

Die beleving van betekenisvolheid deur 'n groep Suid-Afrikaners

Meaningfulness as experienced by a group of South Africans

HK COETZEE, MP WISSING

& QM TEMANE

Skool vir Psigososiale en Gedragwetenskappe, Noordwes-Universiteit, Potchefstroom

E-pos: hkcoetzee@gmail.com

E-pos: Marie.Wissing@nwu.ac.za



Heleen Coetzee



Marié Wissing



Michael Temane

HELEEN COETZEE behaal haar graad in Bedryfskommunikasiekunde aan die destydse PU vir CHO (2000) en word in haar finale jaar aangewys as die beste Kommunikasiekunde en Bedryfskommunikasiekunde student. Sy behaal vervolgens haar onderwysdiploma (HOD) met lof en voltooi haar Meestersgraadstudies in Bedryfskommunikasiekunde met spesialisering in die bemaking van sport (2002). Na voltooiing van haar studies vertrek sy na Londen waar sy 2 jaar woon en werk as 'n onderwyseres en bemakingsagent by verskeie personeelagentskappe. Sy keer in 2004 terug na Suid-Afrika en begin by die Potchefstroom-kampus van die Noordwes-Universiteit se Departement Bemaking en Kommunikasie werk as 'n senior bemaker en studentewerwer. Later beklee sy die posisie van Adjunkdirekteur Bemaking en is verantwoordelik vir bemakingsnavorsing, studentewerwing en kliëntediens. Sy sit haar studies in die sielkunde voort en voltooi haar Honneursgraad in sielkunde met lof. Sy het pas haar Meestersgraad en internskap in Kliniese Sielkunde voltooi en doen tans 'n jaar gemeenskapsdiens by Witrand Hospitaal in Potchefstroom.

HELEEN COETZEE completed a degree in Business Communication at the then PU for CHE (2000) and in her final year of studies she was denoted best student in the fields of Communication and Business Communication. She subsequently completed a diploma of education (HED) cum laude and a Masters degree in Business Communication with specialization in the marketing of sport (2002). After completion of her studies she departed for London where she lived for two years and worked as a teacher and marketing agent at various personnel agencies. In 2004 she returned to South Africa to work as a senior marketer and recruiter in the Department of Marketing at the Potchefstroom campus of the North West University. She has since been promoted to deputy director of marketing and her responsibilities include marketing research, recruitment and client services. She resumed her studies in psychology and completed an honours degree in psychology cum laude. She recently finished her Masters degree and internship in clinical psychology and is currently doing a year of community service at Witrand Hospital in Potchefstroom.

MARIÉ WISSING is professor in Psigologie in die Skool vir Psigososiale Gedragwetenskappe aan die Noordwes-Universiteit (Potchefstroom Kampus). Haar navorsing fokus is op die verstaan, meting, prevalensie en bevordering van psigologiese welsyn en sterktes in die konteks van bio-psygo-sosiale gesondheid. Sy is 'n NRF-

MARIÉ WISSING is professor of Psychology in the School for Psychosocial Behavioural Sciences at the North-West University, Potchefstroom, South Africa. She focuses in her research interests on the understanding, measurement, prevalence and promotion of psychological well-being and strengths in the context of bio-psycho-social

gegradeerde navorser, en 'n lid van die Africa Unit for Trans-disciplinary Health Research (AUTHeR). Haar navorsingsprogram in Psigofortologie (d.i. die wetenskap van psigologiese sterktes) sluit verskeie groot spannavorsingsprojekte in wat baie studente en nasionale en internasionale kollegas betrek. Sy het kurrikula vir onderrig in Positiewe Sielkunde in Suid-Afrika ontwikkel, was 'n besoekende professor of genooide dosent aan verskeie universiteite in Suid-Afrika en in Europa, en dien op die redaksies van wetenskaplike tydskrifte. Sy het die Stalsprys vir Sielkunde in 2003 van die Suid-Afrikaanse Akademie vir Wetenskap en Kuns ontvang, en is in 2004 vereer vir haar bydrae tot werkswelsyn by die South African Work Wellness Conference. Sy was een van die organiseerders van die First South African Positive Psychology Conference in 2006. Sy dien op die Board of Directors van die International Positive Psychology Association (IPPA), en op die wetenskaplike komitees van verskeie internasionale kongresse.

health. She is a NRF rated researcher, and a member of the Africa Unit for Trans-disciplinary Health Research (AUTHeR). Her research program in Psychofortology (i.e. the science of psychological strengths) includes several large team research projects involving many students and national and international colleagues. She developed curricula for teaching of Positive Psychology in South Africa, was a visiting professor or invited lecturer at several universities in South Africa and Europe, and serves on the editorial boards of disciplinary journals. She received the Stals prize for Psychology from the South African Academy of Science and Arts in 2003, as well as a reward for contribution to work wellness at the South African Work Wellness Conference in 2004. She was one of the organizers of the First South African Positive Psychology Conference in 2006. She is a member of the Board of Directors of the International Positive Psychology Association (IPPA), and serves on the scientific committees of several international conferences.

MICHAEL TEMANE is 'n medeprofessor in Sielkunde en beklee tans die posisie van direkteur by die Skool vir Psigososiale Gedragwetenskappe aan die Noordwes-Universiteit, Potchefstroom, Suid-Afrika. Sy navorsingsbelangstellings sluit die kruis-kulturele begrip van die psigologiese welsyn, sowel as die meting en bevordering daarvan in verskeie sosiale kontekste in. Hy neem aktief deel in die Psigofortologie navorsingsprogram by die Noordwes-Universiteit, wat gelei het tot verskeie publikasies en voordragte by konferensies. Op die oomblik is Michael ook betrokke by twee ander internasionale projekte, naamlik die Suid-Afrikaanse Persoonlikheid Inventaris (SAPI) en die Emotional Competence studie. Hy tree op as keurder van artikels vir verskeie wetenskaplike tydskrifte en evalueer aansoeke vir navorsingsbefondsing en gradering van navorsers by die Nasionale Navorsingstigting. In 2006 het Michael deelgeneem aan die organisasie van die eerste Suid-Afrikaanse Positiewe Sielkunde konferensie, waar hy ook een van die genooide hoofsprekers was. Michael het die Kellogg Foundation toekening gekry om as somer wetenskapsgenoot deel te neem aan die Survey Research Program aan die Universiteit van Michigan. Hy is ook 'n lid van die Africa Unit for Trans-disciplinary Health Research (AUTHeR) by die Noordwes-Universiteit.

MICHAEL TEMANE is an associate professor of Psychology and currently holds the position of Director in the School for Psychosocial Behavioural Sciences at the North-West University, Potchefstroom, South Africa. His research interests include the cross-cultural understanding of psychological well-being, and its measurement and promotion in various social contexts. He actively participates in the Psychofortology research programme at the North-West University which has resulted in several publications and presentations at conferences. At present, Michael participates in two other international projects, namely, the South African Personality Inventory (SAPI) and the Emotional Competence study. He has reviewed several journal articles, grant proposals, and rating applications for researchers at organizations such as the National Research Foundation. In 2006 Michael participated in the organization of the First South African Positive Psychology Conference at which he delivered one of the keynote addresses. Michael was awarded a Kellogg Foundation grant as a Summer Scholar in the Survey Research Program at the University of Michigan. He is also a member of the Africa Unit for Trans-disciplinary Health Research (AUTHeR) at the North-West University.

ABSTRACT***Meaningfulness as experienced by a group of South Africans***

In the field of positive psychology, or psychofortology, there are many theories and explanations about the nature of psychological well-being and how it can be enhanced, yet little is known about lay people's experiences and definitions of happiness, meaningfulness and other facets of well-being. The focus of this study is on meaningfulness as a facet of psychological well-being. In the search for an encompassing conceptualisation of psychological well-being two schools of thought have emerged, namely the hedonic and eudaimonic perspectives. Meaningfulness is a core component of well-being as conceptualised in the eudaimonic perspective. Little is known about how important various life domains are in people's experiences of meaningfulness, and whether there are differences among life domains in this regard. Therefore, the aim of this study was to explore what the most meaningful things were in the lives of a group of South Africans as experienced by them on ground level, and what the role of different life domains were in their experience of meaningfulness. As cultural factors may influence the importance of various expressions of psychological well-being, it was decided to select a culturally homogeneous (relatively individualistic) group of Afrikaans and English-speaking participants in early adulthood for this explorative study.

This study forms part of the international Eudaimonic-Hedonic Happiness Investigation project (EHHI) conducted in seven countries, and is linked to the FORT3 project (The prevalence of levels of psychosocial health: dynamics and relationships with biomarkers of (ill)health in South African social contexts). The current study reports on the South African data with regard to meaningfulness as experienced by a relatively individualistic cultural group. Equal numbers of males and females (N=104) between the ages 30 and 50 years with secondary or tertiary education training were selected. Respondents were identified by the researchers, after which the "snowball" method was used to reach other possible participants. After giving informed consent, participants completed the Eudaimonic-Hedonic Happiness Instrument (EHHI-i) with open-ended questions on, amongst others, the most meaningful things for people, and why they are meaningful. Rating scales on the degree of meaningfulness experienced in various life domains were also completed. A richness of information was thus sought through triangulation of quantitative and qualitative data-gathering methods. The qualitative data were coded, and codes were abstracted into higher order categories and transformed into percentage responses per category. For the quantitative data the average score per life domain was calculated.

Qualitative as well as quantitative findings show that family (1st) and spirituality (2nd) are the two life domains that gave the most meaning in life. It was indicated that meaning was found in the mere belonging to a family and the influence family has on one's personal life. Spirituality gave meaning in knowing that a God exists and that life has a purpose. It may be that, in the South African context, spirituality is used as a coping mechanism to feel in control and to understand difficulties in life. None of the other participating countries in the EHHI project indicated that spirituality was such an important part of meaning in their lives. The other domains that played a valuable role in giving meaning in life were: work, health, interpersonal relations and personal growth. The life domains that proved relatively less meaningful in the respondents' lives were leisure/relaxation, life standard and activities involving the community and society. The lack of meaningful involvement in the community could probably be traced back to South Africa's history, and there are indications suggesting that at present Afrikaans and English speaking South Africans may tend to focus internally on themselves and their families. However, this seems to be a global trend. The results showed that intrinsic rather than external motivations give meaning to life. Theoretically it is important to note that the degree of meaningfulness experienced differs in

various life domains and that the content of meaningfulness in a person's life should be evaluated accordingly. A better knowledge of psychological well-being and meaningfulness can be valuable in the development of interventions and therapeutic programmes. Psychological well-being can be enhanced and pathology prevented by taking into account and implementing methods that involve the most important specific meaningful life domains in people's lives.

KEY CONCEPTS: Experience of meaning, meaningfulness, South African, eudaimonic perspective, hedonic perspective, life domains, psychological well-being, psychofortology, positive psychology, family, spirituality, health, work, leisure, standard of life, community involvement

TREFWOORDE: Betekenisbeleving, betekenisvolheid, Suid-Afrikaners, eudaimoniese perspektief, hedonistiese perspektief, lewensdomeine, psigologiese welstand, psigofortologie, positiewe sielkunde, familie, spiritualiteit, gesondheid, werk, ontspanning, lewenstandaard, gemeenskapsbetrokkenheid

OPSOMMING

Positiewe sielkunde, of psigofortologie, fokus op die verstaan en bevordering van psigologiese welstand. Dit is ook gerig op die identifisering en uitbou van sterkpunte by individue, families en gemeenskappe om lewenskwaliteit te bevorder en om voorkomend op te tree. Vanuit verskeie konseptualiserings oor psigologiese welstand het twee denkskole ontstaan, naamlik die hedoniese en eudaimoniese perspektiewe. Betekenisvolheid is een van die kernaspekte van die eudaimoniese verwysingsraamwerk en 'n belangrike komponent vir die verstaan van psigologiese welstand. Hierdie studie fokus op die persoonlike ervaring van betekenisvolheid deur individue op grondvlak. Kwalitatiewe en kwantitatiewe data-insamelingsmetodes is gebruik en aandag is spesifiek gegee aan die beleving van betekenisvolheid in verskillende lewensdomeine. Ewe veel mans en vrouens (N=104) tussen die ouderdomme 30 en 50 jaar, en ewe veel met sekondêre of tersiêre opleiding, het die Eudaimonic-Hedonic Happiness Instrument (EHHI-i) voltooi nadat ingeligte toestemming verkry is. Kwalitatiewe data is gekodeer, in hoërorde-kategorieë geabstraheer en getransformeer in persentasies response per kategorie. Kwantitatiewe gegewens se gemiddelde tellings per lewensdomein is bereken. Die resultate van die kwalitatiewe sowel as die kwantitatiewe data dui daarop dat familie (1) en spiritualiteit (2) die lewensdomeine is waarin individue die meeste betekenisvolheid ervaar. Daarna volg die lewensdomeine werk, gesondheid, interpersoonlike verhoudinge en persoonlike groei. Die lewensdomeine waarin die respondente die minste betekenisvolheid ervaar het, is ontspanning, lewenstandaard, en gemeenskaps- en sosiale aktiwiteite. Die bevindinge het teoretiese en praktiese implikasies.

1. INLEIDING

Hierdie studie fokus op die beleving van betekenisvolheid deur 'n groep Afrikaans- en Engelssprekende Suid-Afrikaners, en op die manifestasie daarvan in lewensdomeine. Die studie vorm deel van 'n groter navorsingsprojek oor hierdie groep se beleving van betekenis, hul doelstellings en wat hulle gelukkig maak (Wissing & Coetzee 2008) en is ingebed in die internasionale Eudaimonic-Hedonic Happiness Investigation waaraan sewe lande deelneem (Delle Fave *et al.* 2008; Delle Fave *et al.* 2010).

Die teoretiese agtergrond van hierdie studie behels modelle vanuit die positiewe sielkunde of psigofortologie as subdisipline in die psigologie. Die positiewe sielkunde fokus daarop om

die aard van psigologiese welstand, en faktore wat dit bevorder, te verstaan. Die klem word gelê op die uitbop van positiewe kwaliteite en sterktes van individue, families en gemeenskappe om sodoeende individue, families en gemeenskappe te kan help om te floreer (Keyes 2007:95-108; Seligman & Csikszentmihalyi 2000:5). Antonovsky (1987:47-55) het lank gelede reeds in sy salutogene model die fokus op gesondheid eerder as siekte geplaas, en betekenisvinding as deel van 'n koherensiesin gekonseptualiseer. Hoewel daar reeds verskeie teorieë en modelle ontwikkel is oor die aard van psigologiese welstand, is daar nog nie 'n algemeen aanvaarde verstaan van wat dit inhoud en wat die rol van betekenisbeleving daarin is nie. Navorsers probeer ook nog die kulturele ingebedheid daarvan verstaan.

Twee hoofdenkwyse tipeer die talle konseptualiseringspogings van wat psigologiese welsyn/welstand is, naamlik die hedonistiese en die eudaimoniese perspektiewe. Die hedonistiese denkwysse fokus op die beskrywing van psigologiese welstand ten opsigte van geluk en lewensvrede (Seligman & Csikszentmihalyi 2000:5), die sogenaamde “Don't worry be happy”-filosofie (Peterson, Park & Seligman 2005:25-41), en die bestudering van positiewe emosies en lewensvrede as emosionele en kognitiewe komponente van geluk (Diener 2000:34; Pavot & Diener 2008:137-152). Die eudaimoniese stroming beskou psigologiese welstand in terme van die ervaring van betekenisvolheid en persoonlike groei in die lewe (Ryff & Singer 1998:3-4; 2008:14; Waterman, Schwartz & Conti 2008:47-49). Die sogenaamde “Be all that you can be”- en “Make a difference”-filosofie (Peterson *et al.* 2005:25-42). Aristoteles se verduideliking dat geluk in die kern daarvan oor selfaktualisering en persoonlike groei gaan maak ook deel hiervan uit (Ryff 1989:1069-1081). Ryan, Huta en Deci (2008:143) sien dit as 'n spesifieke lewensbenadering en beskrywing van 'n individu se karakter. Massimini en Delle Fave (2000:24-33) beklemtoon 'n sosiale verbondenheid en sosiaal gedeelde doelwitte as deel van betekenis in 'n individu se lewe. Ryff en Singer (2008:18-23) integreer verskeie perspektiewe van psigologiese welstand in 'n multidimensionele model waarvan doelgerigtheid/betekenis een van die dimensies is. Aristoteles onderskei tussen die twee begrippe deur na hedonia te verwys as die “ervaring van geluk” in die lewe en eudaimonia as die “leef van 'n goeie lewe” (Ryan *et al.* 2008:143).

Met verloop van tyd het die hedonistiese en eudaimoniese skole onafhanklik en amper in kompetisie met mekaar ontwikkel.¹ Daar is ook sekere denkrigtings wat dui op 'n mate van ooreenstemming en samehang tussen die hedonistiese en eudaimoniese sieninge van psigologiese welstand.² Ryan *et al.* (2008:140) gaan daarvan uit dat die eudaimoniese op die inhoud van 'n individu se lewe fokus, terwyl die hedonistiese 'n spesifieke uitkoms van die lewe is. Keyes (2005:539-548; 2007:95-108) kombineer hierdie twee perspektiewe in sy model van psigologiese gesondheid. Die huidige studie sluit aan by die eudaimoniese perspektief waarin die fokus meer op betekenisvinding is.

Die konstruk “betekenisvolheid” as komponent van menslike beleving word vanuit verskillende teoretiese perspektiewe beskryf, en enkele empiriese studies is gedoen oor fasette daarvan. Oor die algemeen is teoretici dit eens dat dit 'n belangrike komponent van psigologiese welstand is (Bonebright *et al.* 2000:469-477; Fry 2001:69-81; Steger *et al.* 2006:80;), maar die verstaan en meting daarvan verskil (Steger *et al.* 2006:81). Aristoteles meen dit gaan oor 'n mens se strewe na “the highest human good” (Ryff & Singer 2008:17), en volgens Frankl (1963;

¹ Kyk byvoorbeeld Peterson *et al.* (2005:25-42); Ryan & Deci (2001:141-142, 148); Ryan *et al.* (2008:139); Ryff & Singer (2008:14); Steger, Kashdan & Oishi (2007:1; 3,19).

² Kyk byvoorbeeld Kashdan, Biswas-Diener & King (2008: 221, 237); Wissing & Van Eeden (2002:41-42).

1966:21-28) is motivering vir die lewe grootliks gesetel in die soeke na persoonlike betekenis en die sin van die lewe. Betekenisbeleving word ook gesien as die soeke na 'n doel, en die bereiking van doelwitte,³ die vervulling van behoeftes, daaglikse besluitneming en aksie (Ryff & Singer 2008:17; Ryff & Singer 1998:7-9), persoonlike groei, self-aktualisering, selfwaarde, strewe na effektiwiteit en die dryf tot die ontwikkeling van volle potensiaal op intellektuele, emosionele, sosiale en fisiese vlak (Ryan & Deci 2001:145-147; Steger *et al.* 2006:81). Betekenisvinding as betrokkenheid by die lewe vind uiting in diep en betekenisvolle verhoudinge met ander, selfrespek, 'n gevoel van bemeestering in die lewe (Ryff & Singer 1998:9), die doen van goeie dae, en hulpverlening aan ander (Steger *et al.* 2007:3). Betekenisbeleving word ook gesien as 'n kognitiewe proses waarvolgens 'n individu lewenservaringe evalueer en vir hom-/haarself interpreteer (Steger & Kashdan 2007:164-165). 'n Gevoel van betekenisbeleving het 'n hoë korrelasie met 'n ervaring van tevredenheid met die lewe (Steger *et al.* 2007:19). Een van die komponente van Antonovsky (1987:47-55) se "sense of coherence"-model is betekenisvinding, wat 'n belangrike rol speel in die individu se benadering tot die stressore en uitdagings op sy pad – en wat ook bepaal in hoe 'n mate hy dit as sinvol en betekenisvol in sy lewe beskou (Lindström & Eriksson 2006:241-242; Strümpfer & Mlonzi 2001:30). Dit word beskryf as 'n emosionele konneksie wat tot gevolg het dat die individu voel dat die lewe emosioneel sin maak en dat dit die moeite werd is om energie in uitdagings en probleme te investeer, omdat dit betekenis gee.⁴

Betekenisbeleving word grootliks beïnvloed deur die omgewing en konteks waarbinne gefunksioneer word, en daarom is daar nie vir alle individue gelyke geleentheid tot die bereiking van betekenisbeleving nie (Ryff & Singer 2008:13). Kulturele konteks sou dus 'n rol kon speel. Betekenisvinding gee vaardighede waarmee die individu se omgewing en psigososiale stressore gereuleer kan word (Ryff & Singer 2008:15), en word verbind met 'n positiewe gemoed (King, Hicks, Krull, & Gaiso Del 2006:179-196), goeie gesondheid (Seligman & Csikszentmihalyi 2000:10; Steger *et al.* 2006:81) en beskerming teen negatiewe invloede (Pearson & Sheffield 1989:1321-1322).

Daar is geen algemeen aanvaarde enkele meetinstrument om betekenisbeleving mee te bepaal nie (Steger *et al.* 2006:80-81). Bestaande skale fokus ook op betekenisvinding asof dit 'n enkele globale konstruk is en neem nie in ag dat betekenisbeleving kan verskil in verskeie domeine van die lewe nie. Frisch (2006:20-23) het bevind dat 'n beter verstaan van individue se betekenisbeleving en kwaliteit lewe verkry kan word as daar spesifiek ondersoek ingestel word na die rol wat verskillende lewensdomeine in hulle lewens speel. Hy identifiseer 16 areas wat in ag geneem behoort te word. Emmons (2003a:109) meen dat individue se strewe na betekenis in die lewe in vier kategorieë ingedeel kan word naamlik: werk/prestasies, verhoudinge/intimiteit, geloof/spiritualiteit en selfverheffing. Nakamura en Csikszentmihalyi (2003:87) sluit hierby aan deur te verwys na die lewensdomeine verhoudinge, lewensdoelwitte, religieuse deelname en spiritualiteit wat as bronne van betekenis tydens hulle studie geïdentifiseer is.

Om 'n dieper verstaan en beskrywing van psigologiese welstand en betekenisvolheid te kry soos dit op grondvlak deur individue beleef word en nie net teoreties beskryf word nie, is dit nodig om naas kwantitatiewe evalueringe ook kwalitatiewe data in te samel oor persone se ervaringe daarvan (Morgan & Farsides 2009:198-199; Pileggi 2008; Steger *et al.* 2006:80-81). In 'n onderhoud met Pileggi (2008) dui Delle Fave aan dat een van die leemtes van navorsing

³ Kyk onder meer Emmons (2003a:105); Grouzet, Kasser, Ahuvia & Dols (2005:800-816); Martin (2008:172,176).

⁴ Kyk Antonovsky (1993); Antonovsky (1984:121); Landsverk, & Kane (1998:419, 422); Sullivan (1993:1772-1774).

oor psigologiese welstand is dat daar tot dusver hoofsaaklik van kwantitatiewe skale gebruik gemaak is en dat daar nie data ingesamel word oor individue se eie belewinge en eie definisies van die onderskeie begrippe ter sprake nie. Indien daar ondersoek ingestel word na psigologiese prosesse kan kwantitatiewe skale nie genoegsame inligting verskaf om die verskynsels waarna konstruksie verwyrs in diepte te verstaan nie. Die gelyktydige insameling van die kwantitatiewe en kwalitatiewe data is nodig (cf. Cresswell 2003:208, 217; Hanson *et al.* 2005:224-235; Johnson & Onwuegbuzi 2004:14, 15, 17), veral ook as kulturele konteks 'n rol speel.

Kulturele konteks speel 'n rol in die manifestasie van psigologiese welsyn (Christopher 1999:141-142; 148-150; Christopher & Hickenbottom 2008:563-565; Diener, Oishi & Lucas 2003:403; 410-120), en ook spesifiek in die Suid-Afrikaanse konteks waar individualistiese sowel as kollektivistiese kulturele oriëntasies voorkom.⁵ Die ondersoekgroep wat aan hierdie studie deelgeneem het, is homogeen in die sin dat almal uit 'n oorwegend individualistiese kulturele agtergrond kom.

In hierdie ondersoek word gefokus op die beleving van betekenisvolheid deur Afrikaans- en Engelssprekende Suid-Afrikaners. Afrikaans en Engels is twee van Suid-Afrika se elf amptelike tale. Suid-Afrika het 'n bevolking van sowat 45 miljoen mense, waarvan omtrent 5,98 miljoen Afrikaans as huistaal gebruik (wit: 2,53 miljoen; bruin: 3,17 miljoen; swart: 253 282; Indiërs: minder as 20 000) (Statistiek Suid-Afrika 2009; RGN 2009). Sowat een miljoen van Suid-Afrika se 6,4 miljoen Afrikaanstaliges is tweetalige moedertaalsprekers van Afrikaans en Engels. Benewens wit en bruin Afrikaanssprekendes word Afrikaans deur die meeste etniese groepe in Suid-Afrika as 'n tweede (of selfs derde) taal gepraat (Statistiek Suid-Afrika 2009; RGN 2009). Afrikaans word oor feitlik die hele land gebruik, maar die weste van Suid-Afrika (met die provinsies Noord- en Wes-Kaap en die westelike gedeelte van die Vrystaat) is tans 'n oorwegend Afrikaanstalige streek waar 'n groot persentasie van die Afrikaanssprekendes bruin mense is. In die oostelike gedeelte van Suid-Afrika is daar stedelike konsentrasies van veral wit Afrikaanssprekendes in stede soos Pretoria, Potchefstroom (waar die huidige ondersoek gedoen is), Klerksdorp, Kempton Park, Pietersburg, Nelspruit, Witbank en Krugersdorp (RGN 2009). In hierdie ondersoek word gefokus op betekenisbeleving van 'n groep Afrikaans- en Engelssprekende deelnemers uit die Potchefstroom-omgewing in die Noordwesprovinsie.

Die verstaan van die "goeie lewe" en van dit wat betekenisvol is vir mense gee insig in die roete na individuele en sosiale welstand en kan 'n belangrike rol speel in die daarstel van ekonomiese en sosiale beleid (Ryan *et al.* 2008:142, 166). Dit is nuttig in die daarstel van intervensieprogramme wat fokus op die voorkoming van probleme en patologie (Delle Fave & Massimini 2005:379) en gee riglyne vir terapie, psigologiese herstel en persoonlike groei van kliënte (Steger *et al.* 2006:81, 90). Richardson en Guignon (2008:623-624) stel dat dit noodsaaklik is om nuwe en kreatiewe psigologiese intervensieprogramme vir bepaalde kontekste daar te stel. Vir die daarstel van sulke intervensieprogramme is dit baie nuttig om ook vanuit 'n Suid-Afrikaanse konteks te verstaan watter lewensdomeine die meeste met betekenisvinding saamhang.

Die doelstellings van hierdie studie is dan om vas te stel 1) wat 'n Afrikaans- en Engelssprekende groep Suid-Afrikaners as sinvol of betekenisgewend ervaar (kwalitatief), en 2) in watter lewensdomeine die meeste betekenis ervaar word (kwantitatief).

⁵ Vergelyk Allik & McCrae (2004:13-15; 23-25); Wissing, Wissing, Du Toit & Temane (2006:14-33); Wissing & Temane (2008:47-48).

2. METODE VAN ONDERSOEK

2.1 Navorsingsontwerp

Hierdie studie vorm deel van die FORT3-projek (Wissing 2008) en vind plaas in 'n subprojek waar FORT3 oorvleuel met die 7-lande “Eudaimonic-Hedonic Happiness Investigation” (Delle Fave *et al.* 2008).

In hierdie ondersoek is gebruik gemaak van die gelyktydigetriangulasie-strategie wat behels dat die kwalitatiewe en kwantitatiewe data in één fase en gelyktydig ingesamel word. Hierdie metode kan lei tot geldige, betroubare en goed gefundeerde resultate (Cresswell 2003:217,221; Tashakkori & Teddlie 2003). Die gelyktydige insameling van kwantitatiewe en kwalitatiewe data lê die grondslag vir ryk navorsingsbevindinge waaruit afleidings gemaak en ook geverifieer kan word. Om die kwantitatiewe en kwalitatiewe data met mekaar te kan vergelyk, word daar van data-transformasie gebruik gemaak; die kwalitatiewe data word gekwantifiseer deurdat die kwalitatiewe response gekodeer word (Cresswell 2003:217, 219; Hanson *et al.* 2005:224-235; Miller & Fredericks 2006:578).

2.2 Deelnemers

As subprojek van FORT 3 en die internasionale studie deur Delle Fave *et al.* (2008), is die data vir hierdie studie ingesamel in samewerking met navorsers van ses ander lande. Dit is vanuit Italië gekoördineer deur Antonella Delle Fave. Vastgestelde riglyne oor hoe die deelnemers geselekteer moet word, is aan alle deelnemende lande verskaf. Die studie het mans en vrouens tussen 30 en 50 jaar, ewe veel met tersiêre of sekondêre opleiding ingesluit. Tersiêre opvoeding is gesien as enige naskoolse universiteit- of kollege-opleiding, en sekondêre opleiding as voltooide hoërskoolopleiding.

In die Suid-Afrikaanse konteks is daar gebruik gemaak van Afrikaanssprekende sowel as Engelsprekende deelnemers vanuit 'n hoofsaaklik individualistiese kulturele agtergrond. In totaal het 104 Suid-Afrikaners aan hierdie studie deelgeneem. Die geslagsamestelling van die deelnemers was 50% manlik en 50% vroulik. Wat opvoedingsvlak betref, het 50% van die deelnemers hoërskoolopleiding gehad, 35% baccalaureusgrade, 9% meestersgrade en 6% doktorsgrade. Die meeste van die respondente, naamlik 94%, was werksaam. 24% van die deelnemers het witboordjieberoepe beoefen (administratiewe werk), en 11% was bestuurders. Onderwysers, akademici, entrepreneurs en medici het elk 'n verdere 7% van die populasie verteenwoordig. 75% het aangedui dat hulle 'n gemiddelde lewenstandaard handhaaf, 19% 'n bogemiddelde lewenstandaard, en 6% 'n ondergemiddelde lewenstandaard. In die kategorie “huwelikstatus” is 73% as getroud aangedui, 7% as geskei, en 6% as alleenlopend. 'n Verdere 6% het saam met 'n lewensmaat gewoon. Sowat 75% van die deelnemers het een of meer kinders gehad. 88% van die deelnemers was Protestantse Christene, 6% het geen spesifieke geloof aangehang nie, en 4% was Katolieke Christene.

2.3 Meetinstrument

Vir die doel van hierdie studie is gebruik gemaak van die EHHI-i (Eudaimonic-Hedonic Happiness Investigation instrument) soos saamgestel deur Delle Fave *et al.* (2008) en beskryf deur Delle Fave *et al.* (2010). Hierdie instrument het dit ten doel om kernaspekte van psigologiese welstand te evalueer, asook die samehang tussen hierdie fasette. Dit maak gebruik van kwalitatiewe oop

vrae sowel as kwantitatiewe Likert-tipe-skaalvrae. Elke aspek (betekenisvolheid, geluk, doelstellings en lewensatisfaksie) wat geëvalueer word, is gefundeer vanuit 'n spesifieke perspektief in die positiewe sielkunde. Vir doeleindes van hierdie studie word slegs gefokus op aspekte wat met betekenisbeleding te make het.

Vanuit die eudaimoniese perspektief is respondente gevra om drie dinge te noem en te beskryf wat op daardie stadium in hul lewens belangrik of betekenisvol was. Dit is opgevolg met 'n vraag oor waarom hulle elk van die genoemde dinge as betekenisvol ervaar het. Deci en Ryan (2000:227-228) se verwysing na die belangrikheid van die inhoud (wat) sowel as die rol wat hierdie aspek in die individu se lewe speel (hoekom) is as basisuitgangspunt vir hierdie vrae gebruik.

Op kwantitatiewe vlak is die beleding van betekenis in verskillende lewensdomeine op 'n sewepunt-Likert-tipe skaal gemeet. Hierdie lewensdomeine is geïdentifiseer in studies wat deur die WHOQOL-groep (1998:1585-1596; 2004:23-34; 2006:1456-1497) gedoen is om die komponente van lewenskwaliteit te bepaal. Hierdie geïdentifiseerde lewensdomeine is: Werk, Familie, Lewenstandaard, Interpersoonlike verhoudinge, Gesondheid, Persoonlike groei, Spiritualiteit en Religie, Gemeenskapskwessies, Sosio-ekonomiese en kulturele kwessies, Ontspanning en die Lewe in die algemeen. Hierdie domeine omvat objektiewe sowel as die subjektiewe aspekte van psigologiese welstand.

2.4 Prosedure

Hierdie projek vorm deel van die FORT 3-projek wat reeds deur die Noordwes-Universiteit se Etiekkomitee goedgekeur is. Die projeknommer is: NWU 00002-07-A2.

Na die aanvanklike samestelling van die EHHI-i is 'n loodsstudie onder 80 respondente vanuit Kroasië, Italië en Portugal gedoen. Hierdie data is gebruik om 'n raamwerk vir die kodering van die kwalitatiewe response daar te stel met behulp van strategieë en klassifikasies wat in vorige studies uiteengesit en gebruik is (Delle Fave & Massimini 2004:586; 2005:379-404; Delle Fave *et al.* 2008). Hierdie koderingstelsel is verder verfyn na aanleiding van data wat in die ander deelnemende lande, onder meer Suid-Afrika, ingesamel is.

Ná die finalisering van die EHHI-i en die vasstelling van die kriteria vir deelnemers het data-insameling in die Suid-Afrikaanse been van die studie begin. Deelnemers wat aan die spesifieke kriteria van ouderdom, geslag en opleidingsvlak voldoen het, is doelgerig genader. Verdere deelnemers is volgens die sneeubal-metode gewerf. Die doel van die navorsing is aan die deelnemers verduidelik met verwysing na spesifieke begrippe wat in die vraelys voorkom. Daarna is die deelnemers se ingeligte toestemming verkry, waarna hulle die vraelys op hulle eie ingevul en later aan die ondersoekers terugbesorg het.

Die data van die kwalitatiewe vrae is vervolgens gekodeer volgens die internasionaal ooreengekome koderingstelsel. Waar onduidelikhede voorgekom het, is die internasionale paneel genader vir 'n mening, waarna uitsluitel verkry is. Die internasionale koderingstelsel is dan uitgebrei indien nodig. Die geldigheid en vertroubaarheid van die koderingsproses is verseker deur in elke land van twee navorsers gebruik te maak vir kodering en kontrolering van die gegewe kodes.

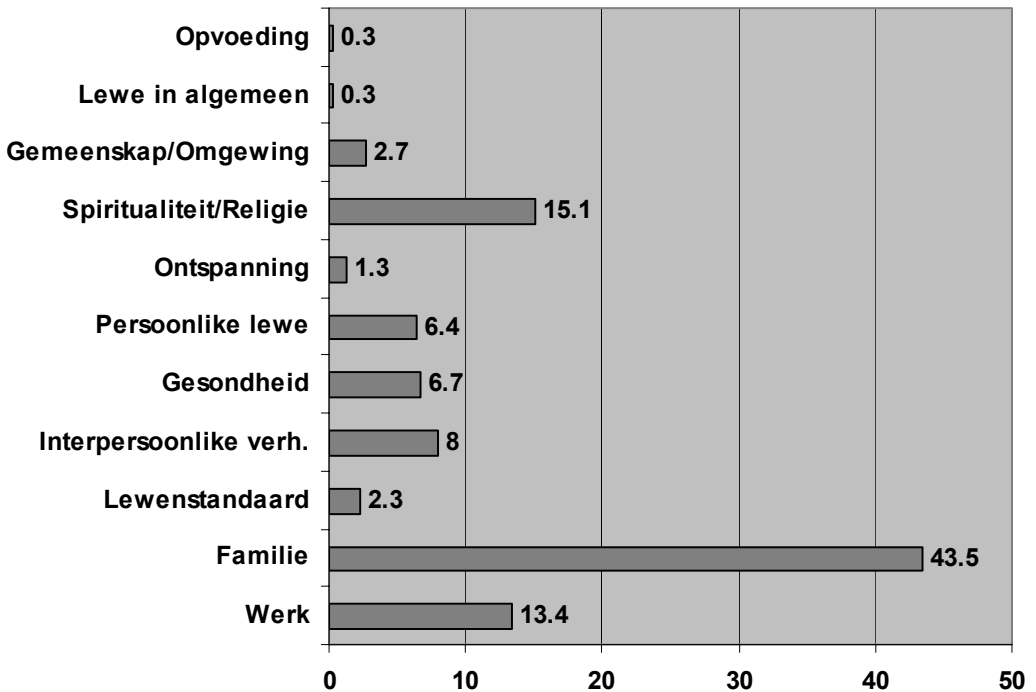
2.5 Data-ontleding

Die kwalitatiewe data se temas is gekodeer en daarna in hoërorde-kategorieë geabstraheer. Hierdie kwalitatiewe data is getransformeer deur die persentasie response per kategorie te bereken. Die kwantitatiewe gegewens se gemiddelde tellings per lewensdomein is bereken.

3. RESULTATE

Kwalitatiewe resultate

Kwantifisering van response op oop-einde kwalitatiewe vrae dui daarop dat die vyf mees betekenisvolle aspekte in die respondente se lewens Familie, Spiritualiteit, Werk, Interpersoonlike verhoudinge en Gesondheid was. Die persentasie response in elk van die lewensdomeine word in Figuur 1 aangedui.



Figuur 1: Mees betekenisvolle dinge/domeine (kwalitatiewe response)

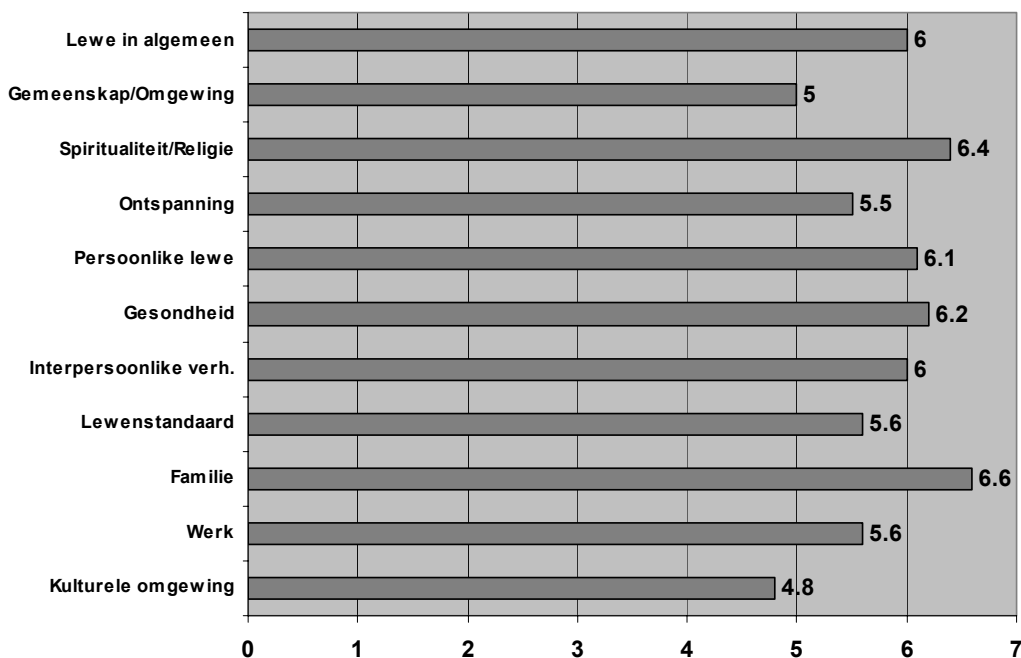
Response van deelnemers op die vraag waarom familie vir hulle belangrik is, was byvoorbeeld: “Op aarde is my huwelik my waardevolste verhouding en my kinders die kosbaarste gawe”, “Dit is die essensie van my menswees en die sentrum van my geluk”, “It gives me a loving and caring surrounding”, “My gesin is my ondersteuningsstelsel en die mense wat ek na aan my hart dra”, “They are my anchor”, “Sekuriteit en toekomsdoel, liefde, betekenis en aanvaarding”, “Dit is al wat saak maak in die lewe”.

Spiritualiteit en Religie as kategorie het onder andere die volgende temas ingesluit: Geloof, Om ’n persoonlike verhouding met God te hê, Om te lewe volgens God se wil, Om geestelik te groei, Om saam met ander mense God te aanbid en te dien. Redes waarom dit belangrik is, was onder andere: “Ek wil graag gehoor gee aan my roeping as God se instrument”, “Om Christenskap uit te leef”, “Dit is die basis van alle bestaan op aarde”, “God is all to me”, “Jesus gives me direction on how to live every moment of the day”, “Hy is my krag en my hoop en my alles”, “Without God there is no hope, and with no hope, there is no future”.

Werk as betekenis-kategorie het opmerkings soos die volgende ingesluit: “Om ’n goeie werk te hê”, “Om jou werk te geniet”, “Om te groei in jou werk en die doelwitte wat jy vir jouself daarstel”, “Om sukses te behaal in my werksomgewing”, “Om goed te wees in my werk”, “Werksekuriteit”, “Om ’n nuwe werk te kry”. Redes waarom dit betekenis gee, was byvoorbeeld: “Ek geniet dit en leef my daarin uit”, “I know that I am needed and play an important role”, “It gives meaning to my life”, “Strewe na doelwitte en die kry van erkenning”, “I am respected in my chosen profession”, “Selfverwesenliking”, “It gives me meaning to provide for my wife and kids”.

Kwantitatiewe resultate

Die gemiddelde tellings vir betekenisvolheid in die verskillende lewensdomeine word in Figuur 2 weergegee.



Figuur 2: Die mate van betekenisvolheid wat in die onderskeie lewensdomeine ervaar word (kwantitatief)

Soos blyk uit Figuur 2 word daar ’n hoë mate van betekenisvolheid in alle domeine beleef, maar met die hoogste tellings vir Familie, Spiritualiteit, Gesondheid, Persoonlike groei en Verhoudinge.

Vergelyking van kwantitatiewe en kwalitatiewe bevindinge

Die belangrikste aspekte wat as betekenisvol ervaar word deur die groep respondente soos gevind in kwantitatiewe en kwalitatiewe data word vergelykenderwys in rangordes uiteengesit in Tabel 1.

TABEL 1. ’n Vergelyking van die rangordes van mees betekenisvolle lewensdomeine soos gevind in kwantitatiewe en kwalitatiewe data.

Kwalitatiewe response	Kwantitatiewe response
1. Gesin/Familie	Gesin/Familie
2. Spiritualiteit	Spiritualiteit
3. Werk	Gesondheid
4. Interpersoonlike verhoudinge	Persoonlike groei
5. Gesondheid	Interpersoonlike Verhoudinge
6. Persoonlike groei	Algemeen
7. Gemeenskap/omgewing	Werk
8. Lewenstandaard	Lewenstandaard
9. Ontspanning	Ontspanning

4. **BESPREKING**

Die doel van hierdie studie was om ’n groep Suid-Afrikaners se beleving van betekenisvolheid te ondersoek. Beide kwalitatiewe en kwantitatiewe data dui daarop dat die gesin/familie en spiritualiteit die lewensdomeine is wat die grootste bydrae gelewer het tot betekenisvolheid in die groep respondente se lewens – gevolg deur werk, gesondheid, interpersoonlike verhoudinge en persoonlike groei.

Familie as domein hou twee fasette van betekenisvinding in: Eerstens blyk dit dat deel-wees van ’n familie op sigself betekenis gee aan die lewe. Tweedens is die invloed van familie op ’n persoon se persoonlike lewe ’n verdere bron van betekenisbeleving. In die kategorie wat daarop dui dat familie op sigself betekenis aan die lewe gee, word betekenis gevind in temas soos die liefde en omgee wat vanaf ’n eggenoot, lewensmaat en kinders ontvang/ervaar word, die gesellige samesyn en deel van liefde in die familie, die waardevolle vriendskap van ’n eggenoot/lewensmaat en die vervulling uit die versorging van die familie. In die kategorie wat aandui dat familie ’n bron van betekenisvinding in die respondent se persoonlike lewe is, word betekenis gevind in die ondersteuning wat van familie gekry word, motivering wat familie gee vir persoonlike groei, ondersteuning in moeilike tye en ’n gevoel van insluiting. Familie is ’n bron van geluk en positiewe emosies, die heel belangrikste ding in die lewe waarsonder die lewe nie betekenis het nie. Hierdie bevinding sluit aan by die literatuur wat betekenisvinding as deel van ’n koherensiesin konseptualiseer (Antonovsky 1987:47-55) en aandui dat die gevoel van “om te behoort” ’n belangrike rol speel in die ervaring van psigologiese welstand (Steger *et al.* 2007:2-4). Dit bevestig vorige ondersoeke dat betekenisvinding gaan oor die verkryging van persoonlike betekenis (Frankl 1963; 1966:22-28), die leef van ’n doelgerigte lewe (Emmons 2003a:105-109; Martin 2008:172,176), die vervulling van behoeftes, betrokkenheid in diep en betekenisvolle verhoudinge met ander, selfrespek, ’n gevoel van bemeestering van die lewe (Ryff & Singer 2008:17, Ryff & Singer 1998:9) en die ervaring van ondersteuning in die proses van selfontwikkeling (Ryan & Deci 2001:146; Steger *et al.* 2006:81, 90). Mbambo (2002:1) meen vanuit ’n Suid-Afrikaanse

konteks dat gesonde families die kern van 'n gesonde gemeenskap vorm. Die primêre belangrikheid van die familie as bron van sin en betekenis in persone se lewens is ook 'n tendens in al die ander lande wat aan die omvattende EHHI-projek deelgeneem het (Wissing 2009).

Spiritualiteit is die volgende lewensdomein wat 'n bron van betekenisvinding vir die respondente was. Betekenisvolheid word uitgedruk in temas wat aandui dat spiritualiteit inspirasie gee en die lewe die moeite werd maak soos byvoorbeeld: God se liefde gee betekenis, die wete dat Hy bestaan, die uitleef van 'n roeping en die soeke en besef van waar God 'n persoon wil gebruik, gee betekenis aan die lewe; spiritualiteit is 'n vetrekpunt en anker in die lewe waarsonder almal verlore en sonder betekenis sou wees. Dit sluit aan by Emmons (2000:3-26) se siening dat spiritualiteit en religie betekenis aan die menslike bestaan gee. Dit gee 'n waardesisteem en doelwitte wat deurwerk na alle aspekte van die individu se lewe. Frankl meen persoonlike betekenis word slegs deur 'n spirituele dimensie ontdek (Meraviglia 1999:18), wat 'n kernaspek van spirituele welstand is (Cash 2000:130-132; De Klerk 2005:64-88), en wat weer direk verband hou met psigologiese welstand (Patel, Ramgoon & Paruk 2009:266, 270-271, Temane & Wissing 2006b:582-584;). Spiritualiteit is in die kern van menswees en gee 'n aanduiding van hoe 'n individu uit sy omgewing sin maak en betekenis kry (Emmons 2003b:5,7,13). Dit hang saam met die individu se persoonlike ontwikkeling, positiewe funksionering en benadering tot eksistensiële lewensuitdagings (Lewis, Maltby & Day 2005:1194, 1196; Temane & Wissing 2006b:583-584). Navorsing in Suid-Afrika dui daarop dat spiritualiteit ook as 'n informele coping-strategie gebruik word en die versekering gee dat daar ondersteuning en hulp sal wees in moeilike tye (Mpedi 2008:22). Studies onder persone met terminale siektes het bevind dat spiritualiteit as coping-tegniek gebruik word om betekenis te vind in onverklaarbare gebeure en 'n gevoel van beheer gee in die wete dat God in beheer is van wat die uitkoms ook al mag wees (Ardelt, Ai & Eichenberger 2008:296). Alhoewel navorsing daarop dui dat ouer persone gewoonlik 'n groter sin vir spiritualiteit het (Thorson & Powell 1990:380), dui Suid-Afrikaanse studies daarop dat veral die jeug (Patel *et al.* 2009:271; Zantsi *et al.* 2004;) en meer spesifiek universiteitstudee (Patel *et al.* 2009:271; Roothman, Kirsten & Wissing, 2003:215;) geneig is om hoë vlakke van lewensatisfaksie met spiritualiteit in verband te bring. Spirituele volwassenheid word egter hoofsaaklik by ouer persone opgemerk (Koenig *et al.* 1993:321-342). Die verband tussen spiritualiteit en psigologiese welstand varieer in verskillende kulture, kontekste en rasse (Campbell & Curtis 1994:217-229; Temane & Wissing 2006b:585-586).

In hierdie studie hang die belangrikheid van spiritualiteit as betekenisgewende dimensie waarskynlik saam met die feit dat die ondersoek in die Potchefstroomgebied gedoen is. Die Noordwes-Universiteit se Potchefstroomkampus het reeds sedert sy ontstaan 'n noue band met die Gereformeerde Kerke in Suid-Afrika. Spiritualiteit is 'n belangrike aspek in die daaglikse funksionering van die individue in hierdie konteks. Hierdie bevinding by die groep Suid-Afrikaners verskil sterk van dit wat by die ander lande in die omvattende EHHI-projek gevind is, waar spiritualiteit/religie baie laag in die hiërargie van belangrikheid voorgekom het (ten spyte daarvan dat die meeste deelnemers hulself as gelowig beskryf het) (Delle Fave *et al.* 2008). 'n Studie deur Thuné-Boyle, Stygall, Keshtgar en Newman (2006:152,160,161) onder kankerpatiënte in verskillende lande het bogenoemde bevestig en bevind dat spiritualiteit in geen Europese studies as 'n coping-tegniek aangedui word nie.

Die derde betekenisgewende aspek in die geval van hierdie groep Suid-Afrikaners was werk. Werk kry betekenis in temas soos: werksatisfaksie, werk laat jou nuttig voel, om vir 'n gesin te kan sorg, om ander mense in nood te kan help, bereiking van professionele doelwitte en selfaktualisering. Die beoefening van 'n beroep laat individue voel dat hul lewens betekenis het en dat hulle 'n rol speel in die breër gemeenskap (Harpaz 2002:179-181; Maharaj & Schlechter

2007:25-27). Werksatisfaksie korreleer goed met 'n hoë lewensatisfaksie en koherensiesin (Strümpfer & Mlonzi 2001:35) en die mate waarin 'n individu betekenis in sy/haar werk vind, het 'n beduidende invloed op sy/haar psigologiese welstand (Arnold *et al.* 2007:195). Daar is aanduidings dat werk en lewensatisfaksie interafhanklik is en dat indien individue hul lewens as betekenisvol ervaar, dit hul beleving van werksatisfaksie en gesondheid beïnvloed (Dimitriades 2001:36-43). Werk is 'n multidimensionele bron van betekenisvinding omdat dit geleentheid skep vir die daarstel van doelwitte, status, erkenning en 'n gevoel van hoort en bydra tot die gemeenskap (Ruiz-Quintanilla 1991:81-89). Optimale betekenisvolheid, beter produktiwiteit en werksatisfaksie word teweeggebring as 'n persoon in sy lewe sowel as by sy werk betekenis kan vind (La Grange 1991:6; Savickas 1991:315-324). Albertini en Smith (2008:10-11; 13-14) meen dat die aanwesigheid van spiritualiteit in die werksomgewing tot 'n verhoogde gevoel van betekenisvolheid en doelgerigtheid aanleiding gee. Fox (1980) het gevind dat werkers met min of geen formele opleiding oor die algemeen min werksatisfaksie ervaar en dat hulle werk beskou as 'n middel tot 'n doel – om elke dag te kan eet en oorleef. Hoe hoër op in die organisatoriese hiërargie iemand is, hoe sterker is die gevoel van betekenisvinding in werk. Die hoë tellings vir werk in hierdie studie kan dus 'n gevolg wees van die vereiste dat die respondente ten minste hoërskoolopleiding moes voltooi het. In die breër konteks van die internasionale projek is dit interessant dat die Suid-Afrikaners werk meer as die ander lande onder die mees intens gelukkige dinge genoem het (Delle Fave *et al.* 2008).

Die vierde hoogste aspek van betekenisbeleving in die Suid-Afrikaanse konteks is gesondheid. Betekenis wat aan gesondheid geheg word, word beskryf met temas soos: Dit gee sterkte om te kan cope met die lewe, om goeie fisiese gesondheid te hê, om gesond te leef, om gesond en energiek te wees op my oudag. Navorsing dui daarop dat individue met 'n meer negatiewe affektiewe styl se immuniteitstelsels kwesbaarder is as wat die geval is by individue met 'n positiewe affektiewe styl (Barak 2006:525-526). 'n Gesonde en aktiewe leefstyl – of selfs net die persepsie daarvan – het 'n positiewe effek op individue se fisieke en psigologiese welstand (Du Plessis *et al.* 2006:451; Temane & Wissing 2006a:565-566). In die Suid-Afrikaanse konteks is gevind dat betekenisvinding direk verband hou met 'n gebalanseerde en gesonde leefstyl – wat weerspieël word in tyd maak vir ontspanning, aktiewe deelname aan sport, stokperdjies en die bestee van tyd saam met familie/vriende (De Klerk *et al.* 2008:320-321). 'n Moontlike verduideliking vanuit die Suid-Afrikaanse konteks sou kon wees dat die gunstige en warm klimaat baie buitelogaktiwiteite en ontspanningsaktiwiteite moontlik maak, wat in baie gevalle die beoefening van 'n sport of dan ten minste 'n aktiewe leefstyl behels. Gesondheidsbewustheid onder Suid-Afrikaners word aan 'n sin van hoop, betekenis en toekomsverwagtinge gekoppel. In die konteks van die internasionale EHHI-onderzoek is dit interessant om te sien dat Suid-Afrikaners hulle gesondheid baie minder as toekomstige doelwit gestel het as wat in die ander lande die geval was. Alhoewel statistiek oor MIV/VIGS en ander gesondheidskwessies in Suid-Afrika dui op 'n gesondheidskrisis, kom dit voor asof Suid-Afrikaners geneig is om hul gesondheid as vanselfsprekend te aanvaar en om te ontken dat dit moontlik 'n lewensdomein is wat ekstra aandag verg (Delle Fave *et al.* 2008; Wissing 2008).

Uit bogenoemde kan afgelei word dat betekenisvinding in die Suid-Afrikaanse konteks veral gevind word in die interpersoonlike en intrapsigiese lewensdomeine en dat die materiële nie 'n toonaangewende rol speel nie. Dit sluit aan by 'n gevolgtrekking van Wissing en Van Eeden (2002:32, 41-42) dat psigologiese welstand 'n multidimensionele begrip is wat aspekte van die self (affek, kennisies en gedrag) asook lewensdomeine waarbinne hierdie aspekte manifesteer (intra- en interpersoonlik, sosiaal en kontekstueel in die liefdes- en werksomgewing) insluit. Die

huidige bevindinge resoneer goed met Emmons (2003b) se taksonomie van lewensbetekenis, maar dui ook aan dat addisionele fasette soos gesondheid van belang kan wees.

Die domeine met die laagste (hoewel steeds relatief hoë) tellings was: gemeenskap en sosiale aktiwiteite, opvoeding, lewenstandaard en ontspanning.

Die domein “gemeenskap en sosiale aktiwiteite” se lae tellings kan moontlik verklaar word vanuit Suid-Afrika se geskiedenis. Die “nuwe Suid-Afrika” is nou sowat 14 jaar oud en steeds is daar groot sensitiwiteit vir gemeenskapskwessies. Afrikaans- en Engelssprekendes ervaar moontlik ’n mate van onsekerheid, met ’n geaardgaande individualistiese ingesteldheid (Van der Merwe 2009:244-245). Dit kan verklaar waarom die respondente familie en spiritualiteit – goed wat rondom hulleself sentreer en deur hulself beheer kan word – as ’n bron van betekenisvinding in hul lewens aangedui het. ’n Ander moontlikheid is dat dit ’n globale tendens is dat mense meer na die private lewensfere terugtrek en gevolglik minder na die gemeenskapsbelange uitreik. In al die ander lande van die EHHI-projek is immers óók lae tellings op gemeenskaps- en sosiale aktiwiteite verkry (Wissing 2009). Trouens, tellings in Suid-Afrika was selfs ’n bietjie hoër as elders.

Die lae tellings vir die lewensdomein “opvoeding” kan waarskynlik toegeskryf word aan die feit dat respondente wat vir hierdie studie gekies is almal reeds kwalifikasies verwerf het (hetsy sekondêr of tersiêr) en verdere opleiding nie vir hulle noodsaaklik was nie. Die lae tellings vir lewenstandaard kan ’n aanduiding wees van die respondente se nie-materiële ingesteldheid. Daar is aanduidings dat die intrinsieke begeertes/strewe na aspekte soos persoonlike groei en betekenisvolle verhoudinge duidelik onderskei kan word en ’n groter rol speel in die belewing van psigologiese welstand as die ekstrinsieke begeertes/strewe na goed soos rykdom, roem en status (Ryan *et al.* 2008:147, 152). Vorige navorsing het ook bevind dat individue wat betrokke is by eudaimoniese en betekenisvolle aktiwiteite ’n langerdurende gevoel van psigologiese welstand en lewensatisfaksie het as dié wat betrokke is by hedonistiese aktiwiteite (Ryan *et al.* 2008:159; Steger *et al.* 2007:1,4). Die lae tellings vir “ontspanning” kan moontlik toegeskryf word aan die feit dat alhoewel ontspanning as noodsaaklik beskou is deur die respondente dit nie noodwendig ’n betekenisgewende aspek in hul lewens was nie – trouens, ontspanningsaktiwiteite is sterker geassosieer met hoë vlakke van geluk as met betekenisvolheid (Wissing 2009). Uit die verbatim response het dit geblyk dat ontspanning en kwaliteit-tyd saam met die familie as belangrik geag is, en response is dan onder familie, eerder as ontspanning geklassifiseer. Hoë tellings vir “gesondheid” mag wel ’n aanduiding wees van ’n begrip vir die noodsaaklikheid van ontspanning. Die response op die vraag na stokperdjies en vryetydsbesteding het in hoofsaak verwys na die beoefening van sport en stokperdjies wat ’n spesifieke aktiwiteitsvlak vereis. Tydsbesteding saam met die familie is ook telkens genoem. ’n Suid-Afrikaanse studie wys dat betekenis gevind word in die tyd wat ingeruim word om ontspanningsaktiwiteite saam met familie en vriende te doen (De Klerk *et al.* 2008:320-321).

Hierdie studie se bevindinge, naamlik dat familie, spiritualiteit, werk, gesondheid, persoonlike verhoudinge en persoonlike groei die belangrikste betekenisgewende komponente in die respondente se lewens was, ondersteun in ’n groot mate Emmons (2003b) se taksonomie van betekenis, en sluit ten nouste aan by Ryff en Singer (1998:20) se dimensies van psigologiese welstand wat die uitkomst van ’n goeie lewe sien as persoonlike groei, positiewe verhoudinge, doel in die lewe, selfaanvaarding, outonomie, omgewingsbemeestering en fisieke gesondheid (Ryan *et al.* 2008:160). Deci en Ryan se selfdeterminasieteorie stel dat eudaimoniese en psigologiese welstand met mekaar in verband gebring word in die bevrediging van “competence, relatedness and autonomy” as basiese psigologiese behoeftes van menswees (Ryan *et al.*

2008:163). Pretorius (1998) ondersteun die gedagte van die kombinerings van verskeie komponente ter vorming en verstaan van psigologiese welstand, en verwys spesifiek na die self, familie en sosiale komponente wat in ag geneem moet word. Die gevolgtrekking kan dus gemaak word dat psigologiese welstand, soos saamhang met betekenisvinding, ook in hierdie studie 'n multidimensionele profiel het, bestaande uit aspekte van die self (kognisies, affek, gedrag) en funksionering in die onderskeie lewensdomeine (intra- en interpersoonlik, sosiaal, kontekstueel, spiritueel, liefde, werk en ontspanning) soos deur Wissing en Van Eeden (2002:41) bevind is. 'n Teoretiese en praktiese implikasie van bogenoemde bevindinge is dat daar in die toekomstige verstaan en evaluering van betekenisvinding in gedagte gehou behoort te word dat die verskillende lewensdomeine in 'n individu se lewe verskillende vlakke van betekenisgewing bied.

Moontlike tekortkominge van hierdie studie is die feit dat die respondente hoofsaaklik vanuit 'n enkele streek in Suid-Afrika afkomstig was (en die resultate gevolglik nie na alle Afrikaans- en Engelssprekendes in Suid-Afrika veralgemeen kan word nie), en dat die ondersoekgroep relatief klein was – ofskoon die gemengde metode van kwantitatiewe en kwalitatiewe data-insameling ryk en wedersyds verifiërende inligting gebied het.

Die samehang van die beleving van betekenisvolheid, geluk en doelstelling in die onderskeie lewensdomeine kan in verdere navorsing ondersoek word ten einde hul samehang, verskille en moontlike oorvleueling te verstaan. Aandag kan ook gegee word aan 'n vergelyking van die huidige bevindinge met dié van 'n groep Suid-Afrikaners wat 'n relatief sterker kollektivistiese waardesistiem het, introverte en ekstroverte, sowel as persone wat hoog of laag op die mentale gesondheidskontinuum lê.

Die verstaan van dit wat betekenis gee aan Afrikaans- en Engelssprekende Suid-Afrikaners se lewens bied inligting vir verdere kruiskulturele vergelykings wat eventueel ook kan bydra tot verdere teorieontwikkeling. Voorts bied dit waardevolle inligting wat van hulp kan wees in die saamstel van terapeutiese sowel as ander opleidingsprogramme wat beoog om betekenisvinding te fasiliteer as deel van die bevordering van psigologiese gesondheid.

5. ERKENNING

Hiermee word erkenning verleen aan die Nasionale Navorsingstigting (NNS) vir finansiële ondersteuning vir hierdie navorsing. Menings is egter dié van die navorsers en kan nie aan die NNS toegeskryf word nie.

6. BIBLIOGRAFIE

- Albertini, E. & Smith, D.P.J. 2008. A spiritual audit of a retail branch of South African bank. *SA Tydskrif vir Menslike hulpbronbestuur*, 6(1):10-21.
- Allik, J. & McCrae, R.R. 2004. Toward a geography of personality traits: patterns of profiles across 36 cultures. *Journal of Cross-Cultural Psychology*, 35(1):13-28.
- Antonovsky, A. 1984. In Matarazzo (ed.). *Behavioral health: A handbook of health enhancement and disease prevention*. New York: Wiley, pp. 114-129.
- Antonovsky, A. 1987. The salutogenic perspective: toward a new view of health and illness. *Advances, Institute for the Advancement of Health*, 4(1):47-55.
- Antonovsky, A. 1993. The structure and properties of the Sense of Coherence Scale. *Social Science and Medicine*, 36(6):725-733.
- Ardelt, M., Ai, A.L. & Eichenberger, S.E. 2008. In search for meaning: The differential role of religion for middle-aged and older persons diagnosed with a life-threatening illness. *Journal of Religion, Spirituality & Aging*, 20(4):288-312.
- Arnold, K.A., Turner, N., Barling, J., Kelloway, E.K. & McKee, M.C. 2007. Transformational leadership

- and psychological well-being: the mediating role of meaningful work. *Journal of Occupational Health Psychology*, 12(3):193–203.
- Barak, Y. 2006. The immune system and happiness. *Autoimmunity Reviews*, 5(8):523-527.
- Bonebright, C.A., Clay, D.L. & Ankenmann, R.D. 2000. The relationship of workaholism with work-life conflict, life satisfaction and purpose in life. *Journal of Counseling Psychology*, 47(4):469-477.
- Campbell, R.A. & Curtis, J.E. 1994. Religious involvement across societies: analyses for alternative measures in national surveys. *Journal for the Scientific Study of Religion*, 33(3):217-229.
- Cash, K.C. 2000. A framework for accommodating religion and spirituality in the workplace. *Academy of Management Executive*, 14(3):124-135.
- Christopher, J.C. 1999. Situating psychological well-being: exploring the cultural roots of its theory and research. *Journal of Counseling and Development*, 77(2):141-152.
- Christopher, J.C. & Hickinbottom, S. 2008. Positive psychology, ethnocentrism, and the disguised ideology of individualism. *Theory and Psychology*, 18(5):563-589.
- Cresswell, J.W. 2003. *Research design: qualitative, quantitative and mixed approaches*. 2nd ed. Thousand Oaks, CA: Sage.
- De Klerk, J.J. 2005. Spirituality, meaning in life and work wellness: a research agenda. *International Journal of Organizational Analysis*, 13(1):64-88.
- De Klerk, J.J., Boshoff, A.B. & Van Wyk, R. 2008. Measuring meaning in life in South Africa: validation of an instrument developed in the USA. *South African Journal of Psychology*, 39(3):314-325.
- Deci, E.L. & Ryan, R.M. 1985. *The intrinsic motivation and self-determination in human behavior*. New York: Plenum Publishing.
- Deci, E.L. & Ryan, R.M. 2000. The “what” and “why” of goal pursuits: human needs and the self-determination of behavior. *Psychological Inquiry*, 11(14):227-268.
- Delle Fave, A., Bradr, I., Engeser, S., Freire, T., Vella-Brodrick, D., Wissing, M. & Zaccagnini, J.L. 2008, July. *The Eudaimonic Happiness Inventory (EHI-i): A new measure for the qualitative and quantitative investigation of happiness*. Paper presented at the 4th European Conference on Positive Psychology. Opatija: Croatia.
- Delle Fave, A., Brdar, I., Freire, T., Vella-Brodrick, D. & Wissing, M. P. 2010. The Eudaimonic and hedonic components of happiness: Qualitative and quantitative findings. *Social Indicators Research*, DOI 10.1007/s11205-010-9632-5.
- Delle Fave, A. & Massimini, F. 2004. In Linley & Joseph (eds). *Positive Psychology in Practice*. London: Wiley, pp. 581-597.
- Delle Fave, A. & Massimini, F. 2005. In Huppert, Keverne & Baylis (eds). *The Science of Wellbeing*. Oxford, UK: Oxford University Press, pp. 379-404.
- Diener, E. 2000. Subjective well-being: The science of happiness and a proposal for a national index. *American Psychologist*, 55(1):34-43.
- Diener, E., Oishi, S. & Lucas, R.E. 2003. Personality, culture, and subjective well-being: Emotional and cognitive evaluations of life. *Annual Reviews of Psychology*, 54(1):403-425.
- Dimitriadis, Z. 2001. Individual, job, organisational and contextual correlates of employment empowerment: Some Greek evidence. *Electronic Journal of Business Ethics and Organization Studies*, 9(2):36-43.
- Du Plessis, W.F., Wilders, C.J., Strydom, G.L., Steyn, H.S. & Botha, C.R. 2006. Physical activity as a therapeutic modality on health-lifestyle and psychological well-being constructs among clergy. *African Journal for Physical, Health Education, Recreation and Dance (AJPHERD)*, 12(4):450-460.
- Emmons, R.A. 2000. Is spirituality an intelligence? Motivation, cognition and the psychology of ultimate concern. *International Journal for the Psychology of Religion*, 10(1):3-26.
- Emmons, R.A. 2003a. In Keyes & Haidt (eds). *Flourishing: Positive psychology and the life well-lived*. Washington, DC: American Psychological Association, pp. 105-128.
- Emmons, R.A. 2003b. *The psychology of ultimate concerns: Motivation and spirituality in personality*. New York: Guilford Press.
- Fox, A. 1980. In Esland & Salaman (eds). *The politics of work and occupations*. Toronto: University of Toronto Press.
- Frankl, V.E. 1963. *Man's search for meaning: An introduction to logotherapy*. New York: Washington Square Press.
- Frankl, V.E. 1966. What is meant by meaning? *Journal of Existentialism*, 7(25):21-28.

- Frisch, M.B. 2006. *Quality of life therapy: Applying a life satisfaction approach to positive psychology and cognitive therapy*. Hoboken, NJ: Wiley.
- Fry, P.S. 2001. The unique contribution of key existential factors to the prediction of psychological well-being of older adults following spousal loss. *The Gerontologist*, 41:69-81.
- Grouzet, F.M.E., Kasser, T., Ahuvia, A. Dols, J.M.F. 2005. The structure of goal content across 15 cultures. *Journal of Personality and Social Psychology*, 89(5):800-816.
- Hanson, W.E., Clark, V.L.P., Petska, K.S., Cresswell, J.W. Cresswell, J.D. 2005. Mixed methods research designs in counseling psychology. *Journal of Counseling Psychology*, 52(2):224-235.
- Harpaz, I. 2002. Expressing a wish to continue or stop working as related to the meaning of work. *European Journal of Work and Organisational Psychology*, 11(3):177-198.
- Johnson, R.B. & Onwuegbuzie, A.J. 2004. Mixed methods research: A research paradigm whose times has come. *Educational Researcher*, 33(7):14-26.
- Kashdan, T.B., Biswas-Diener, R. & King, L.A. 2008. Reconsidering happiness: The cost of distinguishing between hedonics and eudaimonia. *Journal of Positive Psychology*, 3(4):219-233.
- Keyes, C.L.M. 2005. Mental illness and/or mental health? Investigating axioms of the complete state model of health. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 73(3):539-548.
- Keyes, C.L.M. 2007. Promoting and protecting mental health as flourishing: A complementary strategy for improving national mental health. *American Psychologist*, 62(2):95-108.
- King, L.A., Hicks, J.A., Krull, J.L. & Gaiso Del, A.K. 2006. Positive affect and the experience of meaning in life. *Journal of Personality and Social Psychology*, 90(1):179-196.
- Koenig, H.G., Ford, S.M., George, L.K. & Blazer, D.G. 1993. Religion and anxiety disorder: An examination and comparison of associations in young, middle-aged, and elderly adults. *Journal of Anxiety Disorders*, 7(4):321-342.
- La Grange, F. 1991. Die betekenis wat werk vir die mens het. *Welsynsfokus*, 26(2):1-6.
- Landsverk, S.S. & Kane, C.F. 1998. Antonovsky's sense of coherence: Theoretical basis of psychoeducation in schizophrenia. *Mental Health Nursing*, 19:419-431.
- Lewis, C.A., Maltby, J. & Day, L. 2005. Religious orientation, religious coping and happiness among UK adults. *Personality and Individual Differences*, 38:1193-1202.
- Lindström, B. & Eriksson, M. 2006. Contextualizing salutogenesis and Antonovsky in public health development. *Health Promotion International*, 21(3):238-244.
- Maharaj, I & Schlechter, A.F. 2007. Meaning in life and meaning of work: Relationships with organisational citizenship behaviour, commitment and job satisfaction. *Management Dynamics*, 16(3):24-41.
- Martin, M.W. 2008. Paradoxes of happiness. *Journal of Happiness Studies*, 9(2):171-184.
- Massimini, F. & Delle Fave, D.A. 2000. Individual development in a bio-cultural perspective. *American Psychologist*, 55(1):24-33.
- Mbambo, B. 2002. You spell magic with six letters: The meaning of family. *ChildrenFirst*, 6(41):1-5.
- Meraviglia, M.G. 1999. Critical analysis of spirituality and its empirical indicators: Prayer and meaning in life. *Journal of Holistic Nursing*, 17(1):18.
- Miller, S.I. & Fredericks, M. 2006. Mixed-methods and evaluation research: Trends and issues. *Qualitative Health Research: An International, Interdisciplinary Journal*, 16:578.
- Morgan, J. & Farsides, T. 2009. Measuring meaning in life. *Journal of Happiness Studies*, 10(2):197-214.
- Mpedi, L.G. 2008. The role of religious values in extending social protection: A South African perspective. *Acta Theologica*, 28(1):105-125.
- Nakamura, J. & Csikszentmihalyi, M. 2003. In Keyes & Haidt (eds). *Flourishing: Positive psychology and the life well-lived*. Washington, DC: American Psychological Association, pp. 83-104.
- Patel, C.J., Ramgoon, S. & Paruk, Z. 2009. Exploring religion, race and gender as factors in the life satisfaction and religiosity of young South African adults. *South African Journal of Psychology*, 39(3):266-274.
- Pavot, W. & Diener, E. 2008. The Satisfaction With Life Scale and the emerging construct of life satisfaction. *The Journal of Positive Psychology*, 3(2):137-152.
- Pearson, P.R. & Sheffield, B.F. 1989. Psychoticism and purpose in life. *Personality and Individual Differences*, 10(12):1321-1322.
- Peterson, C., Park, N. & Seligman, M.E.P. 2005. Orientations to happiness & life satisfaction: The full life versus the empty life. *Journal of Happiness Studies*, 6(1):25-41.

- Pileggi, S. 2008, September. Spotlight: Positive Health with Antonella Delle Fave, M.D. *Newsletter of the International Positive Psychology Association (IPPA)*, 1(6).
- Pretorius, T.B. 1998. *Fortitude as stress-resistance: Development and validation of the Fortitude Questionnaire (FORQ)*. Bellville: University of the Western Cape.
- RGN (Raad vir Geesteswetenskaplike navorsing). 2009. Navorsingsarea: Demokrasie en regering. <http://www.hsrc.ac.za/index.phtml#>. [19 August 2009].
- Richardson, F.C. & Guignon, C.B. 2008. Positive psychology and philosophy of social science. *Theory and Psychology*, 18(5):605-627.
- Roothman, B., Kirsten, D. & Wissing, M. 2003. Gender differences in aspects of psychological well-being. *South African Journal of Psychology*, 33(4):212-218.
- Ruiz-Quintanilla, S.A. 1991. Introduction: The meaning of work. *European Work and Organisational Psychologist*, 1(2/3):81-89.
- Ryan, R.M. & Deci, E.L. 2000. Self-determination theory and facilitation of intrinsic motivation, social development and well-being. *American Psychologist*, 55(1):68-78.
- Ryan, R.M. & Deci, E.L. 2001. On happiness and human potentials: A review of research on hedonic and eudaimonic well-being. *Annual Review Psychology*, 52:141-166.
- Ryan, R.M., Huta, V. & Deci, E.L. 2008. Living well: A self-determination theory perspective on Eudaimonia. *Journal of Happiness Studies*, 9(1):139-170.
- Ryff, C.D. 1989. Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57(6):1069-1081.
- Ryff, C.D. & Singer, B. 1998. The Contours of positive human health. *Psychological Inquiry*, 9(1):1-28.
- Ryff, C.D. & Singer, B. 2008. Know thyself and become what you are: A eudaimonic approach to psychological well-being. *Journal of Happiness Studies*, 9(1):13-39.
- Savickas, M.L. 1991. The meaning of work and love: Career issues and interventions. *Career Development Quarterly*, 39(4):315-324.
- Seligman, M.E.P. & Csikszentmihalyi, M. 2000. Positive psychology: An introduction. *American Psychologist*, 55(1):5-14.
- Statistiek Suid-Afrika. 2009. Census 2001 in brief: General information, Population by home language and population group.. <http://www.statssa.gov.za/census01/html/CInBrief/CIB2001.pdf>. [19 Augustus 2009].
- Steger, M.F., Frazier, P., Oishi, S. & Kaler, M. 2006. The meaning in life questionnaire: Assessing the presence of and search for meaning in life. *Journal of Counselling Psychology*, 53(1):80-93.
- Steger, M.F. & Kashdan, T.B. 2007. Stability and specificity of meaning in life and life satisfaction over one year. *Journal of Happiness Studies*, 8(2):161-179.
- Steger, M.F., Kashdan, T.B. & Oishi, S. 2007. Being good by doing good: Daily eudaimonic activity and well-being. *Journal of Research in Personality*, 3(4):1-21.
- Strümpfer, D.J.W. & Mlonzi, E.Z. 2001. Antonovsky's Sense of Coherence Scale and job attitudes: Three studies. *South African Journal of Psychology*, 31(2):30-37.
- Sullivan, G.C. 1993. Towards clarification of convergent concepts: sense of coherence, will to meaning, locus of control, learned helplessness and hardiness. *Journal of Advanced Nursing*, 18(11):1772-1778.
- Tashakkori, A. & Teddlie, C. 2003. *Handbook of mixed-methods in social and behavioral research*. Thousand Oaks, CA: Sage.
- Temane, Q.M. & Wissing, M.P. 2006a. The role of subjective perception of health in the dynamics of context and psychological well-being. *South African Journal of Psychology*, 36(3):564-581.
- Temane, Q.M. & Wissing, M.P. 2006b. The role of spirituality as a mediator for psychological wellbeing across different contexts. *South African Journal of Psychology*, 36(3):582-597.
- Thorson, J.A. & Powell, F.C. 1990. Meanings of death and intrinsic religiosity. *Journal of Clinical Psychology*, 46 (4):379-391.
- Thuné-Boyle, I.C., Stygall, J.A., Keshtgar, M.R. & Newman, S.P. 2006. Do religious/spiritual coping strategies affect illness adjustment in patients with cancer? A systematic review of the literature. *Social Science & Medicine*, 63(1):151-164.
- Van der Merwe, J.P. 2009. Moraliteit as deel van Afrikanerwaardes. *Tydskrif vir Geesteswetenskappe*, 49(2):235-248.

- Waterman, A.S., Schwartz, S.J. & Conti, R. 2008. The implications of two conceptions of happiness (hedonic enjoyment and eudaimonia) for the understanding of intrinsic motivation. *Journal of Happiness Studies*, 9(1):41-79.
- WHOQOL Group. 1998. The World Health Organization quality of life assessment (WHOQOL): Development and general psychometric properties. *Social Science & Medicine*, 46(12):1569-1585.
- WHOQOL Group. 2004. Can we identify the poorest quality of life? Assessing the importance of quality of life using the WHOQOL-100. *Quality of Life Research*, 13(1):23-34.
- WHOQOL Group. 2006. A cross-cultural study of spirituality, religion, and personal beliefs as components of quality of life. *Social Science & Medicine*, 62(6):1486-1497.
- Wissing, M.P. 2008. *The prevalence of levels of psychosocial health: dynamics and relationships with biomarkers of (ill)health in South African social contexts (FORT3)*. Unpublished research protocol, North-West University: Potchefstroom Campus.
- Wissing, M.P. 2009, June. *Meaning and other facets of well-being: The EHHI project*. Paper presented at the First World Congress on Positive Psychology, Philadelphia, Pennsylvania, USA.
- Wissing, M.P. & Van Eeden, C. 2002. Empirical clarification of the nature of psychological well-being. *South African Journal of Psychology*, 32(1):32-44.
- Wissing, M.P., Wissing J.A.B., Du Toit, M.M. & Temane, Q.M. 2006. In Delle Fave (ed). *Dimensions of well-being: Research and intervention*. Milano: Franco Angeli, pp. 14-33.
- Wissing, M.P. & Coetzee, H.K. 2008. *A mixed method exploration of happiness, meaning and goals in the South African context*. Unpublished research protocol.
- Wissing, M.P. & Temane, Q.M. 2008. The structure of psychological well-being in cultural context: Towards a hierarchical model of psychological health. *Journal of Psychology in Africa*, 18(1):45-56.
- Zantsi, K., Pettifor, A., Madikizela-Hlongwa, L., MacPhail, C. & Rees, H. 2004. *Religiousness and sexual behaviour among South African youth*. <http://gateway.nlm.nih.gov/MeetingAbstracts/102284317.html>. [1 Oktober 2007].