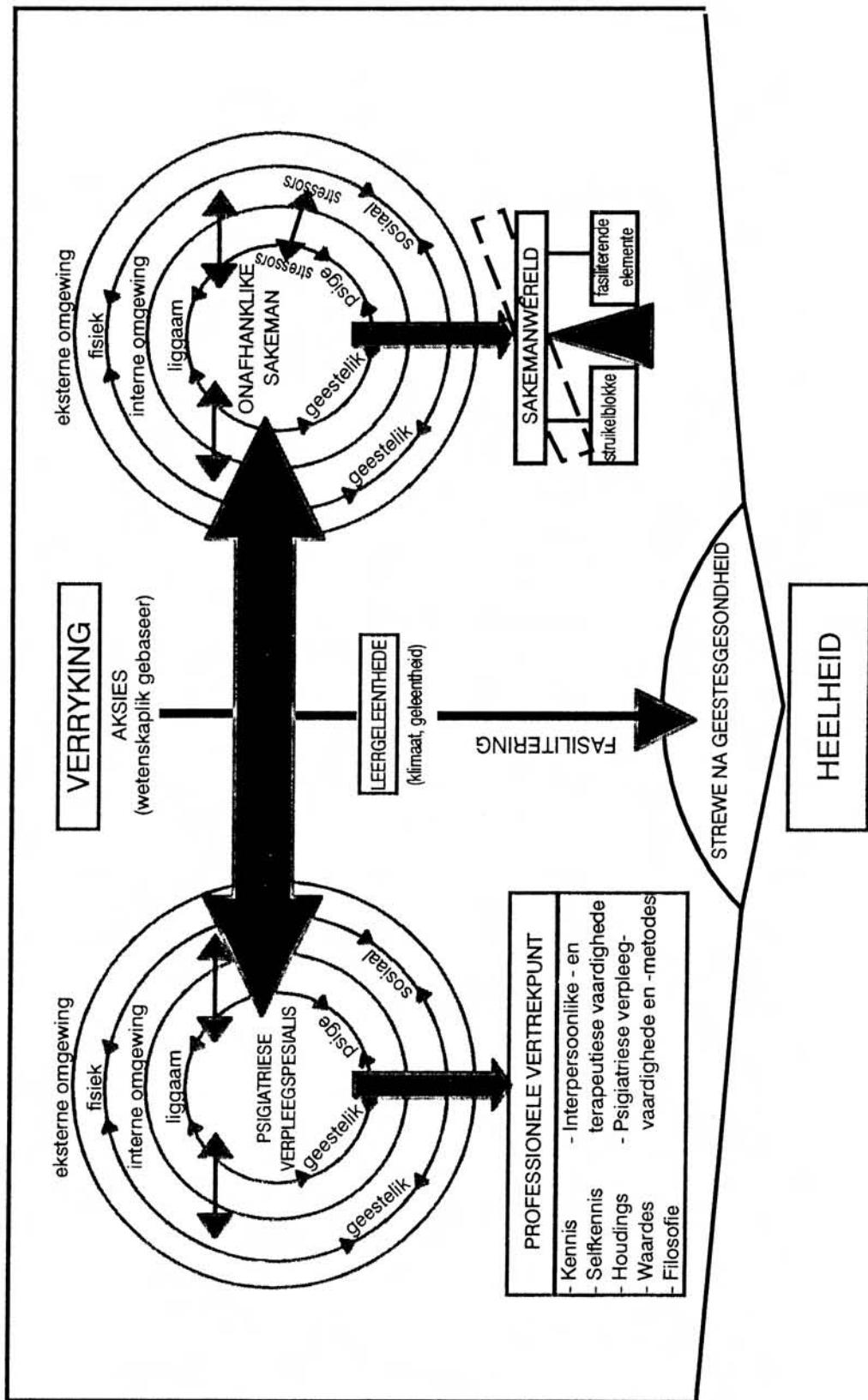
- identifikasie van eie stresfaktore;
- ondersoek van eie hanteringsmeganismes en probleemoplossingsmetodes;
- aanleer van nuwe hanteringsmeganismes en probleemoplossingsmetodes;
- ontspanningsterapie;
- die gebruik van positiewe herformulering ("positive reframing") met betrekking tot hulle angsgevoelens; en
- gebruikmaking van beginsels van laterale denke.

Negatiewe emosies kan dus aandag kry deur streshanteringsbeginsels in die konteks van die beleweniswêreld van die onafhanklike sakeman.

- Gevoelens van isolasie sal verhelp word deur hierdie verrykingsprogram vir onafhanklike sakemanne aan te bied en 'n ondersteuningsgroep tot hulle beskikking te stel. Dieselfde groeplede sal homogeen bly vir die duur van die program. Hulle voel hulle het ondersteuning nodig van ander sakemanne wat in dieselfde posisie verkeer.
- Wat die intellektuele sy betref, sal in hierdie program nie klem gelê word op die beginsels van, byvoorbeeld, tydbestuur, besluitneming en delegasie nie, maar eerder gekyk word na wat inmeng met hul vermoë om tyd effektief te bestuur, effektief te deleger en besluite te neem. Dit sal dus meer effektief wees om hierdie aspek aan te raak deur dit in die groepset te bespreek, maar met leiding van die groepleier om dan op die werklike dieper emosionele vlak en oorsake van bogenoemde te fokus, byvoorbeeld hulle wantroue in mense wat veroorsaak dat hulle nie in staat is om effektief te deleger nie.
- Die onafhanklike sakemanne is nie bewus van die feit dat hulle van ongesonde psigologiese verdedigingsmeganismes gebruik maak nie. Hulle moet hiervan bewus gemaak word deur inligting aan hulle te bied met betrekking tot verskeie verdedigingsmeganismes en dan

**Figuur 1.1:** 'n Model vir die bevordering van die geestesgesondheid van onafhanklike sakemanne

## 'n MODEL VIR DIE BEVORDERING VAN DIE GEEESTESGESONDHEID VAN ONAFHANKLIKE SAKEMANNE



spesifiek dié wat hulle gebruik. Die gebruik van verdedigingsmechanisme, soos byvoorbeeld intellektualisasie, dui daarop dat hulle nie in kontak is met hulle gevoelens nie. Selfkennisoefeninge kan gebruik word om hierdie aspekte aan te spreek en om terugvoering binne die groep te verskaf.

- Die onafhanklike sakemanne beskik elk oor 'n eie stel waardes. Binne hierdie verrykingsprogram moet hulle bewus gemaak word van hulle eie waardes en hoe dit hulle besluitneming beïnvloed. Dit kan weer eens gedoen word aan die hand van 'n gevallenstudie waar 'n etiese dilemma geskep word en die groeplede dit beredeneer. Elkeen sal dus bewus word van sy eie waardes en hoe hy besluite neem op grond van eie waarde-oordele.
- Deur die ondersoek van vals geloofstelsels ("false belief systems") kan die groeplede tot insig gelei word in baie van hulle stressors waarvan hulle nie altyd bewus is nie. Die feit dat hulle almal verbaliseer dat hulle baie lang ure werk, kan te wye wees aan die feit dat daar 'n moontlike norm geskep is van "'n goeie sakeman werk lang ure om suksesvol te wees". Indien hulle hiervan bewus gemaak word, staan hulle in elk geval voor die keuse om lang/kort ure te werk en ook te weet wat hulle besigheid vereis.
- Volgens die resultate verkry in navorsing, wil onafhanklike sakemanne graag in beheer wees. Hierdie aspek kan faciliterend sowel as 'n struikelblok in hulle strewe na heelheid wees. As struikelblok kan dit die oorsaak wees van hulle onvermoë om te deleger en effektiel besluite te neem. Hierdie "beheer"-kwessie kan aangespreek word deur hulle bewus te maak daarvan met behulp van verskeie oefeninge sowel as bespreking binne groepverband.
- Die huidige swak politieke/ekonomiese situasie in Suid-Afrika het 'n geweldige negatiewe invloed op die sakeman, maar dit is 'n realiteit wat in die oë gekyk moet word. Die onafhanklike sakeman moet geleer word om lateraal en kreatief te dink en die probleem so op te los. 'n Scenario/gevallestudiie kan weer eens baie effektiel aangewend word en groeplede kan dan 'n dinksrum hou oor die moontlike hantering van 'n ekonomiese probleem. Ontspanningsterapie kan hier van waarde wees.
- Sy gesin speel 'n belangrike rol in die onafhanklike sakeman se lewe en moet dus ook betrek word by so 'n verrykingsprogram om die heelpersoonbenadering te ondersteun. Die onafhanklike sakeman se vrou moet ook tred hou met sy ontwikkeling en dus self ook ontwikkel word. Sy kan ook as hulpbron in sy strewe na heelheid gemobiliseer word. As aanbeveling kan van huiswerk gebruik gemaak word om die gesin in te sluit, byvoorbeeld dat die vrou 'n brief aan die groep skryf met betrekking tot 'n aspektiewe aspek van haar man. Gesinskommunikasie en kohesie word dus ook indirek aangemoedig. Indien die behoeftes daarvan onstaan, kan 'n ondersteuningsgroep vir die vroue van onafhanklike sakemanne gestig word.
- Die geestelike aspekte van die onafhanklike sakeman se funksionering sal laaste in so 'n verrykingsprogram aan die beurt kom wanneer daar reeds wedersydse vertroue en intimiteit bestaan, aangesien geloof 'n baie sensitiewe en persoonlike saak is. Hier kan terug verwys word na waardes en hoe geloof elkeen se waarde-oriëntasie beïnvloed.

Die gevolgtrekking wat uit bogenoemde aspekte gemaak kan word is dat die onafhanklike sakeman se grootste struikelblok in sy strewe na heelheid 'n gebrek aan effektiewe interaksie tussen sy interne en eksterne omgewing is. Die fokus van 'n verrykingsprogram is bewuswording van sy interne en eksterne omgewing (met klem op interne prosesse) en fasilitering van meer effektiewe kenmerkende wyses van interaksie tussen die interne en eksterne omgewing. Dit is waarom dit so sinvol is om die hele program deur te voer met gebruikmaking van metafore. Dit dra by tot die skep van insig en bewuswording van die onafhanklike sakeman in sy beleweniswêreld.

### Prosesriglyne

Dit is belangrik om klem te lê op die feit dat dit 'n **verrykingsprogram** is, en nie slegs geestesgesondheidsonderlig waar geen struikelblok in die strewe na heelheid ervaar word nie. Verryking impliseer dat hierdie individue struikelblokke in hulle strewe na heelheid ervaar waarvoor hulle professionele hulp aanwend om hulle strewe na geestesgesondheid te faciliteer. Hulle ontvang dus nie slegs inligting deur middel van 'n lesing nie.

Die klem op so 'n verrykingsprogram val nie op die verskaffing van inligting nie, maar op selfontwikkeling en groei van die onafhanklike sakeman in sy strewe na heelheid.

Die heelpersoonbenadering vanuit die Verplegingsteorie vir Mensheelheid (Oral Roberts University, 1990; Randse Afrikaanse Universiteit, 1991:2-42) word gevolg deurdat hierdie program die interne en eksterne omgewing, sowel as kenmerkende wyses van interaksie moet aanspreek om suksesvol te wees.

In die implementering van so 'n program is dit ook belangrik om te onthou dat die teikengroep volwassenes is en dat die beginsels van volwasse onderlig toegepas sal word, byvoorbeeld die aktiewe deelname van groeplede en die skep van 'n spesifieke klimaat wat bevorderlik is vir volwasse leer sodat hulle nuwe kennis, begrip, vaardighede of waardes verkry.

Die verrykingsprogram moet innoverend en nuut wees. Hierdie program moenie slegs 'n herhaling wees van seminare met betrekking tot streshantering, probleemoplossing of tydbestuur nie, daarom moet die fokus minder kognitiel van aard wees en klem plaas op die ontwikkeling van die interne omgewing van die onafhanklike sakeman.

### Struktuurriglyn

Die aanbieding van so 'n verrykingsprogram moet geskied op 'n volgehoue/semi-permanente grondslag en ooreenkomsdig die behoeftes van die teikengroep - nie slegs 'n eenmalige seminaar nie.

Aanvanklik moet die program een keer per week vir sowat drie uur per keer, byvoorbeeld vanaf sewe-uur tot nege-uur in die aand. Vanweë die aard van die onafhanklike sakeman se werk is dit bykans onmoontlik om hom vir 'n volle dag of drie opeenvolgende dae uit sy besigheid te onttrek.

Die formaat van elke werkgroep sal op die volgende berus:

- 'n Kernlesing waar baie inligting gebied word, asook opvoeding oor die individu as 'n unieke, geestelike wese wat op 'n geïntegreerde, biopsigosoiale wyse funksioneer ten einde sy strewe na heelheid te verwesenlik. In hierdie program is die klem op die individu se psigiese prosesse en nie soos op fisiologiese en anatomiese funksionering

nie.

- Elke werkgroep sal 'n spesifieke tema aanspreek. Inlyn met die Verplegingsteorie vir Mensheelheid sal die verrykingsprogram begin deur die interne omgewing van die onafhanklike sakeman aan te spreek, voordat daar beweeg word na die eksterne omgewing.
- Die formaat sal dié van 'n werkgroep wees, waar groeplede in interaksie met mekaar tree en aktief deelneem, verskeie oefeninge en gevalllestudies doen met die klem op selfbewuswording en die opdoen van selfkennis.
- Daar moet ook op 'n gereelde basis huiswerk aan groeplede gegee word, wat dan binne die groep bespreek sal word.

Die formaat van so 'n verrykingsprogram moet nie rigged vooraf opgestel word nie, maar moet bepaal word deur behoeftes wat die groeplede identifiseer. Dit sou dus sinvol wees om 'n proeflopie te doen met 'n groep van ongeveer tien groeplede en dan te sien hoe so 'n verrykingsprogram met slegs breë riglyne sou verloop. Dit sou sinvol wees om dan effektiel te kan beplan vir die volgende groep wat die verrykingsprogram sal deurloop.

Dit sal voordelig wees om 'n ko-aanbieder/ko-terapeut te hê met die aanbieding van so 'n verrykingsprogram, aangesien die groeplede se negatiewe emosies ook betrokke is en nie slegs op die positiewe gefokus word nie. Dit sal die taak van die terapeut/aanbieder vergemaklik deurdat sy/hy meer objektief kan bly, nie so maklik by die situasie betrek kan raak nie en self emosioneel beskerm kan bly.

Die verrykingsprogram word ingelei deur die beginsels van die Verplegingsteorie vir Mensheelheid (Oral Roberts University, 1990; Randse Afrikaanse Universiteit, 1991:2-42) aan die groeplede te verduidelik deur die gebruikmaking van 'n metafoor wat dan deurlopend in die aanbieding van die program aangewend word. Dit word gedoen om die groeplede se aandag te trek en terme te vereenvoudig, sodat dit vir hulle interessant is. 'n Voorbeeld hiervan is waar groeplede 'n kursus in skilderkuns deurloop en in die volgende paar weke 'n selfportret gaan skilder. Elkeen se doek gaan dus anders lyk, alhoewel hulle dieselfde kleure gaan gebruik.

Resultate uit navorsing verkry, rig dan die formaat van hierdie verrykingsprogram waar die klem val op selfontwikkeling en ontwikkeling van die interne wêreld. Die hooffokus van hierdie program is die interaksie tussen die interne en eksterne omgewing, aangesien die onafhanklike sakeman onbewus is van sy eksterne wêreld. Deur middel van selfbewusheid en selfkennis word hulle dan bewus van hulle interne wêreld en integreer dit met die eksterne wêreld (Gmeiner, 1992:269).

## AANBEVELINGS

Die konsep verryking kan in die praktyk toegepas word deur 'n verskeidenheid verrykingsprogramme te implementeer sonder om terapie of onderrig toe te pas. 'n Voorbeeld hiervan is huweliksverryking en verryking binne gesinseenhede. Die klem in psigiatrise verpleging het verskuif na die gemeenskap en die voorkoming van geestesongesteldheid, dus die bevordering van geestesgesondheid as integrale deel van gesondheid (heelheid). Hierdie bevorderende verrykingsprogramme kan dus baie sinvol binne die konteks van psigiatrise verpleegkunde toegepas word.

Hierdie riglyne vir 'n omvattende verrykingsprogram vir die bevordering van die geestesgesondheid van onafhanklike

sakeman moet in 'n program omvat word en dan in die praktyk geoperasionaliseer word om sodende die werkbaarheid daarvan te toets.

## SLOTSOM

Onafhanklike sakemanneervaar struikelblokke in hul strewe na heelheid. Wat hulle ervaring onderskei van ander tipes stres en druk, is die feit dat hulle ook wel fasiliterende elemente ervaar. Die doel van die riglyne van 'n omvattende verrykingsprogram is dan om struikelblokke te verminder en fasiliterende elemente te versterk sodat die onafhanklike sakeman se geestesgesondheid as integrale deel van gesondheid bevorder word.

## VERWYSINGS

- BANDMAN, EL & BANDMAN, B 1988: *Critical thinking in nursing*. California: Appleton & Lange.
- BURNS, N & GROVE, SK 1993: *The practice of nursing research: conduct, critique and utilization*. Philadelphia: W.B. Saunders.
- CHINN, PL & JACOBS, MK 1987: *Theory and nursing. A systematic approach*. Second edition. St. Louis: C.V. Mosby Company.
- COPI, IM 1968: *Introduction to logic*. Third edition. New York: Macmillan.
- COPI, IM 1986: *Informal logic*. New York: Macmillan.
- COX, S 1978: The introduction of nurse specialists. *Nursing Times* 74 (27), July 1978:1128.
- CRITCHLEY, DL & MAURIN, JT 1985: *The clinical specialist in mental health nursing*. New York:
- DICKHOFF, J; JAMES, P & WIEDENBACH, E 1968: Theory in a practice discipline. Part I. Practice orientated theory. *Nursing Research* 17 (5), Sept.-Oct. 1968:415-435.
- GMEINER, AC 1992: 'n Model vir die bevordering van die geestesgesondheid van onafhanklike sakemanne. Ongepubliseerde D.Cur-proefschrift. Johannesburg: Randse Afrikaanse Universiteit.
- GMEINER, AC & POGGENPOEL, M 1994: Die beleweniswêreld van die onafhanklike sakeman. *Tydskrif vir Bedryfsielkunde* 21 (2), 6-11.
- HARDY, ME 1974: Theories: Components, development evaluation. *Nursing Research* 23 (2), 100-106.
- MOUTON, J & MARAIS, H 1990: *Basic concepts in the methodology of the social sciences*. Pretoria: Human Sciences Research Council.
- RANDSE AFRIKAANSE UNIVERSITEIT, DEPARTEMENT VERPLEEGKUNDE 1990-1992: *Verplegingsteorie vir Mensheelheid*. Johannesburg: Randse Afrikaanse Universiteit.
- WOODS, NF & CATANZARO, M 1988: *Nursing Research. Theory and practice*. St. Louis: The CV Mosby Company.