

DIE ROL VAN GEHARDHEID EN
VERDEDIGINGSMEGANISMES IN UITBRANDING
ONDER LEDE VAN DIE SUID-AFRIKAANSE
POLISIEDIENS

deur

CHARMAIN D. HOLLAND-MUTER

VERHANDELING VOORGELÊ TE VERVULLING VAN DIE
VEREISTES VIR DIE GRAAD

MAGISTER SOCIETATIS SCIENTIAE
(SIELKUNDE)

in die

FAKULTEIT GEESTESWETENSKAPPE
DEPARTEMENT SIELKUNDE

aan die

UNIVERSITEIT VAN DIE VRYSTAAT

Studieleier: Mnr. E.D. du Plessis

Medestudieleier: Dr. A.A. George

Mei 2010

VERKLARING

Ek verklaar dat die verhandeling wat hierby vir die graad M.Soc.Sc Navorsingsielkunde aan die Universiteit van die Vrystaat deur my ingedien word, my selfstandige werk is en nie voorheen deur my vir 'n graad aan 'n ander universiteit/fakulteit ingedien is nie. Ek doen voorts afstand van outeursreg op die skripsie ten gunste van die Universiteit van die Vrystaat.

Charmain Dorothy Holland-Muter

Datum

BEDANKINGS

Aan my Hemelse Vader vir sy liefde, krag en genade.

Aan die volgende persone my opregte dank:

- My studieleier, **Mnr. E.D. du Plessis**, vir u bekwame en professionele leiding, aanmoediging en ook vir die besondere persoon wat u is.
- My mede-studieleier, **Dr. A.A. George**, vir u hulp en tegemoetkoming.
- **Professor K.G.F. Esterhuysen** vir u hulp, beskikbaarheid en bereidwilligheid om te help met die statistiese verwerkings, ten spyte van u besige skedule.
- **Mev. McDonald en Dr. Wolvaardt** vir die deeglike taalversorging.
- **Alle respondente** van die hoë-risiko eenhede vir julle samewerking, deelname en ondersteuning ten spyte van 'n besige werkskedule.
- **Dirk**, vir jou oneindige liefde, belangstelling, motivering en geduld.
- **Henry**, vir jou hulp, ondersteuning, empatie en spesiale vriendskap.
- **My ouers**, vir julle deurlopende opofferings, ondersteuning en bemoediging deur al my studiejaar.

P U R U S-
taaldienste

Posbus 11056
Universitas, 9321
Bloemfontein

Tel.: 051 5225830
Fax: 083 264 2720
manie@connix.co.za

Taalversorging

Naam: Mej. Charmaine Holland-Müter

Graad: M.Soc.Sc.

Titel: Die rol van gehardheid en verdedigingsmeganismes in uitbranding onder lede van die Suid-Afrikaanse Polisie diens.

Hiermee word verklaar dat ek persoonlik die taalversorging behartig het van die bogenoemde persoon se Magisterverhandeling, met die genoemde titel.

Die uwe



H S Wolvaardt (M.A., D. Litt.)

Datum: 7 September 2010

Hierdie navorsingstudie word opgedra aan al die toegewyde, hardwerkende, dapper en selfopofferende lede in hoë-risiko eenhede van die Suid-Afrikaanse Polisie (SAPD).

INHOUDSOPGAWE

Bladsy

HOOFSTUK 1

INLEIDING, PROBLEEMSTELLING EN DOELSTELLINGS VAN DIE STUDIE 1

1.1	PROBLEEMSTELLING EN RASIONAAL VIR DIE STUDIE	2
1.2	NAVORSINGSDOELSTELLINGS	10
1.3	NAVORSINGSMETODOLOGIE	11
1.3.1	Deelnemers en data-insameling	11
1.3.2	Meetinstrumente	11
1.3.3	Etiese oorwegings	13
1.4	DEFINIËRING VAN SLEUTELBEGRIPE	13
1.5	UITEENSETTING VAN DIE STUDIE	14

HOOFSTUK 2

LITERATUURSTUDIE 17

2.1	INLEIDING	17
2.2	WAT IS STRES?	17
2.3	UITBRANDING	19
2.3.1	TEORIEË EN MODELLE RONDON UITBRANDING	21
2.3.1.1	Die sisteem- psigodinamiese perspektief op uitbranding	21
2.3.1.2	Die <i>Conservation of Resources</i> -model	23
2.3.1.3	Die werkvereiste - hulpbronmodel	24
2.3.1.4	Maslach - uitbrandingsmodel	26
2.3.3	KONSEPTUALISERING VAN UITBRANDING, VOLGENS MASLACH SE UITBRANDINGSMODEL	28

2.4	OORSAKE VAN STRES EN GEVOLGLIKE UITBRANDING IN DIE SUID-AFRIKAANSE POLISIEDIENS	30
2.4.1	OMGEWINGS-/KONTEKSTUELE FAKTORE	31
2.4.2	PERSOONLIKE FAKTORE	34
2.5	DIE GEVOLGE VAN STRES EN UITBRANDING ONDER POLISIELEDE	36
2.5.1	BIOLOGIESE/FISIOLOGIESE ASPEKTE	37
2.5.2	PSIGOSOSIALE ASPEK	37
2.5.2.1	STRES EN EMOSIES	38
2.5.2.2	STRES EN GEDRAG	38
2.6	RISIKO EN VEERKRAGTIGHEID TEEN UITBRANDING – WAT IS DIE ROL VAN BESKERMINGSFAKTORE?	39
2.7	DIE ROL VAN GEHARDHEID AS BESKERMENDE FAKTOR TEEN UITBRANDING	41
2.8	DIE ROL VAN VERDEDIGINGSMEGANISMES AS BESKERMENDE FAKTOR TEEN UITBRANDING	45
2.8.1	DIE VERBAND TUSSEN VERDEDIGINGSMEGANISMES, STRES EN UITBRANDING	47
2.8.2	PATRONE VAN VERDEDIGINGSMEGANISMES	50
2.9	SAMEVATTING	54

HOOFSTUK 3

NAVORSINGSMETODOLOGIE 55

3.1	INLEIDING	55
3.2	NAVORSINGSONTWERP	55
3.3	NAVORSINGSDOELWITTE	56
3.4	NAVORSINGSVRAE	57
3.5	NAVORSINGSHIPOTESE	57
3.6	DEELNEMERS EN DIE PROSES VAN DATA-INSAMELING	58
3.6.1	Definiërende kenmerke van die steekproef	58
3.6.2	Data-insameling	59
3.7	ETIESE OORWEGINGS	59
3.8	MEETINSTRUMENTE	60
3.8.1	'N SELFOPGESTELDE BIOGRAFIESE VRAELYS	61
3.8.2	DIE MASLACH-UITBRANDINGSKAAL	61

3.8.2.1	Rasionaal vir gebruik van die MBI	62
3.8.3	DIE DISPOSISIONELE VEERKRAGTIGHEIDSKAAL	63
3.8.3.1	Rasionaal vir die gebruik van die DRS-15	64
3.8.4	DIE VERDEDIGINGSTYLVRAELYS	64
3.8.4.1	Rasionaal vir die gebruik van die DSQ-40	66
3.10	SAMEVATTING	67

HOOFSTUK 4

RESULTATE EN DIE BESPREKING DAARVAN 68

4.1	INLEIDING	68
4.2	BESKRYWENDE STATISTIEK	68
4.3	DIE VLAKKE VAN UITBRANDING VAN SAPD-LEDE IN HOË-RISIKO EENHEDE	70
4.4	DIE VERBAND TUSSEN VOORSPELLINGSVERANDERLIKES EN UITBRANDING	74
4.5	RESULTATE VAN HIËRARGIESE REGRESSIE-ONTLEDINGS	76
4.6	SAMEVATTING	83

HOOFSTUK 5

SAMEVATTING, BESPREKING EN AANBEVELINGS 84

5.1	INLEIDING	84
5.2	PERSPEKTIEWE VANUIT DIE LITERATUUR	84
5.3	BEVINDINGE VAN HIERDIE STUDIE	87
5.4	BEPERKINGE VAN HIERDIE STUDIE	89
5.5	AANBEVELINGS VIR VERDERE NAVORSING	90

VERWYSINGSLYS 92

LYS VAN BYLAE

Bylaag A	Toestemming om navorsing in die SAPD te onderneem	
Bylaag B	Ingeligte toestemming	
Bylaag C	Biografiese vraelys	

LYS VAN FIGURE

Figuur 1	Die COR-model van uitbranding	23
Figuur 2	Die JD-R model van uitbranding	25

LYS VAN TABELLE

Tabel 2.1	Beskrywings van verdedigingsmeganismes (Patrick, 2005)	48
Tabel 3.1	Biografiese eienskappe van die steekproef	58
Tabel 3.2	Uiteensetting van die meetinstrumente en veranderlikes	60
Tabel 3.3	Numeriese afsnypte van die MBI-HSS	62
Tabel 3.4	Verskille in alfa-koëffisiënte van die MBI	63
Tabel 3.5	Verskille in alfa-koëffisiënte van die DRS-15	64
Tabel 3.6	Verskille in alfa-koëffisiënte van die DSQ-40	66
Tabel 4.1	Gemiddeldes en standaardafwykings vir die totale ondersoekgroep	69
Tabel 4.2	Vergelykende gemiddeldes en standaardafwykings van die huidige studie teenoor die van Maslach et al. (1996)	69
Tabel 4.3	Persentasies van polisieledes rakende die onderskeie vlakke van uitbranding, volgens die drie komponente van die MBI	71
Tabel 4.4	Uitbranding in terme van die biografiese veranderlikes se onderskeie kategorieë	72
Tabel 4.5	Korrelasies tussen voorspellers en kriteria vir die totale groep	74
Tabel 4.6	Bydraes van die verskillende veranderlikes tot R ² vir emosionele uitputting	77
Tabel 4.7	Bydraes van die verskillende veranderlikes tot R ² vir depersonalisasie	79
Tabel 4.8	Bydraes van die verskillende veranderlikes tot R ² vir persoonlike bereiking	81

OPSOMMING

DIE ROL VAN GEHARDHEID EN VERDEDIGINGSMEGANISMES IN UITBRANDING ONDER LEDE VAN DIE SUID-AFRIKAANSE POLISIEDIENS

Sleuteltermes: Uitbranding, Suid-Afrikaanse Polisie (SAPD), gehardheid, verdedigingsmeganismes, beskermingsfaktore, positiewe sielkunde.

Polisiëring word universeel beskou as 'n stresvolle, veeleisende beroep, wat lede blootstel aan potensieel gewelddadige en lewensbedreigende situasies. Hierdie situasie word in die Suid-Afrikaanse konteks vererger, weens die land se gewelddadige kultuur en 'n tekort aan hulpbronne in die polisie. Suid-Afrikaanse polisielede word deurlopend gekonfronteer met hoë misdaadsvlakke, transformasie en 'n tekort aan hulpbronne. 'n Hoë voorkoms van werkstres, post-traumatiese stressindroom, uitbranding, alkoholmisbruik, selfmoord, sowel as laer vlakke van werkstevredenheid en werksprestasie is dus nie vreemd onder polisielede nie.

Internasionale en Suid-Afrikaanse navorsing het bewys dat onbehandelde stres by sommige individue tot uitbranding kan lei, 'n toestand wat in baie dienslewerende en mensgeoriënteerde beroepe as 'n gesondheidsrisiko beskou word. Ten spyte hiervan slaag sekere polisielede daarin om hulle psigologiese welstand te handhaaf. Die konsepte "gehardheid" en "verdedigingsmeganismes" word as beskermingsfaktore teenoor uitbranding, onder die metateoretiese raamwerk van die positiewe sielkunde, ondersoek. Die doelstelling van hierdie navorsingstudie was

om die voorkoms van uitbranding onder polisieledes in hoë-risiko eenhede, sowel as die beskermende rolle van gehardheid en verdedigingsmeganismes te bepaal.

Die onderzoekgroep bestaan uit 365 polisieledes vanuit hoë-risiko eenhede in die Vrystaat, met 'n gemiddelde ouderdom van 38.5 jaar. Doelgerigte steekproeftrekking is gebruik om deelnemers in te sluit. Die meeste van die deelnemers was manlik (74.5%), getroud (64.9%) en met die rang van inspekteur (49.9%). Bykomend tot 'n biografiese vraelys, wat inligting rakende ras, geslag, huistaal, ouderdom, huwelikstatus en die eenheid waarin lede werk, verskaf het, is drie verdere vraelyste gebruik. Uitbranding is gemeet deur middel van die *Maslach Burnout Inventory*. Gehardheid is gemeet met die *Dispositional Resilience Scale – Hardiness* en verdedigingsmeganismes met die *Defence Style Inventory*. Beskrywende statistiek en alfakoëffisiënte is bereken vir alle skale en subskale. Hiërargiese regressieontledings is uitgevoer om die geformuleerde navorsingshipotese te ondersoek.

Die resultate toon dat meer as 'n derde (37,3%) van die deelnemers aan die studie hoë vlakke van depersonalisasie ervaar. Dit blyk voorts dat kapteins en inspekteurs hoër vlakke van uitbranding toon, terwyl die duik-eenheid baie hoë vlakke van depersonalisasie toon. Daar is ook hoër vlakke van uitbranding by geskeide individue aangetref en by dié wat van bed en tafel geskei is. Dit kom voor asof die uitbrandingskomponent van depersonalisasie 'n groot rol speel in die algehele vlak van uitbranding by die betrokke deelnemers. 'n Beduidende verband is gevind tussen emosionele uitputting en die gebruik van ongesonde verdedigingsmeganismes. Die gehardheidskomponent van verbintenis was deel van al die skale van uitbranding (emosionele uitputting, depersonalisasie, sowel as persoonlike bereiking). Daar is ook 'n verband tussen beheer en persoonlike bereiking gevind. Op grond van die resultate word die aanbeveling gemaak dat 'n hoër vlak van gehardheid en die gebruik van gesonde verdedigingsmeganismes ingesluit moet word in die keuring van lede vir hoë-risiko eenhede. Hierdie bevindinge kan aangewend word vir die ontwikkeling en implementering van voorkomings- en intervensieprogramme binne die Suid-Afrikaanse Polisie.

SUMMARY

THE ROLE OF HARDINESS AND DEFENCE MECHANISMS IN BURNOUT AMONG SOUTH AFRICAN POLICE MEMBERS

Key terms: burn out, South African Police Service (SAPS), hardiness, defence mechanisms, protective factors, positive psychology.

Policing is universally seen as a stressful, demanding occupation with the occurrence of potentially violent and life threatening situations. This situation can clearly be identified in the South African context, due to the violent culture and shortage of means within the police service. South African police officers are constantly confronted with high levels of crime, transformation and a shortage of means. A high occurrence of work stress, post traumatic stress syndrome, burnout, the misuse of alcohol, suicide, as well as low levels of work satisfaction and work performance is common among police officers.

International as well as South African research have shown that untreated stress in some individuals can lead to burnout, a condition that is seen as a health threat in many service rendering and people orientated occupations. In spite of this fact some police officers succeed in maintaining their psychological wellbeing. The concepts of hardiness and defence mechanisms are explored as protective factors against burnout, under the meta-theoretical framework of positive psychology. The aim of this research is to determine the occurrence of burnout among police members in high risk units, as well as to determine the role of hardiness and defence mechanisms.

The research group consisted of 365 members of the police service from high risk units in the Free State Province, with an average age of 38.5 years. Specific sampling was used to include participants. Most of the participants were male (74.5%), married (64.9%) and on the level of inspector (49.9%). In addition to the biographical questionnaire that gave information about race, gender, mother tongue, age, marital status and the unit in which members work, three additional questionnaires were used. Burnout was measured by means of the Maslach Burnout Inventory. Hardiness was measured with the Dispositional Resilience Scale – Hardiness, and defence mechanisms with the Defence Style Inventory. Descriptive statistics and alpha coefficients were calculated for all scales and subscales. Systematic regression analysing was performed to investigate the formulated research hypothesis.

The results show that more than a third (37.3%) of participants experience high levels of depersonalisation. It is also seen that captains and inspectors experience higher levels of burn out, whilst the diving unit experience high levels of depersonalisation. Higher levels of burn out were also found in divorced individuals and those that are separated by bed and table. It seems that the burn out component of depersonalisation plays a large role in the general level of burn out in the participants. A specific correlation was found between emotional burn out and the use of unhealthy defence mechanisms. The hardiness component of commitment was present in all the scales of burn out (emotional drainage, depersonalisation, as well as personal achievement). There is also a correlation between control and personal achievement. In the light of some of the results the recommendation can be made that a higher level of hardiness and the use of maladaptive defence mechanisms must be included in the selection of high risk unit members. These findings can be used for the development and implementation of prevention – and intervention programs within the South African police service.

HOOFSTUK 1
INLEIDING, PROBLEEMSTELLING EN
DOELSTELLINGS VAN DIE STUDIE

“This job builds human bombs and if the police administration can’t do something to vent these bombs...then some people are going to reach a height where they’re going to commit suicide, they’re going to have mental breakdowns. They have no place to vent and they just build it up inside them, because the image of the police officer is supposed to be above anything else: Strong, don’t cry, be brave, he’s a human being, and so the department builds human bombs. And sooner or later, it’s going to blow up and it’s going to blow up right in their faces”.

– Paul Altmeyer, 1980

Hierdie studie ondersoek uitbranding onder Suid-Afrikaanse polisielede in hoë-risiko eenhede, sowel as die invloed van gehardheid en verdedigingsmeganismes as beskermende faktore, wat moontlik as buffers teen stres en gevolglike uitbranding kan dien. Uitbranding word in hierdie studie gekonseptualiseer as 'n stelselmatige proses wat as gevolg van kroniese blootstelling aan werkverwante stressore ontwikkel en wat gekenmerk word deur emosionele uitputting, depersonalisasie en lae vlakke van persoonlike bereiking (Maslach, Schaufeli, & Leiter, 2001). Hierdie dimensies (uitputting, depersonalisasie en lae vlakke van persoonlike bereiking), geld grootliks vir mense in hulpverlenende beroepe. Die bespreking van gehardheid en verdedigingsmeganismes vind plaas binne die metateoretiese raamwerk van die positiewe sielkunde. Hierdie hoofstuk voorsien 'n algemene oriëntasie en rasionaal aangaande die navorsing. 'n Deeglike oorsig van die literatuur, gevolg deur die navorsingsdoelwitte en navorsingsmetodologie word voorgelê. Die hoofstuk sluit af met die definiëring van sleutel terme en uiteensetting van hoofstukke in die verhandeling.

1.1 PROBLEEMSTELLING EN RASIONAAL VIR DIE STUDIE

Stres en uitbranding het die afgelope twee dekades 'n bekende navorsingstema in die sosiale wetenskappe geword en word wêreldwyd bestudeer (Berg, Hem, Lau, & Ekeberg, 2006; Drzewiecki, 2002; Madu & Poodhun, 2006; Ranta & Sud, 2008; Van der Merwe, Rothman, & Pienaar, 2004). Vir die doeleindes van hierdie studie word na stres verwys, volgens die mees algemeen gebruikte definisie van Lazarus en Folkman (1984), naamlik die verhouding tussen die persoon en die omgewing, getakseer deur die individu as veeleisend en bomstig in verhouding tot sy/haar hulpbronne en bedreigend tot sy/haar welstand. Internasionale en Suid-Afrikaanse navorsing (Bakker & Heuven, 2006; Coetzee & Rothman, 2004; Maslach-Pines & Keinan, 2007; Storm & Rothman, 2002) het bewys dat onbehandelde stres by sommiges tot uitbranding kan lei, 'n toestand wat in baie dienslewerende en mensgeoriënteerde beroepe as 'n gesondheidsrisiko beskou word. Maslach et al. (2001) beweer dat die verband tussen stres en uitbranding by die dimensie van uitputting lê, wat verwys na gevoelens van oorlading, sowel as uitputting van die

individuele emosionele en fisiese hulpbronne. Storm en Rothman (2002) stel dit as volg: “Uitbranding is die eindresultaat van konsekwente ongemodereerde of onsuksesvolle pogings om stressore te medieer in die omgewing as deel van die individu” (bl. 1).

Stres en gevolglike uitbranding is wêreldwyd, en ook in Suid-Afrika, bestudeer (Bakker & Heuven, 2006; Malach-Pines & Keinan, 2007; Wiese, Rothman & Storm, 2003). Hierdie fenomeen word intensief bestudeer weens die hewige nagevolge wat dit vir die mens inhou, veral individue in mensgeoriënteerde beroepe soos polisiëring. Polisieledes het dag na dag te doen met mense wat ly en wat onder baie stres is, terwyl hulle die stres wat hierdie omstandighede vir hulle veroorsaak, self moet hanteer. Hulle werk deurlopend in emosioneel belaaide situasies wat gevoelens van vrees, vernedering, angs en vyandigheid insluit. Hierdie omstandighede veroorsaak ‘n hoër risiko vir uitbranding as in ander beroepe (Madu & Poodhun, 2006).

Die fokus in hierdie studie is egter nie soseer op stres nie, maar op een van sy vele nagevolge, naamlik uitbranding. Uitbranding word egter in ‘n algemene definisie deur Maslach et al. (2001) grootliks toegeskryf aan stres. Maslach et al. (2001) konseptualiseer uitbranding as ‘n stelselmatige proses wat ontwikkel as gevolg van kroniese blootstelling aan werkverwante stressore en wat gekarakteriseer word deur emosionele uitputting, depersonalisasie en lae vlakke van persoonlike bereiking. Gedurende die afgelope 25 jaar het navorsing die kompleksiteit van uitbranding as fenomeen vasgestel en die individuele ervaring van stres en uitbranding in ‘n groter organisatoriese konteks geplaas van mense se houding teenoor hul werk. Die navorsing oor uitbranding het internasionaal uitgebrei en gelei tot die ondersoek na nuwe konseptuele modelle. Die navorsingsfokus op begeesting, die positiewe antitesis van uitbranding, blyk belowend tot nuwe perspektiewe ten opsigte van intervensies om verligting te gee vir uitbranding (Maslach et al., 2001).

Shirom (2005) lig die belangrikheid van navorsing oor uitbranding uit, asook die potensiaal daarvan om tot die gesondheid- en prestasie nagevolge van werkstres by te dra. Eerstens blyk die voorkoms van uitbranding algemeen voor te kom in ontwikkelde lande en veroorsaak waarskynlik noemenswaardige ekonomiese, sosiale en sielkundige verliese by individue en werkgewers (Shirom, 2005). Tweedens is daar in longitudinale studies gevind dat persone se uitbrandingsvlakke merkwaardig stabiel bly (Halbesleben & Demerouti, 2005; Taris, Le Blanc, Schaufeli, & Schreurs, 2005). Laastens word die kroniese aard van uitbranding waarskynlik nie toegeskryf aan genetiese of persoonlikheidsorsprong nie, maar eerder aan werkverwante eienskappe. In verskeie gevorderde ekonomieë, byvoorbeeld Amerika, Engeland en Nederland is daar onlangs 'n skerp toename in die voorkoms van stresverwante kompensasië-eise onder werknemers waargeneem (Shirom, 2005). In sekere lande word kroniese uitputting as 'n wettige rede daarvoor beskou. In hierdie lig is daar ook gevind dat uitbranding hom voordoen as die mees algemene diagnose in die kategorie van sielkundige gesondheidsprobleme. In Swede word uitbranding in mediese sertifikate as 'n diagnose gebruik (Shirom, 2005).

Vanuit bogenoemde word uitbranding eerder as 'n "toestand" beskou, in plaas van net 'n nagevolg van stres. Met hierdie wye fokus op die begrip "uitbranding" is daar plek vir verdere navorsing in hierdie veld. Die huidige studie plaas die fokus meer spesifiek in die konteks van die Suid-Afrikaanse Polisie (SAPD). Tot nou toe is min grootskaalse vergelykende ondersoeke, wêreldwyd sowel as in Suid-Afrika, gedoen om die erns van uitbranding onder werkers in 'n wye verskeidenheid beroepe, insluitende polisiëring vas te stel (Lee & Brotheridge, 2006).

Polisiëring word wêreldwyd beskou as 'n stresvolle, veeleisende beroep wat lede blootstel aan potensieel gewelddadige en lewensdreigende situasies (Bakker, Demerouti, Taris, Schaufeli & Schreurs, 2003; Berg, Hem, Lau & Ekeberg, 2006; Burke & Mikkelsen, 2006; Malach-Pines & Keinan, 2006; Mosterd & Rothman, 2006; Pienaar & Rothman, 2005). Hierdie situasie word in die Suid-Afrikaanse konteks vererger, weens die land se gewelddadige kultuur en 'n tekort aan hulpbronne in die

polisiediens. Gedurende die SAPD se finansiële jaar van 2008/2009 is ongeveer 2.1 miljoen ernstige kriminele sake in Suid-Afrika geregistreer, die hoogste misdaadkoers ter wêreld. Hierdie sake behels grootliks geweldsmisdade soos moord, gewapende roof en verkragting (*Crime situation in South-Africa*, 2009). Teen 2010 is die polisiediens 'n geskatte 192 000 lede sterk (*The changing face of SA's Police*, 2008). Die hulpbronne (aantal lede) word dus oorskry deur die betrokke vereistes (die werkslading). Volgens Nel (2001) is daar 'n afname in hoop onder polisielede as gevolg van die genoemde omstandighede in hulle werk. Hierdie faktore kan dus moontlike bydrae tot uitbranding onder polisielede lewer.

Ten spyte van die probleme betreffende polisiëring, stel Van der Merwe, Rothman en Pienaar (2004) voor dat 'n polisiediens met voldoende produktiwiteit, motivering en gesondheid 'n belangrike en bydraende faktor tot 'n land se ontwikkeling, ekonomiese groei en stabiliteit is. Suid-Afrikaanse polisielede word deurlopend gekonfronteer met hoë misdaadsvlakke, transformasie en 'n tekort aan hulpbronne. 'n Hoër tendens van werkstres, post-traumatiese stressindroom, uitbranding, alkoholmisbruik, selfmoord, sowel as laer vlakke van werkstevredenheid en werksprestasie is egter, in teenstelling met Van der Merwe et al. (2004) se bevindinge, nie vreemd nie.

'n Suid-Afrikaanse studie wat die nagevolge van posttraumatiese stresversteuring (PTSV) in die SAPD ondersoek, het bevind dat 36% van die onlust-polisie en 41% swart polisielede aan PTSV ly (Kotze, 2002). Verdere bewyse vir die toenemende stres van die SAPD lê in die onrusbarende toename in selfmoordstatistiek (suksesvolle selfmoord): 'n jaarlikse getal van 60 uit elke 100 000 lede, teenoor die algemene bevolking se 5 uit elke 100 000 mense (Kotze, 2002). Meer onlangse statistiek word egter nie gepubliseer nie weens die SAPD se beleid rakende vertroulike inligting. Om hierdie selfmoordstatistiek in konteks te plaas, vergelyk *Coping with stress in the SAPS* (2008) hierdie getalle met die 12 uit elke 100 000 Amerikaanse polisie-selfmoorde per jaar. Daar is ook 'n dramatiese toename in uittrede op grond van mediese ongeskiktheid (veral as gevolg van toestande soos PTSV en depressie), sowel as toenames in egskeiding en alkohol- en dwelmmisbruik (Kotze, 2002). Jorgensen (2006) dui op die gevolge van uitbranding,

nl. dat 'n geskatte 3000 Suid-Afrikaanse polisielede gesondheidsprobleme het as gevolg van erge post-traumatiese stres, sowel as ander toestande soos obsessiewe kompulsiewe versteuring, ernstige depressie, paniekaanvalle, selfmoorddenkbeeldvorming en swak gesondheid.

Jonker (2004) beweer dat uitbranding in wetstoepassing as 'n gesondheidsrisiko erken word; nogtans is daar steeds 'n tekort aan verwante navorsing. In die dienslewerende professies (internasionaal en in Suid-Afrika), word uitbranding oorwegend nagevors in die gesondheid- (33.8%) en onderwys- (26.6%) beroepe. Polisiëring maak slegs 3.4% uit van alle navorsing oor uitbranding in verskeie beroepe (Wiese, Rothman & Storm 2003). Rothman (2003) beweer dat talle Suid-Afrikaanse studies die negatiewe nagevolge van werk, veral polisiëring, bevestig. Rothman (2003) en Pienaar (2002) het bevind dat 8.64% uit 'n steekproef van 2396 polisiebeamptes ernstige vlakke van selfmoorddenkbeeldvorming getoon het, terwyl 15% stresverwante probleme gerapporteer het. Dit blyk dus noodsaaklik om uitbranding en potensiële buffers daarteen in die Suid-Afrikaanse Polisie diens (SAPD) te bestudeer.

Die bogenoemde situasie van stres en uitbranding word dikwels toegeskryf aan die grootskaalse verandering wat die polisie sedert die post-demokratiese bedeling ondergaan het (Madu & Poodhun, 2006; Taylor, 200). Voor 1994 was die opset van die polisie diens totaal anders. Suid-Afrika het 'n wêreldwye reputasie van wrede polisie geweld gehad (Bruce, 2005). As gevolg van hierdie reputasie en die nuwe demokrasie was verandering nodig. Demokrasie het radikale veranderinge in Suid-Afrika meegebring, wat onder meer die land se sosio-politieke stabiliteit beïnvloed het (Taylor, 2002). Alhoewel verskeie sisteme uitmekaarval gedurende oorgangstydperke, is die polisie die mees kwesbare van die staat se reeks meganismes en ook die eerste slagoffer van korrupsie (Nel, 2001). Die polisie was 'n instelling wat ook deur die regering gebruik was om sy politieke opponente te bestry - en min is gedoen om die swart gemeenskap te dien. Die polisie is deur die meerderheid burgers gesien as 'n vyand en onderdrukker wat verantwoordelik was vir die ondersteuning en instandhouding van apartheid. Daar was dus min fokus op

die hantering van misdaad in swart gebiede (*Safety and security*, n.d.). Na 1994 het die Suid-Afrikaanse regering hard gewerk om die polisie se beeld, aard en styl te verander om meer aanvaarbaar vir die breër publiek en die internasionale indruk te wees. Die naam het verander vanaf Polisiemag na Polisie diens.

Hierdie transformasie van die SAPD, veral betreffende lede wat lank in die diens was, het werknemers negatief beïnvloed. Sommige van hierdie veranderinge sluit verandering in die bestuurstruktuur, integrasie en bevorderingsbeleide in. Nuwe konsepte soos gemeenskapspolisiëring is ook ingestel. Baie lede voel dat bogenoemde veranderinge onregverdig geïmplementeer is (*Coping with stress in the SAPS, 2008*). Taylor (2002) beweer dat die politieke en sosiale transformasie in Suid-Afrika tot die ervaring van onsekerheid en angs onder veral polisie lede lei en dat dit vererger is deur die tempo waarteen die transformasie plaasgevind het. Hy meld voorts dat dit vir 'n polisie lid geen geringe taak is om aan te pas by die veranderinge wat sy/haar werk en lewe raak nie. Hierbenewens moet die polisie lid ook die stabiliteit van wet en orde verseker in 'n samelewing wat ook in die proses van aanpassing is. Hierdie proses van aanpassing, sowel as stres en uitbranding, word verder gekompliseer deur negatiewe publieke verhoudings, kritiek en 'n gebrek aan vertroue in die polisie.

Hoe kan die genoemde veranderinge in konteks gebring word met druk op die individu? Die gemeenskapsvlakke, gedefinieer deur Bronfenbrenner (1979) kan as 'n voorbeeld gebruik word van die organisering van verskeie sub sisteme in die gemeenskap en hoe dit 'n persoon uiteindelik beïnvloed. Hierdie model verduidelik dat elke individu in vlakke van sosiale verhoudings (die gesin, vriendskappe, organisasies, kulture en samelewings) bestaan. Die hoër vlakke behou die laer vlakke en bestaan uit interafhanklike verhoudings met mekaar. Die individu se lewe word sterk deur hierdie vlakke van verhoudings beïnvloed, terwyl die hy/sy ook op sy/haar beurt die verskillende vlakke beïnvloed. Die vlakke van interaksie wat belangrik is ten opsigte van die individu se gedrag is mikro-, ekso-, en makrosisteme. In die huidige studie is dit die eksosisteem wat die negatiewe impak op die individu uitoefen. Die eksosisteem kan gesien word as die sisteem waarmee

die individu geen direkte kontak het nie, maar wat wel sy/haar ervaring of funksionering kan beïnvloed. Dit beskryf die gemeenskapsomgewingvlak, soos die mediese, onderrig- en ontspanningshulpbronne. Die eksosisteem word ook gesien as die organisatoriese vlak (Visser, 2007).

Die vraag wat nou ontstaan is of daar eienskappe is wat as potensiële buffers teen uitbranding kan optree. In hierdie lig neem die studie 'n voorkomende, in plaas van 'n behandelingsbenadering, aan. Volgens Malan en Rothman (2002) is daar 'n toenemende bewuswording dat voorkoming beter as behandeling is. Hulle glo dat 'n gesonde lewenstyl kan bydra tot die voorkoming van stresverwante siektes soos hartkwale, hoë bloeddruk, en uitbranding. Onlangse navorsing (Britt, Adler & Bartone, 2001; Halbesleben, 2006; Lambert, Lambert & Yamase, 2003; Sieberhagen, Rothman & Pienaar, 2009) bestudeer innerlike faktore (interpersoonlike hulpbronne), wat as buffers of beskermingsfaktore teen uitbranding kan dien. Die doel is dus om vas te stel waarom sommige individue uitbranding ontwikkel vanweë stres, maar ander in soortgelyke omstandighede, psigologies gesond bly.

Verskeie vorige studies (Burke & Mikkelsen, 2006; Madu & Poodhun, 2006; Bakker & Heuven, 2006) wat handel oor stres en uitbranding onder polisieledes fokus op die oorsake van uitbranding, sowel as die simptome, nagevolge en behandeling daarvan. Min studies fokus egter op faktore of eienskappe wat uitbranding moontlik kan wysig (Mosterd & Pienaar, 2006). Studies wat wel in hierdie verband onderneem is fokus grootliks op copingstrategieë (Jerano, Flores & Arias, 2007; Pienaar & Rothman, 2003; Van der Merwe et al., 2004) en persoonlikheidsfaktore (Malan & Rothman, 2002). Ander studies (Swanepoel & Pienaar, 2004; Violanti et al., 2008) poog om meestal patologiese redes te probeer vasstel betreffende die hoë tendens en nagevolge van uitbranding onder polisieledes. Min studies is egter al onderneem oor die sielkundige eienskappe wat persone beskerm teen die ontwikkeling van uitbranding.

Studies gemik op stres en uitbranding is reeds onder Suid-Afrikaanse polisieledende onderneem, waardeur voorgestel word dat persoonlikheidsveranderlikes saam met die ooglopende eienskappe soos hanteringsmeganismes en persoonlikheid bestudeer moet word (Breed, Villiers & Visser, 2006; Klopper, 2003; Rothman, 2003; Taylor, 2002). Dit behels die onderliggende meganismes van persoonlikheid wat verskillende hanteringspatrone en -voorkeure produseer (Klopper, 2003). Rothman (2003) stel hierdie leemtes as volg: Tot op datum is min navorsing onderneem oor die positiewe aspekte van menslike gedrag in die werkskonteks, terwyl daar baie aandag gewy is aan ongesonde en disfunksionele aspekte. Rothman (2003) verskuif dus die fokus na die sterkpunte van mense; gevolglik moet welstand nie slegs as die afwesigheid van siekte beskou word nie.

Positiewe sielkunde en salutogenese is relatiewe nuwe paradigmas in die sielkunde wat in baie navorsing as die model vir konseptualisering en operasionalisering gebruik word. Hierdie paradigmas fokus op sielkundige welstand en gesondheid, in plaas van siekte, versteurings en tekortkominge (soos beskryf deur die biomediese of patogene modelle). Die fokus is op sterkpunte, hulpbronne, kapasiteit, vermoëns, intellek en talente in plaas van swakpunte en patologie (Taylor, 2002; Phillips, 2008). Positiewe sielkunde blyk dus die mees gepaste raamwerk in geesteswetenskaplike studies te wees, aangesien daar weg beweeg word van tradisionele sielkunde, met ander woorde, die biomediese model (Taylor 2002 & Phillips, 2008).

Bykomend tot die literatuur, gebaseer op die potensieel negatiewe uitkomstes van neerslagtige lewensgebeure, skenk navorsing, volgens Britt et al. (2001), al hoe meer sistematiese aandag aan die waarskynlikheid van positiewe uitkomstes in die hantering van stresvolle gebeure. Deur voordele in 'n stresvolle situasie te vind, word die assosiasie van die daaropvolgende sielkundige en fisieke aanpassings getref. In hierdie verband assosieer hulle die rol van persoonlikheidsgehardheid met stres en uitbranding. In teoretiese terme word gehardheid gedefinieer as 'n natuurlike neiging om betekenis in gebeure te vind, spesifiek stresvolle en uitdagende gebeure (Kobasa, 1979). Geharde individue is minder geneig om fisieke

simptome gedurende stresvolle tye te toon omdat hulle, onder andere, die stres as 'n uitdaging beskou. Vervolgens maak dit op 'n teoretiese vlak sin om gehardheid as 'n moontlike buffer teen uitbranding te beskou.

Weinig studies wat verdedigingsmeganismes as buffer teen uitbranding beskou, is tot dusver in Suid-Afrika onderneem. 'n Suid-Afrikaanse studie deur Pokroy, Stuart en Pretorius (1999) neem wel verdedigingsmeganismes in ag by pasiënte wat aan prikkelbare dermsindroom lei. Bowins (2004) beweer dat verdedigingsmeganismes 'n kritieke komponent is in die mens se kapasiteit om emosionele homeostase te behou. Cramer (2000) beskou verdedigingsmeganismes as 'n tweede proses (met die eerste as coping) in terme van 'n buffer teen stres en uitbranding. Freud het die term "verdedigingsmeganisme" in 1894 voorgestel en beskryf dit as die ego wat onbewustelik 'n gewoontevormende sielkundige verdediging aanneem om homself teen angs te beskerm (Cramer, 2000; 2006). Verskeie navorsers (Bowins, 2004; 2006; Cramer, 1999; 2000; Graovac et al., 2006; Kocijan, Gregurek & Karlovic, 2007) beskou verdedigingsmeganismes in 'n moderne en funksionele lig. Met verdedigingsmeganismes as 'n alternatiewe vorm van aanpassing by en hantering van stres en uitbranding, blyk dit noodsaaklik om hierdie konsep as 'n tweede buffer teen stres en uitbranding te bestudeer.

1.2 NAVORSINGSDOELSTELLINGS

Die oorhoofse doel van die navorsing is om (1) die vlakke van uitbranding onder polisielede in hoë-risiko eenhede vas te stel, sowel as (2) om die rol van gehardheid en verdedigingsmeganismes in uitbranding te bepaal.

Ten einde die oorkoepelende doelstelling van hierdie ondersoek te bereik word die volgende spesifieke doelstellings gestel:

- Om die voorkoms van uitbranding onder lede van die SAPD in die Vrystaat te bepaal.
- Om te bepaal of gehardheid as potensiële buffer teen uitbranding kan dien.
- Om te bepaal of verdedigingsmeganismes as potensiële buffer teen uitbranding kan dien.

1.3 NAVORSINGSONTWERP EN METODOLOGIE

Ten einde die doelwitte van die navorsing te bereik, sal daar gebruik gemaak word van 'n nie-eksperimentele korrelasionele ontwerp.

1.3.1 Deelnemers en data-insameling

Die steekproef bestaan uit 365 funksionele SAPD lede van verskeie hoë-risiko eenhede in die Vrystaat. Doelgerigte steekproeftrekking sal gebruik word om lede by die studie in te sluit. Slegs lede vanuit hoë-risiko eenhede sal gebruik word ten einde te verseker dat 'n hoë mate van omgewing- en werkstres teenwoordig is. Die grootste groep deelnemers was lede van speurdienste (38.9%) en die nooddienste (33.4%). Die meeste deelnemers was manlik (74.5%) en getroud (64.9%). Die

gemiddelde ouderdom van deelnemers was 38.5 jaar. Die meeste was Afrikaanssprekend (47.1%) en op die vlak van inspekteur (49.9%).

1.3.2 Meetinstrumente

Kwantitatiewe data-insameling sal in Engels plaasvind, aangesien dit die amptelike voertaal in die SAPD is. Data word ingesamel deur middel van 'n biografiese vraelys, sowel as die volgende drie vraelyste:

- Uitbranding word gemeet deur middel van die **Maslach Uitbrandingsvraelys (MBI)**, (Maslach, Jackson & Leiter, 1996). Die meetinstrument bestaan uit 22 items en is ontwerp om die drie dimensies van uitbranding te assesser, naamlik emosionele uitputting, depersonalisasie en persoonlike bereiking. Hoë tellings met betrekking tot emosionele uitputting en depersonalisasie en 'n lae telling betreffende persoonlike bereiking word geassosieer met hoë vlakke van uitbranding. Alle items word aangedui op 'n sewepunt-Likertskaal vanaf 0 (nooit) tot 6 (elke dag), wat aanduiding gee van die frekwensie van die houdings en gevoelens wat in werkverband ervaar word. Zalaquett en Wood (1997) rapporteer betroubaarheid van tussen 0.71 en 0.90 vir hierdie meetinstrument. Die betroubaarheid en geldigheid van die MBI is reeds bepaal in verskeie Suid-Afrikaanse studies (Storm & Rothman, 2002; Smit, 2006).
- Gehardheid word gemeet met die **Disposisionele Veerkrachtigheidskaal (DRS-15) – Gehardheid**, (Bartone, 1995). Die meetinstrument bevat positiewe sowel as negatiewe items en dek die konseptueel belangrike gehardheidsfasette van verbintenis, beheer en uitdaging. Hierdie kort (15 item) skaal behou die voordele van bondigheid, goeie interne betroubaarheid en geldigheid. Cronbach-alfa-koëffisiënte tussen 0.70 en 0.77 vir die subskale, sowel as 0.83 vir die totale skaal is bewys (Bartone, 2007). Die

toets-hertoetsbetroubaarheidskoëffisiënt vir hierdie meetinstrument is 0.78, terwyl die alfa-koëffisiënt 0.82 is. 'n Hoë telling betreffende gehardheid word geassosieer met suksesvolle stresmoderering en -hantering. Hierdie resultate is verkry uit 'n populasie van 1193 Amerikaanse militêre lede (Bartone, 2007).

- Verdedigingsmeganismes word gemeet met die **Verdedigingstylvraelys, (DSQ-40)**, (Andrews, Singh & Bond, 1993). Hierdie meetinstrument bestaan uit 40 items en elke verdedigingsmeganisme word voorgestel deur twee items. Die instrument bestudeer 'n individu se neiging tot drie verskeie verdedigingstyle, sowel as twintig individuele verdedigingsmeganismes (Engelhardt, 2008). Toets-hertoetsbetroubaarheid vir die drie verdedigingstyle (onvolwasse, neuroties en volwasse) varieer van 0.75 tot 0.85. Vir die individuele verdedigingsmeganismes varieer die hertoetsbetroubaarheid tussen 0.38 en 0.80. Alfa koëffisiënte is vasgestel vir 712 Amerikaners en wissel tussen 0.58 en 0.80 vir die verdedigingsfaktore (Cramer, 2006)

1.3.3 Etiese oorwegings

Toestemming vir die studie is verkry deur middel van 'n nasionale instruksie vanaf die SAPD-hoofkantoor (kyk Bylaag B). 'n Vorm van ingeligte toestemming is deur alle proefpersone onderteken, (kyk Bylaag A). Lede wat deel geneem het aan die studie is ingelig betreffende die doel, aard en vertroulikheid daarvan. Deelname het op 'n vrywillige basis geskied, met lede wat die reg gehad het om hulle te eniger tyd daarvan te onttrek. Lede wat berading of terapie benodig het ,gedurende of na afloop van die proses, is aangemoedig om gebruik te maak van die dienste van "*Employee Assistant Services*" (EAS) ten einde anonimiteit te behou. Lede het ook 'n geleentheid vir persoonlike terugvoer ontvang.

1.4 DEFINIËRING VAN SLEUTELBEGRIPPE

Die belangrikste begrippe wat deel uitmaak van die huidige studie, word soos volg gedefinieer.

- ❖ Stres word deur Lazarus en Folkman (1984), gedefinieer as die verhouding tussen 'n persoon en sy omgewing, getakseer deur die individu as veeleisend en bomatig in verhouding tot sy/haar hulpbronne en bedreigend vir sy/haar welstand.
- ❖ Stressore word beskryf as gebeurtenisse wat lei tot die verlies aan hulpbronne, of moeilikheide in die verkryging daarvan (Hobfoll, 1989).
- ❖ Uitbranding word deur Maslach et al. (2001) beskou as 'n stelselmatige proses wat ontwikkel as gevolg van kroniese blootstelling aan werkverwante stressore, en wat gekarakteriseer word deur emosionele uitputting, depersonalisasie en lae vlakke van persoonlike bereiking.
- ❖ Gehardheid is die natuurlike neiging om betekenis in gebeure te vind, in die besonder in stresvolle en uitdagende gebeure (Kobasa, 1979).
- ❖ Verdedigingsmeganismes word beskou as die ego wat onbewustelik gewoontevormende sielkundige verdediging aanneem om die persoon teen angs te beskerm (Cramer, 2000; 2006).
- ❖ Positiewe sielkunde is die fokus op sielkundige welstand en gesondheid, in pleks van siekte, versteurings en tekortkominge (soos beskryf deur die biomediese of patogene modelle). Die fokus lê op sterkpunte, hulpbronne, kapasiteit, vermoëns, intellek en talente in pleks van swakpunte en patologie (Taylor, 2003; Phillips, 2008).

- ❖ Hoërisiko-eenhede, ook beskou as spesialisdienste, verteenwoordig die mees “*elite*” en mees veeleisende beroepe binne militêre en wetstoepassende beroepe (Bartone, Roland, Picano & Williams, 2008).

1.5 UITEENSETTING VAN DIE STUDIE

Die studie word soos volg in die verskillende hoofstukke ingedeel:

- **Hoofstuk 1: Inleiding, probleemstelling en doelstellings**
‘n Algemene oriëntasie en rasionaal aangaande die navorsing, gevolg deur die navorsingsdoelwitte en navorsingsmetodologie.
- **Hoofstuk 2: Literatuurstudie**
Stres word verduidelik as die voorloper van uitbranding. Polisie-spesifieke stressore, die reaksies daarop en die nagevolge daarvan word bespreek. Die konseptualisasie van uitbranding volg daarop, afgesluit deur ‘n bespreking aangaande gehardheid en verdedigingsmeganismes.
- **Hoofstuk 3: Navorsingsmetodologie**
‘n Verduideliking van die navorsingsontwerp, navorsingsdoelwitte, die steekproef, die meetinstrumente, sowel as die statistiese prosedure betreffende die analise van data. Etiese oorwegings word ook in berekening gebring.
- **Hoofstuk 4: Resultate en bespreking daarvan**
Die bespreking van die resultate behels die beskrywende statistiek van die afhanklike veranderlikes en die korrelasiekoëffisiënte tussen uitbranding, gehardheid en verdedigingsmeganismes.

- **Hoofstuk 5: Samevatting, beperkinge en aanbevelings**

Die studie se bevindinge word saamgevat. 'n Oorsig van belangrike bydraes vanuit die literatuur, sowel as die navorsingsbevindinge, is ook ingesluit. Daarna volg 'n opsomming van die beperkinge van die studie, sowel as aanbevelings vir verdere navorsing.

- **Bronnelys**

HOOFSTUK 2

LITERATUURSTUDIE

2.1 INLEIDING

Hierdie hoofstuk verskaf 'n oorsig van beskikbare en relevante inligting met betrekking tot die huidige studie. Eerstens word stres verduidelik as die voorloper van uitbranding. Polisie-spesifieke stressore, die reaksies daarop en die nagevolge daarvan sal ook bespreek word. Die konseptualisasie van uitbranding volg daarop. Ten slotte volg 'n bespreking van gehardheid en verdedigingsmeganismes as moontlike beskermingsfaktore teenoor uitbranding.

2.2 WAT IS STRES?

Dit is lank reeds bekend dat persone wat betrokke is in 'n dienslewerende verhouding, 'n groter risiko het om beroepsverwante stres en moontlike uitbranding te beleef (Adler, 2006; Halbesleben, 2006; Mayhew, 2001; Smit, 2006; Wu, 2009). Stres word deur Lazarus en Folkman (1984) beskryf as die verhouding tussen 'n persoon en sy omgewing, getakseer deur die individu as veeleisend en bomatig in verhouding tot sy/haar hulpbronne en bedreigend vir sy/haar welstand. Beroepstres verwys dus na stres binne die werksomgewing.

Die oorsake van bogenoemde taksasies word “stressore” genoem. Lazarus en Folkman (1984) beskou ‘n stressor as enige gebeurtenis of verskynsel wat subjektief deur die individu as stresvol ervaar word. Hobfoll (1989) beskryf stressore as gebeurtenisse wat dreig tot die verlies aan hulpbronne, of moeilikheide in die verkryging daarvan. Voorbeelde van beroepsverwante stressore is werkoorlading, rolkonflik en dubbelsinnige rolle. Oor die algemeen kan stressore dus gesien word as gebeurtenisse wat die verlies aan hulpbronne kan meebring. Die afwesigheid van positiewe eienskappe soos afwisseling, outonomie en uitdaging kan ook as stressore beskou word (Hobfoll, 1989). Volgens Luria en Torjman (2008) kan stressore in twee vlakke verdeel word: mikro-gebeurtenisse en makro-gebeurtenisse. Klein lewensgebeurtenisse (byvoorbeeld om sleutels te verloor, ‘n pap wiel, of om laat te wees), het ‘n kumulatiewe effek en word mikro-gebeurtenisse genoem. Die tweede kategorie stressore, naamlik makro-gebeurtenisse, is groot lewensgebeurtenisse (byvoorbeeld motorongelukke, eksamens en gesondheidskwessies) wat stres veroorsaak.

Densten (2001) verklaar kortliks die onderskeid tussen stres en uitbranding in terme van die interaksionele verhouding van hierdie twee toestande. Hy beskryf dat spesifieke stressore (byvoorbeeld rolkonflik, dubbelsinnigheid en oor-stimulasie) stres op kort termyn kan veroorsaak, terwyl hulle oor ‘n lang termyn ‘n akkumulatiewe effek kan hê, wat beurtelings tot uitbranding kan lei. Bakker en Heuven (2006) plaas uitbranding in die spesifieke konteks van mensgeoriënteerde en dienslewerende beroepe. Volgens Bakker et al., (2003) is uitbranding ‘n spesifieke vorm van beroepstresreaksies en ‘n resultaat van veeleisende en emosioneel belaaide interaksies met die ontvangers van die spesifieke diens. Bakker et al., (2003) maak dit ook duidelik dat uitbranding nie beperk is tot die bogenoemde beroepe nie, maar wel oorwegend in hierdie beroepe voorkom. Jerano et al., (2007) ondersteun die interaksionele verhouding tussen stres en uitbranding, deur te stel dat uitbranding as ‘n antwoord tot kroniese werkstres (bestaande uit negatiewe houdings teenoor kollegas en die individu se werksrol, sowel as gevoelens van emosionele uitputting) beskou kan word.

Uit hierdie teorie kan moontlik afgelei word dat daar wel verskille tussen stres en uitbranding bestaan, maar dat uitbranding 'n onvermydelike nagevolg van kroniese stres is.

2.3 UITBRANDING

Maslach et al. (2001) konseptualiseer uitbranding as 'n stelselmatige proses wat ontwikkel as gevolg van kroniese blootstelling aan werksverwante stressore, en wat gekarakteriseer word deur emosionele uitputting, depersonalisasie en lae vlakke van persoonlike bereiking. Uitbranding word in 'n algemene definisie deur Maslach et al. (2001) grootliks toegeskryf aan stres. Uitbranding is 'n proses van progressiewe ontnugtering – 'n verlies aan energie, idealisme en entoesiasme. Die belangrikheid van navorsing oor uitbranding lê by die nagevolge daarvan, byvoorbeeld fisieke siektetoestande, afwesigheid van die werk, laer werkstevredenheid en selfs selfmoordgedrag, wat nie vreemd is onder uitgebrande individue nie (Sarafino, 2006).

Die term “uitbranding”, 'n term om die toestand of proses van kognitiewe uitputting te beskryf, is vir die eerste keer gedurende die laat sestiger- en vroeë sewentigerjare in Amerika gebruik (Schaufeli, 2003). Eerstens is dit alledaags deur professionele mense soos prokureurs, maatskaplike werkers, psigiaters en beraders in tehuise gebruik. Hierdie individue het die term gebruik om betekenis te gee aan hul geleidelike verlies aan energie, verlies aan motivering en verlies aan verbintenis, wat dikwels geassosieer is met 'n wye verskeidenheid fisieke en psigiese simptome. Dit het uiteindelik daartoe gelei dat die begrip “uitbranding” 'n plek in die akademiese veld gekry het (Schaufeli, 2003).

Gedurende die afgelope 25 jaar het navorsing die kompleksiteit van uitbranding as toestand vasgestel en die individuele ervaring van stres in 'n groter organisatoriese konteks geplaas van mense in hul verhouding teenoor hul werk (Maslach et al.,

2001). Die navorsing oor uitbranding het internasionaal uitgebrei en gelei tot nuwer konseptuele modelle. Die fokus op begeestering, die positiewe antitese van uitbranding, blyk belowend te wees en lei tot nuwe perspektiewe ten opsigte van ingrepe om verligting te gee aan uitbranding (Maslach et al., 2001; Schaufeli, 2003).

'n Toenemende aantal navorsingsinisiatiewe fokus op die begrip "uitbranding", maar 'n omvattende teoretiese raamwerk vir uitbranding is tot dusver nog nie ontwikkel nie (Burke & Mikkelsen, 2006). Ten spyte hiervan beweer Burke en Mikkelsen (2006) dat die organisatoriese konteks as 'n sleutelfaktor tot uitbranding geïdentifiseer is. Meer spesifiek stel hulle dit dat 'n ongunstige werksomgewing tot stres lei en, afhangend van die effektiwiteit van benaderinge tot hanteringsmeganismes, dat hierdie stres tot uitbranding kulmineer. Brand (2007) en Schaufeli (2003) beweer dat die kompleksiteit van die fenomeen dit hoogs onwaarskynlik maak dat 'n enkele universele teorie oor uitbranding ontwikkel sal word en nog te meer dat ooreenstemming met so 'n teorie sal plaasvind.

Soos reeds genoem, kan spesifieke stressore (byvoorbeeld rolkonflik en dubbelsinnigheid) stres op kort termyn veroorsaak, terwyl hierdie faktore oor 'n lang termyn 'n akkumulatiewe effek kan hê wat om die beurt tot uitbranding lei. Uitbranding kan dus beskou word as 'n resultaat van kroniese werkstres (Densten, 2001; Jerano et al., 2007). Noudat die verband tussen stres en uitbranding daargestel is, volg 'n bespreking van uitbranding deur verskeie modelle en etiologiese (oorsaakgewende) benaderings van uitbranding te ondersoek.

2.3.1 TEORIEË EN MODELLE RONDOM UITBRANDING

Vervolgens word gekyk na bekende modelle van uitbranding, naamlik 'n sisteem-psigodinamiese perspektief op uitbranding, die *Conservation of Resources (COR)*-model en die *Job Demand-Resources (JD-R)*-model. Die ondersoek van modelle bou uiteindelik op tot die Maslach uitbrandingsmodel.

2.3.1.1 Die sisteem-psigodinamiese perspektief op uitbranding

Cilliers (2002; 2003) maak melding van 'n paradigma, naamlik die sisteem-psigodinamiese benadering. Cilliers (2003) stel hierdie paradigma in die spesifieke lig van uitbranding voor. Hierdie model is gebaseer op kwalitatiewe navorsing met uitbranding as onderwerp, (deur agt sielkundiges gedurende fokusgroepe). Uitbranding word hier beskou as 'n fenomeen wat die hele organisatoriese sisteem behels – 'n interaksie tussen die makro- en mikrosisteme. Hierdie perspektief spreek dus die individu as nie-alleenstaande, maar eerder as die sistemiese groep en organisatoriese gedrag aan, wat 'n invloed op die verskeie sisteme uitoefen, byvoorbeeld die individue. Die primêre funksie van hierdie paradigma is om die grense uit te daag om sodoende 'n beter begrip van organisasies te kry, insluitend die bestuur se uitdagings en leierskap. Die sentrale beginsel van die sisteem-psigodinamiese benadering word vervat in die samewerking van die volgende twee terme: die “sisteme” en “psigodinamika”. Hierdie konsepte word deur Cilliers (2002, 2003) soos volg verduidelik:

- Die sisteemsaanduiding verwys na konsepte van oop sisteme wat 'n dominante beramingsperspektief verskaf vir die begrip van strukturele aspekte van organisasies. Hierdie strukture behels die organisasie se ontwerp, verdeling van arbeid, vlakke van outoriteit, rapporteringsverhoudinge, sowel as die aard van werkverwante take, -prosesse en -aktiwiteite, die missie en primêre take. Dit behels spesifiek ook die aard en patrone van die organisasie se take,

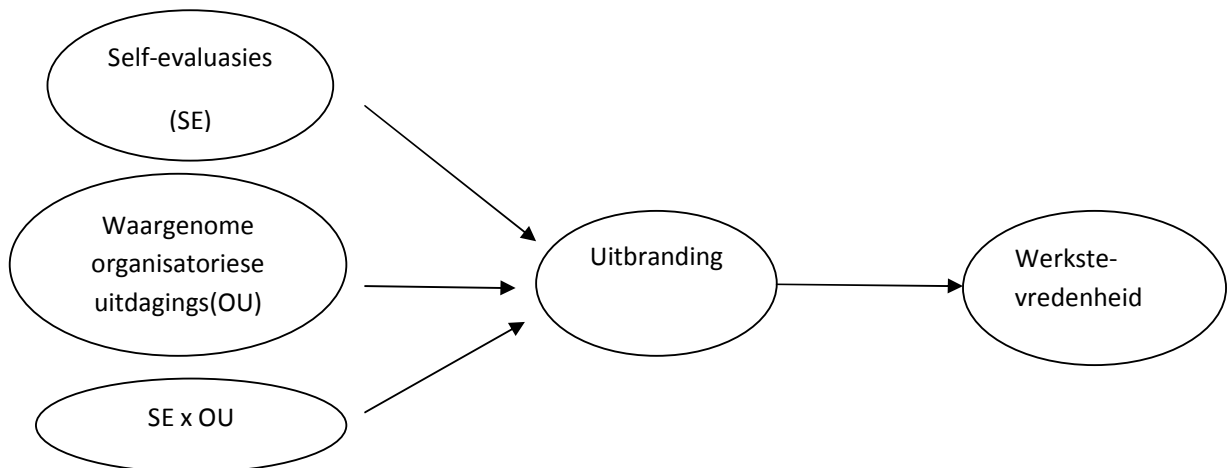
waarnemende grense en die betrokke oorkruisende transaksies. Daar word aanvaar dat mense sosiale instellings stig om aan hul behoeftes (soms irrasioneel, primitief en kinderlik) te voldoen met die oog op vermyding van pyn en die volbringing van vereiste take. Hierdie sosiale instellings beïnvloed individue merkwaardig op emosionele en sielkundige wyses, wat om die beurt geleenthede vir groei bied.

- Die psigodinamiese aanduiding maak plek vir psigoanalitiese perspektiewe. Dit behels individuele ervarings (byvoorbeeld verplasing, weerstand, fantasie en voorwerp-verhoudings), sowel as die ervarings van onbewustelike groep- en sosiale prosesse, wat gelyktydig as hulpbron en as nagevolg van organisatoriese moeilikhede dien. Die waarneembare en strukturele kenmerke van 'n organisasie (selfs dié wat rasioneel en funksioneel is) is in deurlopende interaksie met lede op alle vlakke, op so 'n wyse wat geselekteerde patrone van individuele, sowel as groepsdinamika stimuleer. Om die beurt kan hierdie prosesse bepaal hoe sekere kenmerke van die organisasie gevorm word, byvoorbeeld die organisasie se kultuur en hoe werk begryp, gestruktureer, georganiseer en bestuur word. Op die psigodinamiese vlak word die bestaan van primitiewe angstighede as sentraal tot die perspektief beklemtoon. Die primitiewe angstighede se aard word as vervolgbaar en depressief beskou en die mobilisasie van sosiale verdedigingsstelsels as teenstrydig daarmee. Die aard van hierdie verdedigingsmeganismes word beskou as óf dreigende, óf fasiliterende taakverrigting en gereedheid vir verandering.

Cilliers (2002, 2003) verskaf 'n opsomming van die sisteem-psigodinamiese perspektief deur te noem dat dit 'n gelyktydige werking van die “binnekant uit” na die “buitekant in” impliseer, met geen van die bogenoemde twee aanduidings wat voordeel geniet nie.

2.3.1.2 Die Conservation of Resources (COR)-model

Volgens Halbesleben (2006) is Hobfoll (1989) se *Conservation of Resources (COR)*-model 'n belangrike teorie betreffende die begrip van uitbranding. Halbesleben (2006) meld dat uitbranding, in die lig van hierdie model, beskou word as 'n sielkundige inspanning wat 'n reaksie op kroniese werkstres is. Die COR-model van uitbranding is gesentreer om omgewings- en kognitiewe faktore, wat geassosieer word met hulpbronne, gedefinieer as "*objects, personal characteristics, conditions or energies that are valued because they act as conduits to the achievement or protection of valued resources*" (Halbesleben, 2006 p. 1134). Best, Downey en Stapleton (2005) verskaf 'n skematiese voorstelling van die COR-model in Figuur 1.



Figuur 1: Die COR-model van uitbranding (Best et al., 2005).

Hierdie model veronderstel dat stres 'n resultaat van 'n bedreiging op die hulpbronne van 'n individu is (byvoorbeeld die persepsie dat die individu sy/haar werk kan verloor), die werklike verlies aan hulpbronne (byvoorbeeld die verlies aan werk) of die ongenoegsame voordeel van addisionele hulpbronne, gevolg deur 'n beduidende

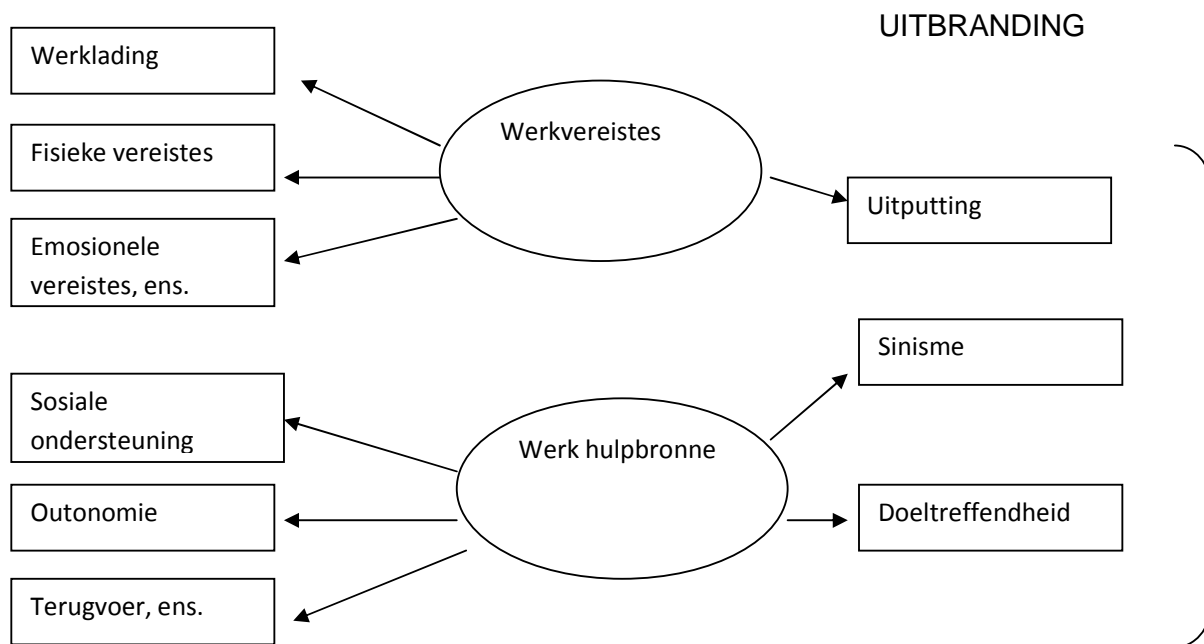
belegging in hulpbronne (byvoorbeeld die onvermoë om werk te kry, nadat hulpbronne in die verwerking van 'n kwalifikasie belê is). Best (2005) voeg by dat 'n primêre beginsel van die COR-model die individu se intrinsieke motivering tot die verkryging en handhawing van gewaardeerde hulpbronne behels. In 'n werksopset kan stres (veroorzaak deur een van die drie genoemde situasies) op geleidelike uitbranding dui, omdat die tempo waarteen werksvereistes die individu se hulpbronne opgebruik, dikwels hoër is as die tempo waarteen hulpbronne aangevul word (Halbesleben, 2006). Die netto resultaat van verlore hulpbronne is dus kritiek in die begrip van beroepstres (Best et al., 2005).

'n Belangrike punt wat Best et al. (2005) maak, is dat die COR-teorie geen onderskeid tref tussen werklike of waarneembare verlies aan hulpbronne nie. Hulle argumenteer dat individue ontvanklik is vir stres, selfs as hulle glo dat waardevolle hulpbronne uitgeput is, of onvoldoende is tot die hantering van bedreigende vereistes.

2.3.1.3 Die Job Demand – Resources (JD-R)-model

Die *Job Demand – Resources (JD-R)*-model (kyk Figuur 2) is ontwikkel om te beskryf hoe verskeie werksomstandighede, ongeag die tipes vereistes en hulpbronne wat met die spesifieke beroep gepaard gaan, kan lei tot die ontstaan van uitbranding en ander negatiewe beroepsuitkomstes (Smit, 2006). Hierdie model is in 2001 deur Demerouti, Nachreiner, Bakker en Schaufeli (2001) ontwerp en getoets. Bakker, Demerouti, Taris, Schaufeli en Schreurs (2003) beskryf die werking van hierdie model as volg: *“According to the JD-R model, burnout develops, irrespective of the type of job or occupation, when certain job demands are high and when job resources are limited because such negative working conditions may lead to energy depletion and undermine worker motivation and learning opportunities, respectively”* (bl. 17).

Bakker et al., (2003) verskaf 'n kort opsomming van die JD-R-model. Hulle beweer dat uitbranding deur 'n wye verskeidenheid aspekte in die werksomgewing veroorsaak kan word, wat alles geïntegreer kan word deur hierdie relatief eenvoudige model:



Figuur 2: Die JD-R-model van uitbranding (Bakker et al., 2003)

Die onderliggende aanname van hierdie model berus op die feit dat elke beroep sy eie spesifieke risikofaktore met betrekking tot uitbranding kan hê. Hierdie faktore kan in twee kategorieë geklassifiseer word: werksvereistes en werksbeheer/hulpbronne. Werksvereistes verwys na die fisieke, sosiale en organisatoriese elemente van werksaktiwiteite, terwyl werksbeheer die werknemer se vermoë om beheer uit te oefen oor verskeie aspekte van sy/haar werk insluit. Die JD-R-model stel basies voor dat uitbranding deur 'n wye verskeidenheid aspekte in die werksomgewing veroorsaak kan word, wat om die beurt in 'n model geïntegreer kan word. Die model beweer dat die blootstelling aan werksvereistes (voortdurend en herhaling) en die tekort aan hulpbronne uitbranding kan voorspel (Bakker et al., 2003). Laurel, Abdellaoui, Paltier en Gena (2008) dra by tot hierdie model se

verduideliking deur te stel dat die JD-R-model skade aan die gesondheid kan aandui, wat beïnvloed word deur twee werksverwante dimensies: werksvereistes en werksbeheer of hulpbronne.

Lourel et al., (2008) beweer dat bogenoemde model suksesvol is in die voorspelling van werkstres, uitbranding en beroepsverwante gesondheidsielkunde. Bakker et al., (2003) het 'n multigroep-analise van hierdie model toegepas, terwyl Peterson, Demerouti, Bergström, Asberg en Nygren (2008) hierdie model toegepas het in 'n studie van uitbranding. Die doel was om 'n samehang van eienskappe te soek wat diegene wat uitbranding ontwikkel en die wat nie uitbranding ontwikkel nie, van mekaar te onderskei. Die studie is gebaseer op 3719 Swede vanuit verskeie dienslewerende beroepe. Die model is ook toegepas in 'n studie wat gehandel het oor stres, uitbranding, sinisme en begeestering onder polisielede (Richardsen, Burke & Martinussen, 2006).

2.3.1.4 Maslach - Uitbrandingsmodel

Die "*Maslach Burnout Model*" (Maslach, Jackson & Leiter, 1996) is die mees nagevorsde model in die veld, wat oor uitbranding handel (Densten, 2001). Hierdie oorspronklike drie-dimensionele struktuur is in die vroeë tagtigs van die vorige eeu ontwikkel deur Maslach en Jackson (Worley, Vassar, Wheeler & Barnes, 2008). Die model dui aan dat uitbranding 'n multidimensionele sindroom is, wat uit drie kognitiewe/affektiewe komponente bestaan. Hierdie komponente behels emosionele uitputting, depersonalisasie (óf om ongevoelig te raak teenoor, of afgesonder te raak van kliënte of kollegas) en 'n sin van tekort aan persoonlike bereiking by die werk (Jackson & Rothman, 2005). Schaufeli (2003) vind dat hierdie drie aspekte verteenwoordigend is van energieke (byvoorbeeld die gevoel dat die mens opgebruik voel), houding- (byvoorbeeld om sinies te wees) en beoordeling- (byvoorbeeld die mens se twyfel in sy vermoëns) komponente. In sy sterkste vorm

illustreer hierdie model dus dat al die komponente van die sindroom nodig en relevant is in die definiëring van uitbranding.

Densten (2001) beweer dat die bogenoemde model die maatstaf tot die multidimensionele aspekte van uitbranding daargestel het, wat 'n verdere onderskeid gemaak het tussen uitbranding en ander verwante konsepte soos depressie, ontevredenheid, spanning, konflik, druk en spesifiek stres. Die meetinstrument wat vanuit hierdie model ontwikkel is, is die Maslach Uitbrandingskaal (MBI), (Maslach, Jackson & Leiter, 1996).

Met die uitbreiding van teorieë gerig op uitbranding, het hierdie oorspronklike drie-dimensionele teorie heelwat kritiek ontlok. Hierdie kritiek behels egter 'n aanbeveling dat 'n eendimensionele konsep van uitbranding, bestaande uit beide emosionele en fisieke uitputting, 'n beter alternatief sal wees op beide logiese en empiriese gronde (Jackson & Rothman, 2005; Worley et al., 2008). Demerouti et al. (2001) ondersteun hierdie kritiek, deur te beweer dat nadere ondersoek van die drie genoemde dimensies van uitbranding toon dat hulle geherformuleer kan word in meer algemene terme. Ten spyte van die kritiek, bly hierdie model populêr en word in 'n geskatte 90% van studies aangaande uitbranding gebruik (Worley et al., 2008; Schaufeli, 2003). Volgens Densten (2001) en Vanheule, Rosseel & Vlerick (2007) is Maslach se model van uitbranding tans die mees gebruikte uitbrandingsmodel ter wêreld. Hierdie model is ook in vorige studies met betrekking tot uitbranding onder polisieledes en die Suid-Afrikaanse konteks gebruik (Bakker & Heuven, 2006; Coetzee & Rothman, 2004; Jerano et al., 2007; Ranta & Sud, 2008; Rothman, 2003). Laastens, verskaf hierdie model ook 'n voldoende kombinasie van fisieke, kognitiewe en emosionele faktore van uitbranding (Maslach et al., 1996). Die Maslach - uitbrandingsmodel word gevolglik in hierdie studie oor die konseptualisering van uitbranding gebruik.

2.3.3 KONSEPTUALISERING VAN UITBRANDING, VOLGENS MASLACH SE UITBRANDINGSMODEL

As 'n sindroom, bestaan uitbranding uit die volgende drie essensiële, interverwante, maar ook konseptueel afsonderlike eienskappe, of dimensies (Cilliers, 2002; Maslach et al., 1996; Sarafino, 2006):

- Emosionele uitputting – 'n Dimensie wat 'n afname in emosionele hulpbronne en 'n onvermoë om op 'n sielkundige vlak hulpverlening te kan bied behels.
- Depersonalisasie – 'n Tekort aan persoonlike agting vir ander. Dit word gewoonlik bevestig wanneer die individu ander mense (gewoonlik kliënte) as voorwerpe begin hanteer. Hulle vermoë om om te gee en sensitiwiteit teenoor ander se behoeftes neem af en hulle ontwikkel geharde houdings teenoor hul medemens. Hierdie eienskap behels ook die toename van 'n negatiewe, siniese, en onsensitiewe houding teenoor werk en kollegas en sluit 'n afname in werksdoelwitte, 'n verlies aan idealisme en 'n verhoogde sin van selfbelang in. Depersonalisasie verhoog emosionele losmaking en veroorsaak dat die individu ander veroordeel asof hulle hul probleme verdien. Die beskrywing van depersonalisasie kan beskou word as 'n selfverdedigende proses teen verdere emosionele uitputting.
- Lae vlakke van persoonlike bereiking – 'n Dimensie wat beskryf dat die individu oneffektief voel en beleef dat sy/haar persoonlike verwagtinge in terme van werkprestasie, nie bereik word nie.

'n Individu met uitbranding sal dus hoë vlakke van emosionele uitputting, hoë vlakke van depersonalisasie en lae vlakke van persoonlike bereiking toon (Cilliers, 2002; Maslach et al., 1996; Sarafino, 2006).

Pompili et al., (2006) verskaf 'n verduideliking wat die drie fases van die verloop van uitbranding kan beskryf, naamlik stresopwekking, energie-bewaring en uitputting. Die stresopwekkingsfase behels fisiologiese en psigologiese reaksies soos aanhoudende irritasie, deurlopende angs, periodes van hoë bloeddruk, knersing op die tande gedurende slaap, slaaploosheid en vergeetagtigheid. Hierdie fase kan ook simptome soos hartkloppings, konsentrasieprobleme, hoofpyn en akute gastro-intestinale toestande insluit. Die fase van energie-bewaring is die eerste poging om vir stres te kompenseer. Die simptome behels oormatige laatwees, uitstel en aftye by die werk, 'n afname in seksuele behoeftes, aanhoudende moegheid, sosiale onttrekking, verhoogde sinisme, en 'n toename in die gebruik van substansie soos nikotien, alkohol en kafeïen. Die uitputtingsfase verteenwoordig die ernstigste vlak van uitbranding, met kroniese simptome soos hartseer, depressie, maag- of dermprobleme, verstandelike uitputting, fisieke uitputting, hoofpyn of migraine, en 'n behoefte om nie meer deel van die samelewing te wees nie, sowel as 'n behoefte om weg te kom van vriende en familie en herhalende selfmoordneigings.

Uitbranding hou nie net negatiewe uitkomstes vir die individu, insluitende depressie, 'n gevoel van mislukking, moegheid, afmatting, 'n verlies aan motivering in nie; dit het ook negatiewe implikasies vir die organisasie waarby hy/sy werk in terme van afwesigheid, onvoldoende uitsette, verlaagde produktiwiteit, uittrede op grond van mediese of sielkundige redes, sowel as vroeë aftrede uit die Suid Afrikaanse Polisie diens. Werknemers wat uitbranding beleef, toon 'n tekort aan gebondenheid en betrokkenheid by hul werk en is minder daartoe in staat om 'n bevredigende diens te lewer, veral betreffende besluitneming en betrokkenheid by die kliënt. Hierdie werknemers is ook te uitgeput om hul dienste op 'n kreatiewe en samewerkende wyse aan te bied (De Jager, 2002; Peterson et al., 2008; Storm & Rothman, 2002).

Cilliers (2002) sien uitbranding as 'n sindroom wat deur die individu self in stand gehou word weens onvoldoende copingstrategieë, wat met die sindroom verband hou en wat na 'n verskeidenheid gedragspatrone kan lei soos hulpeloosheid, hopeloosheid, ontnugtering, 'n negatiewe selfkonsep, negatiewe houdings teenoor werk, kollegas, ander mense en selfs die lewe. In hierdie verband lê hy voorts daarop klem dat uitbranding nie met stres verwar moet word nie. Uitbranding kan gesien word as 'n spesifieke tipe verlengde werkstres, die finale stap in 'n progressie van onsuksesvolle pogings om opgewasse te wees teen 'n verskeidenheid negatiewe stres-kondisies. Storm & Rothman (2002) sluit hierby aan deur uitbranding te sien as die eindresultaat van konsekwente ongemodereerde of onsuksesvolle pogings om stressore te bemiddel. Paleologou en Dellaporta (2009) beskryf hierby ook uitbranding as 'n tekort aan effektiewe hantering van veeleisende eise weens die verminderde "self-en-ander-en-toekoms" -taksasie, wat progressief lei tot fisieke, gedrag-, kognitiewe en emosionele ontmagtiging, met 'n ernstige risiko vir uitputting of onherstelbare dreinerings van die individu wat dit ondervind. Die fenomeen van uitbranding kan kortliks opgesom word as 'n sindroom met wye nagevolge vir individue én organisasies. Dit is dus ongetwyfeld 'n probleem wat aandag verg.

2.4 OORSAKE VAN STRES EN GEVOLGLIKE UITBRANDING IN DIE SUID- AFRIKAANSE POLISIEDIENS

Volgens Sarafino (2006) kan die oorsake van stres volgens twee tipes faktore geklassifiseer word: Dít wat met die persoon (persoonlike faktore) en dít wat met die omgewing in verband gebring kan word (omgewingsfaktore). Persoonlike faktore behels intellektuele, motiverende en persoonlikheidseienskappe. Situasies (die omgewing) wat stres kan veroorsaak, behels gewoonlik sterk vereistes en is 'n bedreiging vir die persoon en sy/haar hulpbronne (Sarafino, 2006; Taylor, 2003). Vervolgens word daar aandag geskenk aan polisie-spesifieke oorsake van stres volgens die genoemde klassifikasie van veroorsakende stressore.

Suid-Afrikaanse polisielede werk binne 'n groot en ingewikkelde burokratiese sisteem, wat soms stadig en hinderlik kan wees ten opsigte van reaksies op en waardering vir die lede se werk (Taylor, 2002). Stres in hierdie spesifieke beroep kan toegeskryf word aan verskeie faktore. In baie polisie-verwante studies (Berg et al., 2006; Jerano et al., 2007; Malach-Pines & Keinan, 2007) word die bronne van stres geklassifiseer volgens taak-verwante, organisatoriese, eksterne en persoonlike stressore. Polisie-spesifieke stressore, wat oor die algemeen in polisie-verwante studies voorkom, word voorts volgens Sarafino (2006) se klassifikasie van veroorsakende faktore (die omgewing en persoonlike faktore) genoem en omskryf.

2.4.1 OMGEWINGS- / KONTEKSTUELE FAKTORE

Omgewings- of kontekstuele faktore behels gebeure wat as positief, neutraal of negatief in hul gevolge getakseer kan word. Negatiewe gebeure of situasies word verder getakseer vir moontlike skade, bedreiging of uitdaging (Taylor, 2003). Volgens Sarafino (2006) hou omgewingsfaktore gewoonlik verband met die individu se beroep. Sarafino (2006) plaas die fokus op twee breë faktore wat werk stresvol maak, naamlik vereistes van die betrokke taak en werk wat die individu se lewe kan bedreig. Die volgende kontekstuele faktore wat as dreigend deur die individu getakseer kan word, word in hierdie studie bespreek: werkseise, 'n tekort aan hulpbronne by die werk, operasionele faktore en oordraagbare siektes.

Van der Merwe, et al. (2004) stel voor dat die oorsake van werkstres in die Suid-Afrikaanse Polisie diens verdeel kan word tussen werkseise, 'n tekort aan hulpbronne by die werk en operasionele stressore. Hierdie faktore wat aanduiding gee tot stres in die SAPD word hoofsaaklik deur Van der Merwe et al. (2004) soos volg omskryf:

- Werkseise van polisielede behels die voortdurende afwisseling tussen vervelige en opwindende aktiwiteite, die hantering van krisisse, die hantering van gevalle van huishoudelike geweld, oormatige toesig by die werk, 'n gebrek aan

persoonlike tyd, spertye, die toekenning van groter verantwoordelikheid, die neem van kritieke besluite, herorganisasie en transformasie. Swanepoel & Pienaar (2004) plaas hierdie dimensie onder die naam van “organisasionele stres”. Hulle beweer dat die polisie se outoritêre struktuur en onregverdigde dissiplinering ‘n bydra tot stres onder polisielede kan lewer.

- ‘n Tekort aan hulpbronne by die werk verwys na ‘n tekort aan personeel om spesifieke take te hanteer, ‘n gebrek aan erkenning vir goeie werkverrigting, polisielede wat hul werk oneffektief of geensins uitvoer nie, ‘n gebrek aan ondersteuning vanaf bevelvoerders, onvoldoende of minderwaardige toerusting, gebrekkige bevorderingsgeleenthede en ‘n onvoldoende salaris. ‘n Tekort aan materiële hulpbronne kan polisielede se lewens in gevaar stel, die reaksietye verleng, grootskaalse oneffektiwiteit veroorsaak en uiteindelik die publiek se vertroue skaad.
- Operasionele stressore verwys na stres oor polisielede se operasionele take. Voorbeelde van stresvolle operasionele take behels klagtes van hoëspoed-agtervolging en trauma, wat verband hou met geweld, moord, dood en verminkte liggame. Nog gebeurtenisse soos die gewelddadige afsterwe van ‘n kollega en om iemand te dood in die uitvoering van hul pligte kan ook hier ingesluit word (Violanti et al., 2006). Malach-Pines & Keinan (2007) beweer dat hierdie soort stressore as akute of kroniese omskryf kan word.

Akute stressore behels geweld en die vrees vir geweld, ingesluit die vrees vir besering of dood. Gebeure wat as veral stresvol vir polisielede beskou word, behels die mishandeling, besering en dood van kinders. Kroniese stressore handel meer oor die struktuur van die polisie se werk wat werksoorlading en onregverdigde skofte insluit. Werksoorlading kan beskou word as kwantitatief (te veel take) of kwalitatief (die taakvereistes is te gekompliseerd). Polisie werk behels beide. Swanepoel & Pienaar (2004) som hierdie faktor op as die lewensbedreigende aard van polisie werk (spanning tussen die polisie en

gemeenskap, dreigemente ten opsigte van siviele verantwoordelikheid, 'n tekort aan ondersteuning by die huis, om geskiet te word, of om 'n landsburger te skiet en werk in ramp-situasies). Die genoemde situasie word kortliks as volg deur Ranta en Sud (2008, bl. 29) saamgevat as : *“The stress imposed by the physical hazards of policing is well known. Few occupations require employees to face the kind of dangerous situations that police officers may encounter as part of their daily routines.”*

Mayhew (2001) en Pearce (2008) beweer dat die risiko vir oordraagbare siektes 'n realiteit, sowel as 'n ekstra stressor in polisiëring is.

- Oordraagbare siektes: In hierdie studie word gefokus op die voorbeelde van Hepatitis B en MIV/VIGS. Operasionele take soos die ondersoek van misdade, die behartiging van besoeke en die arrestasie van verdagtes, stel polisielede bloot aan besmetlike organismes. By liggaamlike kontak, wat 'n substansgebruiker of sy/haar woning insluit, is daar altyd 'n risiko van 'n prikwond met 'n naald wat besmet kan wees met MIV/VIGS, Hepatitis B of ander lewensbedreigende virusse en bakterieë. Polisielede kan ook Hepatitis B opdoen deur kontak met die speeksel van geïnfekteerde individue, vanaf hul braaksel of fekalieë in tronkselle, of terwyl 'n bytende verdagte bedwing word. Tuberkulose kan opgedoen word deur die lugverspreiding van kieme.

Mayhew (2001) fokus spesifiek op die oordrag van MIV/VIGS tydens die uitvoering van polisielede se take. Alhoewel die persepsie van risiko die waarskynlikheid daarvan oortref, wek dit steeds relatiewe stres en angs by polisielede. Pearce (2008) verskil hiervan en beweer dat polisielede 'n hoogs kwesbare groep is ten opsigte van seksueel oordraagbare siektes, toegeskryf aan die werksomgewing en ander fasiliterende faktore wat hul blootstel aan 'n hoër risiko vir MIV/VIGS. Weens die sensitiwiteit en vertroulikheid oor MIV/VIGS, is navorsing op hierdie gebied beperk.

Schöunteich (2003) voeg statistiek deur POLMED (die SAPD se mediese fonds) tot die bogenoemde situasie by. Die skatting is dat HIV-geïnfekteerde lede sal toeneem vanaf 8% van lede in 2000 tot 14% teen 2015. Een uit elke sewe lede sal dus geïnfekteer wees. Hy maak dit wel duidelik dat hierdie getalle nie slegs gebaseer is op die opdoen van infeksie in werksverwante situasies nie. Die MIV/VIGS-epidemie in Suid-Afrika sal waarskynlik die aanvraag ten opsigte van die kwantiteit en kompleksiteit van vereiste dienste in die SAPD verander. Hiermee saam sal die polisie se kapasiteit om 'n voldoende diens te lewer ondermyn word soos wat 'n toenemende aantal lede aan die epidemie beswyk. Hulpbronne in terme van mannekrag sal gevolglik verder in gedrang wees, wat weer tot lede se stres sal bydra (Schöunteich, 2003).

2.4.2 PERSOONLIKE FAKTORE

Persoonlike faktore van stres verwys na stabiele aspekte van die persoonlikheid (byvoorbeeld gesaghebbendheid en tipe A-gedrag) wat die stres-gesondheid verhouding kan vererger (Burke & Mikkelsen, 2006). Persoonlike stressore kan ook verwys na die sielkundige prys wat polisielede betaal (in die vorm van byvoorbeeld skuldgevoelens) vir die konflik wat hulle beleef tussen werk- en gesinsvereistes (Malach-Pines & Keinan, 2006). Malach-Pines & Keinan (2007) voeg by dat die gesinslewe beïnvloed word deur lang ure, skofte en die verandering van skedules. In hierdie studie word die klem egter gelê op die volgende persoonlike faktore wat bydra tot stres en uitbranding onder polisielede: skofwerk, oorlewing-stres en emosie-werk.

Violanti et al. (2008) beweer dat skofwerk aanleiding gee tot stres en gevolglike uitbranding onder polisielede, veral as gevolg van die impak wat skofwerk op gesinsverhoudinge het. Skofwerk verwys na werkstye, anders as die gewone dagskof, wat deur Violanti et al. (2008) as 'n potensiële beroepsstressor beskou word, met geassosieerde nagevolge soos 'n verhoogde risiko vir beserings, gastro-intestinale simptome, ontwrigting van gesin- en sosiale lewe, sowel as

geestesversteurings. Polisiëring is 'n beroep wat skofwerk vereis, en skofwerk herrangskik die individu se wakker- en slaaptye. Hierdie veranderinge lei tot 'n versteuring in slaap-ritme, wat uiteindelik lei tot ontwrigting van interne sinkronisasie en daaropvolgende fisiologiese en psigologiese versteurings. In hierdie verband lei depressie, posttraumatische stres en selfmoordneigings (as gevolg van skofwerk) tot 'n risiko vir selfmoord. Depressie, wat met skofwerk en veranderende skedules gepaard gaan, kan tot kroniese moegheid en uitputting lei.

Mikkelsen & Burke (2004) stem saam dat hierdie stressor deur die impak van skofwerk op die polisie se gesinsverhoudinge verder versterk word. Volgens hulle werk polisiebeamptes veral in die vroeë stadiums van hul beroep skofte en soms ook oortyd. Hierdie aspek van die polisie kultuur kan inmeng met 'n bevredigende huwelik en selfs tot moontlike egskeiding lei, wat verdere stres veroorsaak. Werkvereistes in hierdie verband verskaf dus merkbare verontrusting rondom die gesin-werkverhouding. Laastens, vind Mikkelsen en Burke (2004) dat uitbranding, 'n samehang van werksverwante houdings en reaksies teenoor spesifieke werksvereistes, 'n negatiewe impak op die gesin se funksionering en tevredenheid het.

Drzewiecki (2002) skuif die fokus van polisie-spesifieke stres na 'n dimensie wat tot dusver min aandag in die navorsingsveld ontvang het, naamlik oorlewingstres in wetstoepassing. Oorlewingstres, soos deur Drzewiecki (2000) verduidelik, dui daarop dat uitgesoekte beroepe, byvoorbeeld polisiëring, baie spesifieke vlakke en tipes stres ervaar, in vergelyking met ander beroepe. Hierdie tipes stres kan vrees vir persoonlike besering, nabye gevegsituasies en die vrees vir die onbekende insluit. Hierdie stresvolle gebeure veroorsaak onbeheerbare angste en emosies, waarna verwys word as "oorlewingstres", "strydstres" of "skielike stressindroom". Ongeag die benaming, kan dit gedefinieer word as "*the perception (real or imagined) of an imminent threat of serious personal injury or death, or the stress of being tasked with the responsibility to protect another from imminent serious injury or death, under conditions where response time is minimal*" (Drzewiecki, 2002, bl.4). Drzewiecki (2002) meld voorts dat die probleem nie soseer by die aard van die

gebeurtenis lê nie, maar by die nagevolge wat stres op ons liggame het. Hierdie effekte is 'n vinniger harttempo, ouditoriese uitsluiting, visuele probleme, 'n afname in reaksietyd, afname in motoriese vaardighede, vaatvernouing en beperkings in weerstandsvermoë.

Bakker en Heuven (2006) lê klem op die konsep van “emosie-werk” as 'n addisionele stressor in polisiëring. Bakker en Heuven (2006) omskryf dit as volg: Emosie-werk vind plaas gedurende fisieke en direkte kontak met die publiek, waartydens emosionele uitdrukking gereguleer moet word as deel van die werk, om eerstens 'n emosionele toestand by die ontvanger te produseer en/of om, tweedens, aan organisatoriese vereistes ten opsigte van die uitdrukking van emosies te voldoen. Meer spesifiek verwys emosie-werk na die sielkundige inspanning wat benodig word om tydens publieke interaksie gepaste emosies volgens die organisasie se behoeftes uit te druk. Daar word van polisieledes verwag om beheer oor hul emosies te neem en om 'n gesig- en fisieke uitdrukking te handhaaf wat neutraal, solied en beheers is. Polisiëring vereis dus 'n onderdrukking van emosies om sodoende doeltreffende hantering van byvoorbeeld konfliktsituasies, manipulasie en aggressie te toon. Dit kom daarop neer dat polisieledes die kuns van konstante wisseling tussen menslike en dissiplinêre emosionele uitdrukking moet bemeester. Volgens Bakker & Heuven (2006) kan hierdie regulering van emosies as deel van polisieledes se beroep, tot stres en skadelike gesondheidsuitkomstes lei.

Na afloop van die ondersoek op polisie-spesifieke stressors is die volgende stap om hul reaksies op stres te ondersoek.

2.5 DIE GEVOLGE VAN STRES EN UITBRANDING ONDER POLISIELEDE

Malach-Pines en Keinan (2007) en Sarafino (2006) verskaf 'n verduideliking betreffende die gevolge van stres en uitbranding met die fokus op biopsigososiale aspekte van stres. Hiermee word die nagevolge van stres op persone se biologiese/fisiologiese, sielkundige en sosiale sisteme bespreek.

2.5.1 BIOLOGIESE/FISIOLOGIESE ASPEK

Die fisiologiese aspek van 'n reaksie op 'n stressor word "reaktiwiteit" genoem. Die simpatiese senuweestelsel en die endokrienstelsel veroorsaak opwekking (versnelde hartklop, vinniger asemhaling, hoër bloeddruk, ens.). Sodra die stres verby is, normaliseer die liggaam met behulp van die parasimpatiese senuweestelsel. Mense wat onder kroniese stres is wys verhoogde reaktiwiteit wanneer 'n stresvolle gebeurtenis plaasvind. Hulle opwekking neem dan langer om weer te normaliseer. 'n Toestand van langdurige opwekking is gevaarlik vir die individu se gesondheid (Sarafino, 2006).

Malach-Pines en Keinan (2007) beskryf die nagevolge van stres en uitbranding op fisiologiese vlak (spesifiek gerig op polisieledede) soos volg: Fisiologiese reaksies behels 'n bo-gemiddelde waarskynlikheid van dood as gevolg van sekere siektes, selfs hartaanvalle en verskeie gesondheidsprobleme wat hoë bloeddruk, hoofpyn en gastro-intestinale probleme insluit. In 'n studie onder Suid-Afrikaanse polisieledede vind Madu en Poodhun (2006) gemiddelde tot hoë vlakke van fisieke simptome van stres. Voorbeelde van hierdie simptome is spastiese kolon, maagsere, asma, seer spiere, slaaploosheid en 'n verlaagde immuniteit. Volgens Peterson et al. (2008), in 'n studie onder Sweedse polisieledede, kan siekteverlof grootliks toegeskryf word aan simptome en siektes wat met stres en uitbranding verband hou.

2.5.2 PSIGOSOSIALE ASPEK

Die psigososiale aspek van stres, uitbranding en die gevolge daarvan behels die individu se emosionele, kognitiewe, en sosiale sisteme (Sarafino, 2006). Hierdie studie fokus egter slegs op emosies en gedrag.

2.5.2.1 STRES EN EMOSIES

Mense gebruik dikwels hulle emosionele toestand om stres te evalueer. Emosies wat dikwels met stres gepaard gaan, is vrees, angs, woede en depressie (Sarafino, 2006). Malach-Pines en Keinan (2007) maak melding van stres en emosies in 'n polisie-spesifieke studie en beweer dat: emosionele reaksies depressie, asook selfmoord in ekstreme gevalle, insluit. Nog 'n emosionele reaksie, volgens Violanti et al. (2006), is die voorkoms van Post-traumatiese stresversteuring (PTSV). PTSV neig om intens en langdurig te wees na 'n reeks traumatiese gebeure. Volgens Henning en De Bruin (2000) blyk dit dat Suid-Afrikaanse polisielede veral kwesbaar is vir die blootstelling aan lewensbedreigende situasies en die aanskouing van brutaliteit. Green (2004) rapporteer dat Britse polisielede vier tot ses keer meer geneig is om PTSV te ontwikkel as die algemene bevolking. Meer algemene emosionele reaksies behels werksontevredenheid, apatie en sinisme. Verdere emosionele simptome van stres wat hierby aansluit, is onder SAPD-lede in Natal, deur Madu en Poodhun (2006) gevind. Hierdie simptome behels onder andere angs, bekommernis, geïrriteerdheid, frustrasie, depressie en 'n lae selfbeeld.

2.5.2.2 STRES EN GEDRAG

Stres verander mense se gedrag teenoor mekaar; óf meer ondersteunend, óf meer vyandig. Wanneer stres en woede gekombineer word, verhoog die tendens van negatiewe sosiale gedrag. Stresverwante woede verhoog aggressiewe en vyandige gedrag, mense neig dan om minder sosiaal op te tree, minder om te gee en minder sensitiwiteit teenoor ander te wys (Sarafino, 2006). Gedragsreaksies op die organisatoriese vlak (spesifiek in die polisie) behels 'n afname in werksprestasie, oordeelsfoute, onverantwoordelikheid, 'n lae moraal, afwesigheid, vroeë aftrede en om ontslag te koop. Op 'n individuele vlak behels gedragsreaksies aggressie, geweld, isolasie, oormatige rook en/of drinkery, alkoholisme en substans-misbruik (Malach-Pines & Keinan, 2007). Madu en Poodhun (2006) het byvoorbeeld bevind dat 90.3% van 248 SAPD-lede dagga gebruik en 54.8% het erken dat hul alkohol gebruik.

In hierdie afdeling is stres as die voorloper van uitbranding bespreek. Die dimensies van polisie-spesifieke stressore, sowel as die reaksies daarop is beskryf. Al die genoemde stressore, sowel as stresreaksies is lank reeds deel van 'n polisiebeampte se werkslewe, maar die vraag is waarom sommige polisielede nie hierdie reaksies vertoon nie. Verskeie studies (Malan & Rothman, 2002; Storm & Rothman, 2002; Van der Merwe et al., 2004) het ondersoek ingestel oor die eienskappe wat sommige mense verhoed om stres en uitbranding te ontwikkel. Dit fokus grootliks op hanteringsvaardighede, -meganismes en -strategieë. Unieke faktore, gebaseer op hantering, wat as potensiële beskerming (eienskappe wat die risiko van uitbranding kan verlaag) teen stres en uitbranding kan dien, het tot dusver weinig aandag ontvang. Beperkte navorsing het reeds die verband tussen stres, uitbranding, gehardheid en verdedigingsmeganismes ondersoek, veral in die spesifieke konteks van polisielede (Bartone, 1999; 2006; Lambert et al., 2003). Faktore wat in hierdie studie ondersoek word, is gehardheid en verdedigingsmeganismes, om vas te stel of dit die risiko van uitbranding kan verminde

2.6 RISIKO EN VEERKRAGTIGHEID TEEN UITBRANDING – WAT IS DIE ROL VAN BESKERMINGSFAKTORE?

Volgens Malan en Rothman (2002) is daar toenemende bewustheid dat voorkoming beter as behandeling is en dat 'n gesonde lewenstyl kan bydra tot die voorkoming van stresverwante siektes soos hartkwale, hoë bloeddruk en kroniese uitputting. Storm en Rothman (2002) beweer voorts dat daar 'n verband tussen uitbranding en persoonlikheidseienskappe bestaan. Volgens Storm en Rothman (2002) kan hierdie eienskappe die nagevolge van stres en uitbranding afweer. Dus bestaan daar sekere persoonlikheidseienskappe wat die individu teen die nagevolge van uitbranding beskerm. Die ontwikkeling en gebruik van beskermende eienskappe, in plaas van patogene eienskappe, stem ooreen met positiewe sielkunde. Positiewe sielkunde word gedefinieer as die wetenskaplike studie van alledaagse, positiewe, subjektiewe menslike geesteskrag, doeltreffendheid, ervaring en funksionering (Breed et al., 2006). Taylor (2002) onderskryf hierdie definisie deur te noem dat positiewe sielkunde ondersoek instel na die kenmerke van die effektiewe funksionerende mens. Taylor (2002) beweer verder dat positiewe sielkunde dus 'n poging is om sielkundiges aan te moedig tot 'n groter belangstelling vir en 'n meer waarnemende perspektief rakende die mens se potensiaal, motiewe en vermoëns. Die doelwit van positiewe sielkunde is om die faktore wat individue, gemeenskappe en samelewings toelaat om te floreer, te verstaan en te koester (Fredrickson, 2001).

Jerano et al. (2007) beklemtoon ook individuele eienskappe of persoonlike hulpbronne wat die werknemer kan help om aan te pas by werksevereistes wat die waargenome stres kan buffer. Hierdie eienskappe of hulpbronne kan dus die begin van die uitbrandsindroom versag en verbeter. Jerano et al. (2007) meld voorts dat hanteringsvaardighede 'n toename in beroepsveerkragtigheid kan meebring. Veerkragtigheid word in hierdie verband gedefinieer as sielkundige weerstandsvermoë (gehardheid) wat mense daartoe in staat stel om die negatiewe gevolge van stres deur middel van probleemgesentreerde hanteringsstrategieë, elasticiteit en begeesting te weerstaan (Sarafino, 2006). Hierdie positiewe benadering ("dit wat reg verloop") kan 'n verduideliking bied van hoekom sommige

individue die vermoë het om onder veeleisende werksomstandighede te “oorleef”. Stres en uitbranding reflekteer ‘n tekortkomingsbenadering (“wat loop verkeerd”) en die gebruik van disfunksionele strategieë teenoor stressore. Bestaande bewyse maak die skakeling tussen funksionele strategieë en oorlewing in stresvolle beroepe (Jerano et al., 2007).

Vervolgens word ‘n teoretiese eksplorاسie van gehardheid, verdedigingsmeganismes en die beskermende effek wat dit teen stres en uitbranding kan hê, teoreties ondersoek.

2.7 DIE ROL VAN GEHARDHEID AS BESKERMENDE FAKTOR TEEN UITBRANDING

Gehardheid is ‘n natuurlike neiging om betekenis in gebeure te vind, in die besonder stresvolle en uitdagende gebeure (Kobasa, 1979). Kobasa (1979) glo dat gehardheid mense toerus met die vermoë om uitdagings in ‘n stresvolle omgewing te hanteer en ook om stresvolle lewensgebeurtenisse te verander na geleenthede vir persoonlike groei en voordeel. Kobassa (1979) beskou ‘n tekort aan gehardheid as uitbranding. In kontras hiermee verskaf Jerano et al. (2007) bewyse dat persoonlikheidsgehardheid geen beskerming teenoor uitbranding bied nie en dat sekere van die betrokke dimensies selfs ‘n positiewe ooreenkoms met emosionele uitputting toon. Ten spyte hiervan vind Adler en Dolan (2006), Bartone (2007 b,c), Lambert et al., (2003) en Sarafino (2006) dat gehardheid as buffer dien teen die nadelige gevolge wat werkverwante stres en uitbranding op die mens se gesondheid in ‘n wye verskeidenheid beroepe.

Vir die afgelope 25 jaar word gehardheid beskou as deel van ‘n groep persoonlikheidseienskappe wat individue help om stresvolle gebeurtenisse te verander na geleenthede vir versterkte prestasie, leierskap, positiewe optrede, gesondheid en sielkundige groei (Bartone, 2006; Kobassa, Maddi & Kahn, 1982; Sarafino, 2006). Maddi (1999) beskou ook die persoonlikheidseienskap,

gehardheid, as 'n geloofwaardige buffer in die verhouding tussen stressore en siekte. Dit blyk dus dat gehardheid veral waardevol kan wees in die konteks van polisiëring, met sy kenmerkende stres.

Gehardheid se oorsprong lê in die veld van die eksistensiële sielkunde (Carver, 1989; Lambert et al., 2003). Volgens die eksistensiële teorie is die fundamentele doel van menslike lewe die ontstaan van persoonlike betekenis deur middel van besluitneming en aksie in die voortdurende nastrewing van geleenthede (Lambert et al., 2003; Terzi, n.d). Hierdie benadering beskryf individue wat gesond bly, ten spyte van hoë vlakke van lewenstres, uitbranding, die manifestasie van 'n samehang van houdings, oortuigings en gedragsneigings wat hul onderskei van diegene wat wel siek word. Eksistensiële neigings bou voort op die kragtigheid van 'n outentieke (geloofwaardige en betroubare) lewenstyl, van bevoegdheid, toepaslike wedywering en produktiewe oriëntasie, sowel as die veronderstelling dat mense wat hoë vlakke van stres beleef sonder om siek te word, 'n persoonlikheidsstruktuur het wat hul onderskei van mense wat onder stresvolle omstandighede siek word (Lambert et al., 2003).

Gehardheid kan gevolglik omskryf word as 'n persoonlikheidsveranderlike wat vroeg in die lewe ontwikkel en wat redelik kontinu en stabiel oor die lewenspan strek. Dit is wel onderworpe aan verandering en kan moontlik onder sekere omstandighede aangeleer word (Bartone, 2006; Sarafino, 2006). Kobasa et al. (1982) beweer dat gehardheid 'n samehang van persoonlikheidsseienskappe is, wat as weerstand teen stres dien. Gehardheid bestaan uit verbintenis, beheer en uitdaging (Ook bekend as die "3 C's – *commitment, control and challenge*"). Geharde individue het 'n hoë sin van lewens- en werksverbintenis, sowel as 'n sterker gevoel van beheer. Hulle is meer oop vir aanpassing, verandering en uitdagings wat die lewe bied. Hulle is ook geneig om stresvolle en pynlike gebeurtenisse as normale aspekte van bestaan te beskou – 'n deel van die lewe, wat in die algemeen interessant en die moeite werd is (Bartone, 2006).

Lambert et al., (2003) omskryf die drie komponente van gehardheid soos volg:

- Verbintenis maak deel uit van doel en betekenis in die lewe en word uitgedruk deur middel van betrokkenheid in die lewe se gebeurtenisse, in plaas van passiewe deelname daarin.
- Beheer is die neiging om te glo en op te tree op so 'n wyse dat die lewe se gebeurtenisse positief beïnvloed sal word, eerder as om hulpeloos te voel wanneer ons met teenspoed gekonfronteer word.
- Uitdaging is die oortuiging dat verandering, teenoor stabiliteit, normaal is en dat verandering 'n stimulus is om volwassenheid te beklemtoon en nie 'n bedreiging vir ons sekuriteit is nie.

Die veronderstelling is dat verbintenis, beheer en uitdaging 'n eenheid vorm wat: (a) die effekte van stres modereer, deur die persepsie van die situasie te verander en (b) die negatiewe impak van stresvolle lewensgebeurtenisse verminder deur beide die kognitiewe taksasie daarvan en hantering te beïnvloed. Verder, om onbetrokke eerder as verbind, magteloos eerder as in beheer en bedreig eerder as uitgedaag te voel, is 'n ervaring van vervreemding en verwydering. 'n Persoonlikheidsamestelling van verbintenis, beheer en uitdaging, maak gehardheid direk verwant aan gesondheidsorg, omdat dit van hulp kan wees in die bepaling van wie meer geneig sal wees tot siekte wanneer hul stresvolle ervaring beleef, en wie streshanteringintervensie benodig om te verhoed dat die individu aan stres verwante siektes sal toegee (Lambert et al., 2003).

Bartone (2007 b,c) beskou gehardheid as 'n algemene, geïntegreerde styl of vorm van funksionering wat die volgende komponente insluit:

- a) Kognitief: Hoe gebeurtenisse verstaan en geïnterpreteer word
- b) Gedrag: Aksies wat as 'n reaksie op gebeurtenisse geneem word
- c) Emosioneel: 'n Affektiewe bui of gevoel

Bartone (2007,c) beskryf verder dat die kognitiewe en die gedragskomponente saam gebruik word as transformerende meganismes om stres die hoof te kan bied. Garrosa, Moreno-Jiménez, Liang en González (2006) ondersteun hierdie veronderstelling deur twee meganismes voor te stel om die werking van gehardheid te verklaar. Eerstens, 'n meer optimistiese persepsie van gebeure en tweedens die gebruik van sekere hanteringstrategieë. 'n Geharde individu se transformasionele manier van hantering behels óf die verandering van die stresvolle lewensgebeurtenisse self, óf optimistiese denke daaroor. Nog 'n komplementêre aksie is die verbetering van persoonlike gesondheidsgewoontes, 'n nagevolg van ons oortuigings betreffende ons persoonlike gesondheidsgedrag.

Volgens Judkins en Ingram (2002) beskerm gehardheid mense teen stres op twee wyses: Deur persepsies van stres te verander, of die mobilisasie van effektiewe copingstrategieë. Volgens hulle transformeer die eienskap van gehardheid moeilike lewensgebeurtenisse na geleenthede vir toenemende sin en betekenis in die lewe. Geharde individue sien hulself nie as slagoffers van bedreigende verandering nie, maar as individue wat aktiewe determinante is in die nagevolge wat met verandering gepaard gaan. Hulle het die vermoë om aan te pas wanneer stres ervaar of getakseer word. In Judkins en Ingram (2002) se studie onder verpleegbestuurders is daar bevind dat mense met hoër vlakke van gehardheid laer vlakke van stres ervaar, sowel as hoër probleemoplossing- en hanteringsvaardighede as diegene met laer gehardheid. McNeese-Smith (1997) het bevind dat die kultivering van gehardheidseienskappe na 'n neiging van hoër vlakke van werkstevredenheid, produktiwiteit en organisatoriese verbintenis lei. McNeese-Smith (1997) en Garrosa et al., (2006) maak die afleiding dat bevordering van gehardheid onder werknemers

(1) die negatiewe uitkomst van stres kan verminder en (2) die ontwikkeling van uitbranding kan teenstaan.

In verskeie studies (Jerano et al., 2007; Storm & Rothman, 2002) oor die menslike reaksie op stres en uitbranding, word vermeld dat aanpassing plaasvind as 'n produk van hanteringsprosesse. Cramer (2000) neem 'n tweede proses vir aanpassing in ag, naamlik verdedigingsmeganismes. Freud het die term "verdedigingsmeganismes" in 1894 voorgestel en dit beskryf as die ego wat onbewustelik gewoontevormende sielkundige verdediging aanneem om homself teen angs te beskerm (Cramer, 2000, 2006). Met verdedigingsmeganismes as 'n alternatiewe vorm van aanpassing by en hantering van stres en uitbranding, blyk dit noodsaaklik om hierdie konsep as 'n tweede beskermingsfaktor teen stres en uitbranding te bestudeer.

2.8 DIE ROL VAN VERDEDIGINGSMEGANISMES AS BESKERMENDE FAKTOR TEEN UITBRANDING

"Psychological defence mechanisms are a powerful and often unappreciated force safeguarding mental health" (Bowins, 2006, bl. 173).

Freud (in Cramer, 2006) se oorspronklike definisie van 'n verdedigingsmeganisme is 'n teenwerkende krag gerig teen die uitdrukking van dryfkragte en impulse. Ten spyte van Freud se invloed op baie sielkundige terreine, aanvaar moderne sielkunde nie sy idee dat persoonlikheid gebou is rondom die individu se behoefte om die erkenning van hul seksuele en aggressiewe impulse te vermy nie. Hierdie verwerping van psigoanalitiese idees (en die vroeër taboe-aard van onbewustelike prosesse) kan 'n verduideliking bied oor die grootskaalse vermyding en ignorering van die potensieel verklarende invloed van verdedigingsmeganismes (Zeiger-Hill & Pratt, 2007). Zeiger-Hill en Pratt (2007) meld voorts dat, in kontras met die klassieke psigoanalitiese begrip van verdedigingsmeganismes (wat direk verbind was aan die

psigoanalitiese dryfteorie), daar meer onlangse navorsing bestaan, wat beweer dat verdedigingsmeganismes die mens se selfbeeld onderhou en beskerming bied teen die ervaring van oormatige vlakke van negatiewe affek, in plaas daarvan om beskerming te bied teen hul onaanvaarbare behoeftes en impulse. Kocijan, Gregurec en Karlovic (2007) en Pokroy et al., (1999) beskou voorts die beskermingsfunksie van verdedigingsmeganismes as 'n kognitiewe funksie, wat deur middel van modifikasie, distorsie en/of verwydering van stresvolle gedagtes, gevoelens en persepsies optree. Laastens sien Bowins (2004) verdedigingsmeganismes as 'n kritieke komponent van die mens se kapasiteit tot die instandhouding van emosionele homeostase. Hieronder sal die bewuste verstand meer geneig wees tot negatief-belaaide emosionele insette. Hierdie herkonseptualisasies van die funksies van verdedigingsmeganismes pas meer in by die heersende sielkundige perspektiewe (Zieger-Hill & Pratt, 2007).

Die idee is dat verdedigingsmeganismes die uitdrukking van impulse beheer of moduleer, sodat die individu beskerm kan word teen oorweldiging van angst wat veroorsaak sou word deur bewustelike herkenning van onaanvaarbare impulse. Hierdie konsep is gevolglik uitgebrei om die gebruik van verdedigingsmeganismes in te sluit as reaksies op eksterne bronne van stres, sowel as interne kragte, met ander woorde, dryfkragte (Engelhardt, 2008 & Cramer, 2006). Verdedigingsmeganismes kan dus omskryf word as onbewustelike verstandelike meganismes, wat gerig is teen sowel interne dryfkragte se druk, as eksterne druk, veral dié wat selfbeeld of die struktuur van die self bedreig, soos wat kan plaasvind wanneer vriende of familie daarin faal om empaties op te tree, of op 'n manier vir die individu "verlore" is. Die funksie van verdedigingsmeganismes is tweevoudig: Eerstens, om die individu te beskerm teen oormatige angst deur middel van modifikasie, distorsie of verwydering van stresvolle gedagtes, gevoelens en persepsies. Die tweede funksie is om die integrasie van die self te beskerm (Cramer, 2006 & Kocijan et al., 2007). Bowins (2006) beskryf die funksie van verdedigingsmeganismes as 'n beskermende rol ten opsigte van geestesgesondheid.

Zoccali et al. (2006), Cramer (1999), sowel as Kocijan et al. (2007) lê klem op die verskille tussen hanteringsvaardighede en verdedigingsmeganismes, alhoewel beide prosesse as funksies vir aanpassing dien om die individu te beskerm teen die emosionele nagevolge van stres en ongunstige lewensgebeurtenisse. Hanteringsvaardighede vereis volle bewustheid, sowel as die besluit om 'n problematiese situasie te beheer en op te los. Verdedigingsmeganismes tree op sonder bewustheid en kan slegs op die innerlike sielkundige toestand inwerk om 'n distorsie van die realiteit te produseer. Verder hang hanteringsvaardighede van situasies af waar verdedigingsmeganismes relatiewe stabiele, blywende eienskappe van die individu reflekteer. Om stres te hanteer gebruik mense sowel intensionele, bewustelike gedragpatrone (hantering) as onbewuste meganismes (verdedigingsmeganismes). Met ander woorde, saam met copingvaardighede, speel verdedigingsmeganismes 'n kritieke rol om beide die betekenis wat toegeskryf word aan 'n sekere gebeurtenis, sowel as die alledaagse funksionering, te beïnvloed om die negatiewe affekte sonder bewustheid en op 'n indirekte wyse te verminder.

2.8.1 DIE VERBAND TUSSEN VERDEDIGINGSMEGANISMES, STRES EN UITBRANDING

Soos reeds genoem, is Freud se definisie van 'n verdedigingsmeganisme 'n teenwerkende krag gerig teen die uitdrukking van dryfkragte en impulse. Die idee is dat verdedigingsmeganismes die uitdrukking van impulse beheer of moduleer, sodat die individu beskerm kan word teen oorweldiging van angs wat veroorsaak sou word deur bewustelike herkenning van onaanvaarbare impulse. Hierdie konsep is gevolglik uitgebrei om die gebruik van verdedigingsmeganismes in te sluit as reaksies op eksterne bronne van stres, sowel as interne kragte, met ander woorde, dryfkragte (Engelhardt, 2008; Cramer, 2006). Patrick (2005) beskou verdedigingsmeganismes in 'n meer konkrete en omvattende lig, as patrone van gevoelens, gedagtes en gedrag wat relatief onwillekeurig is en intree as reaksie op persepsies van psigiese gevare, insluitende stres en uitbranding.

'n Suid-Afrikaanse studie onder individue met prikkelbaredermsindroom, deur Pokroy et al. (1999) maak 'n belangrike bydrae ten opsigte van die verband tussen hantering (in hierdie geval van stres) en verdedigingsmeganismes. Hiervolgens is verdedigingsmeganismes geanker in die sosiale verteenwoordiging van verskeie aksies en begrippe en word as kritiek beskou in die hantering van die realiteit, alhoewel die individu nie bewus is van die feit dat hy/sy daarvan gebruik maak nie. In hierdie opsig tree verdedigingsmeganismes as 'n funksie van aanpassing op deur die individu toe te laat tot deurlopende funksionering in angswekkende en stresvolle situasies. Oormatige gebruik van verdedigingsmeganismes kan 'n distorsie van die realiteit veroorsaak. Dus berus die beskouing van verdedigingsmeganismes, as patologies, in die mate waartoe hulle gebruik word en ook in die mate van die betrokke realiteitsdistorsies.

Cramer (2006) beweer dat die bestudering van verdedigingsmeganismes leiding kan gee ten opsigte van terapeutiese intervensie. Die identifisering van verdedigingsmeganismes kan bruikbaar wees vir die teiken groepe of individue wat 'n risiko loop vir die ontwikkeling van patologie. Dit is ook belangrik om te verstaan hoekom sommige individue kwesbaar vir patologie is, waar ander, in dieselfde omgewing, veerkragtig daarteen is.

Tabel 2.1 verskaf 'n beskrywing van die verskeie verdedigingsmeganismes en hoe mense dit gebruik om emosionele konflik of interne of eksterne stressore te hanteer.

Tabel 2.1: Beskrywings van verdedigingsmeganismes (Patrick, 2005)

VERDEDIGINGSMEGANISME	BESKRYWING
Onvolwasse verdedigingsmeganismes	
Projeksie	Valse toeskrywing aan ander van onderdrukte gevoelens, impulse of gedagtes.
Passiewe aggressie	Indirekte en nie-selfgeldende uitdrukking van aggressie teenoor ander.
Uitbarstings	Optrede sonder refleksie of agting vir negatiewe nagevolge.
Isolasie	Onvermoë om die kognitiewe en affektiewe komponente van 'n ervaring gelyktydig te ervaar (Die affek word weggehou van die bewuste).
Devaluasie	Toeskrywing aan ons self of ander wat negatiewe eienskappe vergroot.
Outistiese fantasie	Gebruik van oormatige dagdromery as vervanging van menslike verhoudings.
Ontkenning	Weiering om 'n aspek van die eksterne realiteit wat ooglopend vir ander is, te aanvaar/erken.
Verplasing	Verplaas 'n gevoel oor, of 'n reaksie tot 'n voorwerp na 'n minder bedreigende voorwerp.
Dissosiasie	Tydelike verandering aan die integrerende funksies van bewustheid of identiteit.
Splitsing	Versuim om die positiewe en negatiewe eienskappe van die self en ander te integreer om kohesie te bereik (Mense is slegs goed of slegs boos).
Rasionalisering	Bedink gerusstellende of selfdienende, maar inkorrekte, verduidelikings vir gedrag.
Somatisering	Raak afgetrokke met fisieke simptome buite verhouding tot enige werklike fisieke versteuring.

Neurotiese verdedigingsmeganismes	
Losmaking	Gebruik gedrag wat ontwerp is om simbolies verbeteringe te maak, of weerspreek vorige gedagtes, gevoelens of dade.
Pseudo - altruïsme	Raak toegewyd aan die vervulling van ander se behoeftes, gedeeltelik as 'n wyse om sy/haar eie behoeftes te vervul.
Idealisasie	Vergroot toeskrywing van positiewe eienskappe van die self of ander.
Reaksie formasie	Vervang gedrag, gedagtes of gevoelens wat diametraal opponeer, teenoor sy/haar onaanvaarbare gedagtes of gevoelens.
Volwasse verdedigingsmeganismes	
Sublimasie	Kanaliseer persoonlik onaanvaarbare gevoelens of impulse na sosiaal aanvaarbare gedrag.
Humor	Lê klem op die amusante of ironiese aspekte van 'n konflik of stressor.
Antisipasie	Poog om moontlike uitkomst te voorspel en gedrag daarvolgens te verander.
Onderdrukking	Intensionele vermyding van denke oor probleme.

2.8.2 PATRONE VAN VERDEDIGINGSMEGANISMES

Volgens Bowins (2004), Kwon (2000) en Patrick (2005) bestaan daar drie hoof kategorieë, of patrone, vir die gebruik van verdedigingsmeganismes: onvolwasse, neuroties en volwasse. Voordat 'n beskrywing van verskeie klasse van verdedigingsmeganismes verskaf word, is dit nodig om kognitiewe distorsies te definieer, omdat die vlakke van kognitiewe distorsie in hierdie klasse varieer. Kognitiewe distorsies is die aspek van verdedigingsmeganismes wat die “suikerlaag” op stresvolle of onaangename gebeure plaas om sodoende die individu se lewenservaring te verbeter. Bowins (2004,) beskryf kognitiewe distorsies as: “ *the tendency of people to place a self-enhancing spin on experience and alter the perception of unfavourable events in a positive way to lessen the impact*” (bl. 7). Distorsie kan in hierdie konteks vergelyk word met wysiging, modifikasie of

transformasie van lewensgebeure. Die geneigdheid tot kognitiewe distorsie in 'n positiewe en verheffende wyse tot die self, is algemeen.

Individue gebruik verskillende tipes verdedigingsmeganismes op 'n ontwikkelende wyse en op 'n hiërargiese manier soos hulle ouer word. Die verandering vind plaas vanaf 'n besorgdheid om rou impulse te beheer met onvolwasse verdedigingsmeganismes, tot 'n besorgdheid oor ander belangrike mense met neurotiese verdedigingsmeganismes en, laastens, kreatiewe uitdrukking van die self met volwasse verdedigingsmeganismes. Bowins (2004), Kwon (2000) en Patrick (2005) omskryf die verskeie verdedigingsmeganismes soos volg:

- Onvolwasse / wanaangepaste verdedigingsmeganismes kom gewoonlik voor by gesonde individue onder die ouderdom van 15 jaar. In hierdie geval word verdedigingsmeganismes gebruik om stres, wat 'n dreigement plaas op die individu se interpersoonlike intimiteit, te verlig. Hierdie verdedigingsmeganismes behoort te verander soos wat die persoon volwasse word en sy/haar interpersoonlike verhoudings verbeter. Sou hierdie soort verdedigingsmeganismes by volwassenes voorkom, behels dit gereelde en beduidende distorsies van die realiteit. Onvolwasse verdedigingsmeganismes sluit projeksie, passiewe aggressie, uitbarstings, isolasie, devaluasie, outistiese fantasie, ontkenning, verplasing, dissosiasie, splitsing, rasionalisasie en somatisering in. Volwassenes met onvolwasse verdedigingsmeganismes word geassosieer met 'n verhoogde risiko vir patologie en wanaanpassing.

Onvolwasse verdedigingsmeganismes behels die mees ekstreme kognitiewe distorsies en kan selfs met tye die realiteit verhinder. Behalwe vir gesonde individue onder die ouderdom van 15 jaar, kom hierdie verdedigingsmeganismes ook voor by mense met persoonlikheidsversteurings, (byvoorbeeld verplasing met paranoïde persoonlikheidsversteuring) of mense met erge stres. 'n Bekende voorbeeld is projeksie. Projeksie wysig die ervaring van 'n gebeurtenis, sodat die individu glo dat

onaanvaarbare impulse en houdings nie vanuit die self ontstaan nie, maar wel van 'n eksterne voorwerp. Nog 'n voorbeeld hiervan is splitsing. Die gebruik van splitsing behels die onderskeid van voorwerpe (mense) in twee kategorieë: alles goed of alles sleg (“wit of swart”), met die verskuiwing van hierdie voorwerpe vanaf een uiterste na die ander (Bowins, 2004).

- Neurotiese / intermediêre verdedigingsmeganismes is gewoonlik teenwoordig in gesonde individue tussen die ouderdomme van drie en negentig jaar, by individue met neurotiese versteurings en gedurende die voorkoms van akute stres of moeilike tydperke gedurende die individu se lewenspan. Hier word verdedigingsmeganismes gebruik om private gevoelens te verander, of vir die uitdrukking van instinkte. Neurotiese verdedigingsmeganismes behels losmaking, pseudo-altruïsme, idealisasie en reaksie formasie.

Neurotiese of intermediêre verdedigingsmeganismes behels 'n hoër graad van kognitiewe distorsies en verteenwoordig dikwels 'n poging om aansienlike interne of eksterne stressore te hanteer. 'n Voorbeeld hiervan is die gebruik van intellektualisering. Intellektualisering verander gebeure tot 'n groot mate na nie-emosionele ervarings deur middel van die oor-gebruik van bewuste gedagteprosesse (Bowins, 2004).

- Volwasse / aanpasbare verdedigingsmeganismes word by individue tussen die ouderdomme van twaalf en negentig jaar gevind. Hierdie verdedigingsmeganismes laat die individu toe om realiteit, interpersoonlike verhoudings en private gevoelens te integreer. Verbruikers van volwasse verdedigingsmeganismes kan onder stres weer terugkeer na 'n minder volwasse vorm van verdediging. Volwasse verdedigingsmeganismes sluit die volgende in: sublimasie, humor, antisipasie en onderdrukking. Hierdie soort verdedigingsmeganismes stel die mens daartoe in staat om dreigende affek af te weer, sonder om die akute persepsie van realiteit persepsie op te offer.

Volwasse verdedigingsmeganismes behels 'n relatiewe lae vlak van kognitiewe distorsies en bestaan grootliks uit die versagting van onwelkome ervarings. 'n Voorbeeld hiervan is sublimasie. Sublimasie transformeer versteurende impulse en gevoelens deur dit te normaliseer na meer aanvaarbare nastrewing. In die proses word die bewustheid van negatiewe statusse verander (Bowins, 2004). Nog 'n eienskap van volwasse verdedigingsmeganismes, volgens Patrick (2005), is dat dit tipies na konstruktiewe aksie lei, wat die individu toelaat om die realiteit van 'n teleurstelling of struikelblok te aanvaar. Geen realiteitsdistorsie word benodig om hierdie selfverdedigende funksie te dien nie. 'n Voorbeeld hiervan is die gebruik van humor om die waarnemende bedreiging van teleurstelling te versag. Hierdie voorbeeld staan in kontras met 'n onvolwasse verdedigingsmeganisme soos ontkenning, waarin die self verdedig word deur een of ander vorm van distorsie met betrekking tot die stressor of die nagevolge daarvan. Sulke verdedigingsmeganismes lei na passiwiteit (soos in die geval van ontkenning) of ontoepaslike aksie (Byvoorbeeld projeksie wat kan lei tot die ongemagtigde aanval op ander).

Kontemporêre psigodinamiese persoonlikheidteoretici redeneer dat die kennis en begrip in navorsing van verdedigingsmeganismes nie die klem op die gebruik van die meganismes moet plaas nie, maar wel op die relatiewe herhaling waarmee verskillende verdedigingsmeganismes gebruik word. Daar is ook toenemende konsensus betreffende die relatiewe aanpasbaarheid en gesondheid van sommige verdedigingsmeganismes teenoor ander. Verdedigingsmeganismes en style (of 'n groepering van verskeie verdedigingsmeganismes) kan in 'n hiërargie van aanpasbaarheid geplaas word, waar aanpasbaarheid gedefinieer word in terme van positiewe verstandelike en fisieke gesondheidsuitkomst (Davidson, MacGreggor, Johnson, Woody & Chaplin, 2004).

Aanpasbare verdedigingsmeganismes is al in verband gebring met gesondheidsuitkomst soos positiewe fisieke gesondheidsfunksionering, sowel as sielkundige aanpassing soos lewenstevredenheid en die kwaliteit van vriendskappe (Bowins, 2004). Wanaangepaste verdedigingsmeganismes is geassosieer met

verskeie negatiewe gesondheidskwessies soos persoonlikheidsversteurings, depressie en dwelmmisbruik. Daar is selfs al beweer dat verdedigingsmeganismes 'n moontlike maatstaf kan wees om psigiese en fisieke gesondheid te bepaal, op dieselfde wyse as wat IK-toetse as maatstaf gebruik word om intelligensie te bepaal (Davidson et al., 2004).

2.9 SAMEVATTING

Tot dusver het hierdie hoofstuk gefokus op die ondersoek van gehardheid ('n sin van beheer, toewyding en uitdaging teenoor lewenstres) en verdedigingsmeganismes (spesifiek die wat volwasse en aanpasbaar is), as beskermingsfaktore teen uitbranding onder polisielede. Die inagneming van hierdie konsepte (gehardheid en verdedigingsmeganismes) bring die fenomeen van positiewe sielkunde na vore. Hierdie studie het 'n positiewe sielkunde oriëntasie en plaas spesifieke fokus op die inherente sielkundige hulpbronne en sterkpunte van die deelnemers. Die bespreking dui dus daarop dat positiewe persoonlikheidseienskappe (in hierdie geval gehardheid en verdedigingsmeganismes), gebruik kan word om die individu teen die negatiewe eienskappe van die lewe, byvoorbeeld stres en uitbranding te beskerm. Sodoende kan die individu optimaal funksioneer met betrekking tot sy/haar fisieke, sosiale, verstandelike en psigiese dimensies. Die doelwit hiervan bou uiteindelik op tot algehele gesondheid. Van Wijk en Waters (2008) som die ontwikkeling in die veld van positiewe sielkunde en veerkrachtigheid op as begrippe soos salutogenese, fortogenese, persoonlikheidsgehardheid, aangeleerde vindingrykheid, lokus van beheer en humorsin. Hulle vind dat al hierdie begrippe op die onderhoud en vermeerdering van welstand fokus, in aanvulling tot die behandeling van siekte.

In hierdie hoofstuk is gefokus op die verband tussen stres en uitbranding, spesifiek stres as die voorloper van uitbranding. Daar is gekyk na die algemene oorsake, reaksies en nagevolge rondom uitbranding, sowel as polisie-spesifieke oorsake, reaksies en nagevolge. Daarna was die fokus op faktore (gehardheid en

verdedigingsmeganismes) wat die individu se risiko tot stres en uitbranding kan verlaag, in die lig van positiewe sielkunde. Die volgende hoofstuk fokus op die navorsingsmetodologie.

HOOFSTUK 3

NAVORSINGSMETODOLOGIE

3.1 INLEIDING

Die doel van die studie is om te bepaal of gehardheid en verdedigingsmeganismes die vlakke van uitbranding wat SAPD-lede in hoë-risiko eenhede ervaar, kan voorspel. In hierdie hoofstuk word die navorsingsmetodes wat gebruik word vir die insameling en analise van data beskryf. Die beskrywing behels 'n verduideliking van die navorsingsontwerp, navorsingsdoelwitte, die steekproef, die meetinstrumente wat gebruik is, sowel as die statistiese prosedure rondom die analise van data. Etiese oorwegings sal ook aandag ontvang.

3.2 NAVORSINGSONTWERP

'n Kwantitatiewe, nie-eksperimentele korrelasionele ontwerp is vir hierdie studie gebruik. Daar is gebruik gemaak van doelgerigte selektering van deelnemers. Elke individu in die ondersoekgroep is op dieselfde tydstip ten opsigte van die betrokke veranderlikes gemeet en verbande tussen die verkreeë metings is bepaal. Geen beplande ingreep het tydens hierdie ondersoek plaasgevind nie. Alhoewel verbande tussen voorspeller veranderlikes en die kriterium veranderlike aangedui kan word, kan geen oorsaak-gevolgafleidings met behulp van hierdie navorsingsontwerp gemaak word nie (Taylor, 2002).

3.3 NAVORSINGSDOELWITTE

Die oorhoofse doelwit van hierdie studie is om te bepaal of gehardheid en verdedigingsmeganismes as beskermingsfaktore teen uitbranding kan dien by 'n groep polisielede.

Die volgende spesifieke navorsingsdoelwitte is vir die betrokke studie geformuleer:

- A. Om die voorkoms van uitbranding onder lede van die SAPD in die Vrystaat te bepaal.
- B. Om te bepaal of gehardheid as potensiële buffer teen uitbranding kan dien.
- C. Om te bepaal of verdedigingsmeganismes as potensiële buffer teen uitbranding kan dien.

3.4 NAVORSINGSVRAE

Ten einde die bogenoemde doelwitte van hierdie studie te bereik, is die volgende navorsingsvrae geformuleer:

1. Wat is die vlak van uitbranding onder polisielede in hoë-risiko eenhede?
2. Wat is die verband tussen uitbranding en gehardheid?
3. Wat is die verband tussen uitbranding en verdedigingsmeganismes?

3.5 NAVORSINGSHIPOTESE

Ter aansluiting by die oorkoepelende doelwit van hierdie studie, naamlik om te bepaal of gehardheid en verdedigingsmeganismes as beskermingsfaktore teen uitbranding by 'n groep polisielede kan dien, word die volgende navorsingshipotese gestel:

Gehardheid en verdedigingsmeganismes van SAPD-lede in hoë-risiko eenhede kan gebruik word om 'n beduidende persentasie van die variansie in hul vlakke van uitbranding (emosionele uitputting, depersonalisasie en persoonlike bereiking) te verklaar.

3.6 DEELNEMERS EN DIE PROSES VAN DATA-INSAMELING

3.6.1 DEFINIËRING VAN DIE DEELNEMERS SE EIENSKAPPE

Die deelnemers het uit 365 funksionele SAPD-lede van verskeie hoë-risiko eenhede in die Vrystaat bestaan. Doelgerigte steekproeftrekking is gebruik om lede by die studie in te sluit. Slegs hoë-risiko eenhede is gebruik om tot 'n mate te verseker dat stres wel teenwoordig is. Voorbeelde van hoë-risiko eenhede behels die blitspatroolie en die duik- en forensiese eenheid. Die grootste groep deelnemers was lede van speurdienste (38.9%) en die nooddienste (33.4%). Die meeste deelnemers was manlik (74.5%) en getroud (64.9%). Die gemiddelde ouderdom van deelnemers was 38.5 jaar, die meeste Afrikaanssprekend (47.1%) en op die vlak van inspekteur (49.9%). Sommige van die biografiese eienskappe van die steekproef word in Tabel 3.1 opgesom.

Tabel 3.1: Biografiese eienskappe van die steekproef

Eienskap	Frekwensie	Persentasie
Eenheid		
Nooddienste	122	33.4
P.K.R.S	61	16.7
Speurdiens	142	38.9
Geslag		
Manlik	272	74.5
Vroulik	89	24.4
Ontbrekende data	4	1.1
Huwelikstatus		
Getroud	237	64.9
Geskei	48	13.2
Taal		
Engels	19	5.2
Afrikaans	172	47.1
Sotho	127	34.8

3.6.2 DATA-INSAMELINGSMETODES

Vraelyste is slegs in Engels beskikbaar gestel, aangesien dit die amptelike voertaal in die Suid-Afrikaanse Polisie is. Navorsing by hulle mag in geen ander taal onderneem word nie. Data is ingesamel in Bloemfontein, Kroonstad, Sasolburg, Bethlehem, Phuthaditjhaba (Qwaqwa) en Welkom se hoë-risiko eenhede. Die voltooiing van vraelyste het tussen 20 en 30 minute geduur. Besikbaarheidsgroepe van 5 tot 25 lede was daaglik by elke sessie teenwoordig, soos bepaal deur die bevelvoerders van die spesifieke eenhede. Vraelyste is by die betrokke eenhede voltooi. Die navorser was ten alle tye teenwoordig om moontlike vrae te beantwoord, vertaling te fasiliteer, vertroulikheid te verseker en om besprekinge tussen respondente te verhoed.

3.7 ETIESE OORWEGINGS TEN OPSIGTE VAN DIE NAVORSINGSPROJEK

Die volgende etiese implikasies is in ag geneem. Toestemming is by wyse van 'n Nasionale Instruksie 1 van 2006 by die SAPD-hoofkantoor verkry (kyk Bylaag B). 'n Vorm van ingeligte toestemming is deur alle proefpersone onderteken (kyk Bylaag A). Deelnemers aan die studie is ingelig oor die doel, aard en vertroulikheid van die studie. Deelname het op 'n vrywillige basis geskied, met lede wat die reg gehad het om hul ter eniger tyd te onttrek. Lede wat berading of terapie benodig het gedurende, of na afloop van die proses, is aangemoedig om gebruik te maak van die dienste van "Employee Assistant Services" (EAS) ten einde anonimiteit te behou. Lede het ook 'n geleentheid vir persoonlike terugvoer ontvang.

3.8 MEETINSTRUMENTE

Die meetinstrumente wat toegepas is, sowel as die veranderlikes wat daardeur gemeet word, word in Tabel 3.2 aangetoon.

Tabel 3.2: Uiteensetting van die meetinstrumente en veranderlikes

Meetinstrument	Veranderlikes
Maslach Uitbrandingskaal (MBI)	Emosionele uitputting
	Depersonalisasie
	Persoonlike bereiking
Disposisionele Veerkragtigheidskaal (DRS.-15) - Gehardheid	Beheer
	Verbintenis
	Uitdaging
Verdedigingstyl vraelys (DSQ-40)	Onvolwasse verdedigingsmeganismes
	Neurotiese verdedigingsmeganismes
	Volwasse verdedigingsmeganismes

Om inligting van die deelnemers, hul vlakke van uitbranding, vlakke van gehardheid en hul tipe verdedigingsmeganismes te verkry, is data deur middel van die volgende vier vraelyste ingesamel:

3.8.1 BIOGRAFIESE VRAELYS

Die biografiese vraelys is deur die navorser self opgestel. Die rasionaal daarvoor was om demografiese inligting aangaande die deelnemers in te win. Die demografiese inligting wat van belang was vir hierdie studie, is die volgende:

- Werkeenheid
- Rang
- Aantal diensjare
- Ouderdom
- Geslag
- Huistaal
- Huwelikstatus
- Ras

‘n Voorbeeld van die vraelys word as Bylaag C aangeheg.

3.8.2 DIE MASLACH-UITBRANDINGSKAAL – MENSDIENSTE-OPNAME

(MBI-HSS)

Polisielede se vlakke van uitbranding is gemeet deur middel van die *Maslach Burnout Inventory – Human Services Survey (MBI-HSS)* (Maslach, et al., 1996). Die meetinstrument bestaan uit 22 items en is ontwerp om die drie dimensies van

uitbranding te assesser, naamlik emosionele uitputting (9 items), depersonalisasie (5 items) en persoonlike bereiking (8 items). Hoë tellings by emosionele uitputting (gevoelens van emosionele oorspanning en uitputting as gevolg van die individu se werk) en depersonalisasie ('n tekort aan persoonlike reaksie en gevoelens teenoor die ontvangers van die individu se diens), en 'n lae telling op persoonlike bereiking (gevoelens van bevoegdheid en suksesvolle bereiking in die individu se werk met mense), word geassosieer met hoë vlakke van uitbranding. 'n Gemiddelde vlak van uitbranding word gereflekteer in die gemiddelde tellings van die drie subskale (Maslach et al., 1996). Die items is in die vorm van stellings oor persoonlike gevoelens of houdings (Byvoorbeeld: *"I feel burned out from my work"*) geskryf. Alle items word beantwoord op 'n sewe-punt Likert-skaal vanaf 0 (nooit) tot 6 (elke dag), wat 'n aanduiding gee van die frekwensie van die houdings en gevoelens wat in werkverband ervaar word. Die tellings vir elke subskaal word apart in ag geneem en word nie in 'n enkele, totale telling gekombineer nie. Daar word dus drie tellings per respondent bereken. Die tellings wat gebruik is, is die routellings. Elke telling kan as laag, gemiddeld of hoog gekategoriseer word deur die gebruikmaking van numeriese afsnytpunte (Vanheule et al., 2007 & Zalaquet & Wood, 1997). Die numeriese afsnytpunte kan soos volg opgesom word:

Tabel 3.3: Numeriese afsnytpunte van die MBI-HSS

MBI-Subskale	Laag (laer derde)	Gemiddeld (middelste derde)	Hoog (boonste derde)
Emosionele uitputting	≤ 16	17-27	≥ 28
Depersonalisasie	≤ 5	6-10	≥ 11
Persoonlike bereiking	≥ 40	39-34	≤ 33

3.8.2.1 Rasionaal vir gebruik van die MBI

Hierdie meetinstrument is kort, word wêreldwyd gebruik (Demerouti et al., 2001) en is reeds in talle polisie-spesifieke studies gebruik (Bakker & Heuven, 2006; Berg et al., 2006; Ranta & Sud, 2008). Zalaquett en Wood (1997) rapporteer betroubaarheid van tussen 0.71 en 0.90 vir hierdie meetinstrument. Die betroubaarheid en geldigheid van die MBI is reeds aanvaar in Suid-Afrikaanse studies (Storm & Rothman, 2002; Smit, 2006). Die alfa-koeffisiënte van die MBI-subskale van die huidige studie word in Tabel 3.4 verskaf. Die alfa-koeffisiënte gerapporteer deur Maslach et al., (1996) verskyn ook in Tabel 3.4 vir vergelykingsdoeleindes tussen die twee stelle alfa-koeffisiënte.

Tabel 3.4: Verskille in alfa-koeffisiënte van die MBI.

Subskale	Maslach et al., 1996	Huidige studie
Depersonalisasie	0.79	0.75
Emosionele uitputting	0.90	0.90
Persoonlike bereiking	0.71	0.78

Duidelike of groot verskille is nie tussen die alfa-koeffisiënte van die twee studies sigbaar nie. Al drie die subskale se alfa-koeffisiënte lê na aan mekaar, waar die subskaal van emosionele uitputting presies ooreenstem.

3.8.3 DIE DISPOSISIONELE VEERKRAGTIGHEIDSKAAL (DRS-15) – GEHARDHEID

Gehardheid word gemeet met die Disposisionele veerkragtigheidskaal (DRS -15) – Gehardheid (Bartone, 1995). Die meetinstrument bevat positiewe, sowel as negatiewe items en dek die konseptueel belangrike gehardheidsfasette van verbintenis, beheer en uitdaging. Die vraelys bestaan uit 15 items, positief sowel as negatief. Die items is stellings, waarop die deelnemer op 'n Likert-skaal reageer vanaf 0 (glad nie waar nie) tot 3 (heeltmaal waar). Hierdie kort skaal behou die voordele van bondigheid, goeie interne betroubaarheid en geldigheid. 'n Hoë telling betreffende gehardheid word geassosieer met suksesvolle stresmoderering en -hantering (Bartone, 2007).

3.8.3.1 Rasionaal vir gebruik van die DRS-15

Die DRS-15 is 'n kort meetinstrument en dek die drie hoofdimensies van die konsep van gehardheid, naamlik verbintenis, beheer en uitdaging. Hierdie meetinstrument word suksesvol gebruik in studies onder militêre personeel (Bartone, 1999, 2006; Bartone et al., 2008). Cronbach-koëffisiënte tussen 0.70 en 0.77 vir die subskale, sowel as 0.83 vir die algehele skaal is bewys. Die toets-hertoets betroubaarheidskoëffisiënt vir hierdie meetinstrument is 0.78, terwyl die alfa-koëffisiënt 0.82 is. Betroubaarheid en geldigheid van die DRS-15 is nog nie in die Suid-Afrikaanse konteks vasgestel nie. Alfa-koëffisiënte van die oorspronklike ontwikkelingsstudie word in Tabel 3.5 vergelyk met dié van die huidige studie.

Tabel 3.5 Verskille in alfa-koëffisiënte van die DRS-15

Subskale	Bartone (1995)	Huidige studie
Verbintenis	0.77	0.75
Beheer	0.71	0.56
Uitdaging	0.70	0.48

Uit Tabel 3.5 blyk dit dat die subskale (Verkry deur Bartone, 2007), beheer en uitdaging relatief groot verskille in alfa-koëffisiënte wys teenoor dié van die huidige studie. Alfa-koëffisiënte op die subskale van beheer (0.56) en uitdaging (0.48) in die huidige studie is laag en moet dus, volgens Nunnally en Bernstein (1994) se riglyne, versigtig geïnterpreteer word, maar is soms aanvaarbaar by die gebruik van nie-kognitiewe meetinstrumente.

3.8.4 DIE VERDEDIGINGSTYLVRAELYS (DSQ-40)

Verdedigingsmeganismes word gemeet met die Verdedigingstylvraelys, DSQ-40 (Andrews, Singh & Bond, 1993). Die DSQ-40 assesseeer bewuste derivatiewe van onbewuste verdedigingsmeganismes (Yilmaz & Gençöz, 2007). Hierdie selfrapporteringsmeetinstrument bestaan uit 40 items en elke verdedigingsmeganisme word deur twee items voorgestel. Elke item word geëvalueer op 'n Likert-skaal van 1 (wat 'n volkome verskil aandui) tot 9 (wat volkome instemming aandui). Die instrument bestudeer 'n individu se geneigdheid teenoor drie verskillende verdedigingstyle (neuroties, volwasse en onvolwasse), sowel as twintig individuele verdedigingsmeganismes (Engelhardt, 2008). Onvolwasse verdedigingsmeganismes sluit projeksie, passiewe aggressie, uitbarstings, isolasie, devaluasie, outistiese fantasie, ontkenning, verplasing, dissosiasie, splitsing, rasionalisasie en somatisering in. Volwassenes met onvolwasse verdedigingsmeganismes word geassosieer met 'n verhoogde risiko vir patologie en wanaanpassing (Bowins, 2004; Kwon, 2000; Patrick, 2005). Neurotiese

of intermediêre verdedigingsmeganismes behels 'n hoër graad van kognitiewe distorsies en verteenwoordig dikwels 'n poging om aansienlike interne of eksterne stressore te hanteer. 'n Voorbeeld hiervan is die gebruik van intellektualisering. Intellektualisering verander gebeure tot 'n groot mate na nie-emosionele ervarings deur middel van die oor-gebruik van bewuste gedagteprosesse (Bowins, 2004). Volwasse verdedigingsmeganismes behels 'n relatiewe lae vlak van kognitiewe distorsies en bestaan grootliks uit die versagting van onwelkome ervarings. Geen realiteitsdistorsie word benodig om hierdie selfverdedigende funksie te dien nie.

3.8.4.1 Rasionaal vir gebruik van die DSQ-40

Toets-hertoetsbetroubaarheid vir die drie verdedigingsfaktore (onvolwasse, neuroties en volwasse) varieer vanaf 0.75 tot 0.85. Vir die individuele verdedigingsmeganismes varieer die hertoets betroubaarheid tussen 0.38 en 0.80. Alfa-koëffisiënte is getoets op 712 Amerikaanse individue en wissel tussen 0.58 en 0.80 vir die verdedigingsfaktore (Cramer, 2006). Alhoewel betroubaarheid en geldigheid van die DSQ-40 tot dusver nie in die Suid-Afrikaanse konteks vasgestel is nie, word hierdie meetinstrument gebruik om die deelnemers se verdedigingstyle te beskryf in die konteks van uitbranding en die moontlike beskermingseffek wat dit teen uitbranding kan hê. Tabel 3.6 vergelyk Andrews et al., (1993) se alfa-koëffisiënte met dié van die huidige studie.

Tabel 3.6: Verskille in alfa-koëffisiënte van die DSQ-40

Subskaal	Andrews et al., (1993)	Huidige studie
Volwasse verdedigingsmeganismes	0.78	0.82
Neurotiese verdedigingsmeganismes	0.58	0.59
Onvolwasse verdedigingsmeganismes	0.80	0.73

Indien die huidige onderzoeksgroep vergelyk word met die van Andrews et al. (1993), word geen noemenswaardige verskille in Tabel 3.6 opgemerk nie.

3.9 STATISTIESE PROSEDURE

Beskrywende statistieke (gemiddeldes en standaardafwykings) is bereken vir alle skale en subskale in die studie. Cronbach alfa-koëffisiënte is bereken vir hierdie steekproef om die interne konsekwentheid van al die meetinstrumente te ondersoek. Dit is gedoen deur Cronbach se alfa-koëffisiënte met behulp van die SPSS-rekenaarprogrammatuur (SPSS Incorporated, 2009). Die data wat ingesamel is, is met behulp van hiërargiese regressie-analise geanaliseer, met uitbranding as afhanklike veranderlike. Die relatiewe bydraes van gehardheid en verdedigingsmeganismes tot die verklaring van die variansie van uitbranding is ondersoek.

Om die geformuleerde navorsingshipotese te ondersoek, is hiërargiese regressie-ontledings uitgevoer word. In hierdie geval is gehardheid en verdedigingsmeganismes die voorspeller veranderlikes, terwyl die kriterium veranderlike uitbranding is. Die werkswyse wat gevolg is, was om eerstens die totale variansie wat deur die voorspeller veranderlikes gesamentlik verklaar is (volledige model) ten opsigte van die kriterium (uitbranding) te bepaal. Daarna is die bydrae van die stel veranderlikes (gehardheid en verdedigingsmeganismes) ondersoek, asook om die unieke bydrae van elke individuele voorspeller tot die verklaring van die variansie in uitbranding te bepaal. Die persentasievariensie wat deur 'n spesifieke veranderlike(s) verklaar word, word deur R^2 (gekwadreeerde meervoudige korrelasiekoëffisiënt) aangetoon.

Om te bepaal of 'n spesifieke veranderlike of stel veranderlikes se bydrae tot die R^2 -waarde statisties beduidend is, is dit by wyse van die hiërargiese F -toets ondersoek. Wanneer die beduidendheid van 'n toename in R^2 ondersoek word, is dit ook nodig

om die effekgrootte van die bydrae wat 'n bepaalde voorspeller(s) lewer, te bereken. Die effekgrootte verskaf 'n aanduiding van die bydrae tot R^2 in terme van die proporsie onverklaarde variansie van die volledige model. Volgens Cohen (in Steyn, 1999) kan die volgende riglynwaardes (f^2) by regressie-ontledings gebruik word :0,01 = klein effek; 0,15 = medium effek en 0,35 = groot effek.

3.10 SAMEVATTING

Hierdie hoofstuk se fokus was gerig op die navorsingsontwerp, navorsingsdoelwitte, navorsingsvrae, navorsingshipotese, die proefpersone, die proses van data-insameling, etiese implikasies, die betrokke meetinstrumente en statistiese prosedures. In die volgende hoofstuk word die resultate van die studie, sowel as 'n bespreking daarvan uiteengesit.

HOOFSTUK 4

RESULTATE EN DIE BESPREKING DAARVAN

4.1 INLEIDING

In hierdie hoofstuk word bevindinge van die huidige studie gerapporteer. Dit behels 'n beskrywing oor die aanwesigheid van uitbranding onder die deelnemers en die voorkoms van uitbranding in terme van die biografiese veranderlikes se onderskeie kategorieë. Die bespreking van resultate behels die beskrywende statistiek van die afhanklike veranderlikes en die korrelasiekoëffisiënte tussen uitbranding, gehardheid en verdedigingsmeganismes. Dit word gevolg deur die resultate van die hiërargiese regressieontleding. .

4.2 BESKRYWENDE STATISTIEK

Voordat die geformuleerde navorsingshipotese ondersoek word, is die beskrywende statistieke (gemiddeldes en standaardafwykings) ten opsigte van die veranderlikes vir die totale groep bereken en word in Tabel 4.1 verskaf.

Tabel 4.1: Gemiddeldes en standaardafwykings vir die totale ondergroep

Veranderlikes	\bar{X}	s
MBI: Depersonalisasie	8,97	7,14
Emosionele uitputting	17,08	12,86
Persoonlike bereiking	32,91	9,35
DRS: Verbintenis	11,20	3,04
Beheer	11,89	2,42
Uitdaging	7,62	2,65
DSQ: Onvolwasse verdedigingsmeganismes	80,52	22,66
Neurotiese verdedigingsmeganismes	42,03	10,37
Volwasse verdedigingsmeganismes	78,34	15,74

In terme van tellings op die MBI blyk dit dat daar nie veel verskille voorkom as dit vergelyk word met Maslach et al. (1996) se studie waartydens die meetinstrument gestandaardiseer was nie. Die vergelykende gemiddeldes en standaardafwykings word verskaf in Tabel 4.2.

Tabel 4.2: Gemiddeldes en standaardafwykings van die huidige studie teenoor dié van Maslach et al. (1996).

MBI Veranderlikes	Huidige studie		Maslach et al., (1996)	
	\bar{X}	s	\bar{X}	s
Depersonalisasie	8.97	7.14	8.11	6.15
Emosionele uitputting	17.08	12.86	21.42	11.05
Persoonlike bereiking	32.91	9.35	36.43	7.00

Uit Tabel 4.2 blyk dit dat die gemiddelde telling van emosionele uitputting verskil van die telling verkry in die huidige studie. Waar die gemiddeld van die huidige studie 17.08 was, is 'n hoër telling van 21.42 deur Maslach et al. (1996) gerapporteer. Hierdie verskil impliseer dat die groep deelnemers aan hierdie studie laer vlakke van emosionele uitputting toon as die deelnemers aan dié van Maslach et al. (1996). Die deelnemers in Maslach et al. (1996) se studie het uit 'n verskeidenheid gesondheidsdiensverskaffers bestaan. Die gemiddelde telling van persoonlike bereiking in die huidige studie is laer as in die studie van Maslach et al. (1996). Die huidige studie het 'n gemiddeld van 32.91 betreffende persoonlike bereiking, terwyl dié van Maslach et al. (1996) 'n gemiddeld van 36.43 het. Hierdie verskil impliseer dat die groep deelnemers aan hierdie studie laer vlakke van persoonlike bereiking besit as dié van Maslach et al. (1996).

'n Studie onder polisieledes in die Vrystaat, deur Klopper (2003), meld laer gemiddelde tellings op van die subskale van uitbranding. Die gemiddelde tellings van hierdie groep polisieledes was 6.67 betreffende depersonalisasie, 12.34 vir emosionele uitputting en 20.08 rakende persoonlike bereiking (Klopper, 2003). Dit wil dus voorkom, met uitsondering op die subskaal van persoonlike bereiking, dat polisieledes in die huidige studie hoër vlakke van uitbranding toon as dié van Klopper (2003) se studie. Hierdie bevinding kan moontlik toegeskryf word aan die aard van die betrokke deelnemers. Volgens Taylor (2002) is die operasionele take van polisieledes in hoë-risiko eenhede (soos die deelnemers in hierdie studie) meer stresvol van aard as dié van ander polisieledes (soos in die studie van Klopper, 2003).

4.3 DIE VLAKKE VAN UITBRANDING VAN SAPD-LEDE IN HOË RISIKO EENHEDE

Aangesien uitbranding die kriterium van die studie is, is besluit om ook die vlakke van uitbranding (op die drie subskale) wat die SAPD-lede in hoë-risiko eenhede ondervind, te bereken. Vir hierdie doel is die ondersoekgroep se tellings in laag, gemiddeld en hoog verdeel en wel volgens die riglyne wat in die handleiding van die *Maslach Burnout Inventory* (MBI) verskaf word. Die riglyne waarvolgens hierdie indekse (laag, gemiddeld en hoog) verdeel kan word, word vir verskillende beroepsgroepe in die handleiding verskaf. Daar is besluit om met die beroepsgroep “Ander” (ook polisiebeamptes in hierdie groep, volgens die MBI-handleiding) se indekse te werk, aangesien dit die mees vergelykbare groep (met hierdie ondersoekgroep) is. Hierdie indekse verskyn onderaan Tabel 4.3. Tabel 4.3 toon die persentasie SAPD-lede in hoë-risiko eenhede aan wat lae, gemiddelde en hoë vlakke van uitbranding in die drie komponente (emosionele uitputting, depersonalisasie en persoonlike bekwaamheid) ervaar.

Tabel 4.3: Persentasies van polisielede rakende die onderskeie vlakke van Uitbranding, volgens die drie komponente van die MBI (N=365)

	Laag	N	Gemiddeld	N	Hoog	N
Emosionele uitputting (ee)	56,4%	206	21,9%	80	21,6%	79
Depersonalisasie (dp)	35,9%	131	26,8%	98	37,3%	136
Persoonlike bekwaamheid (pb)	27,7%	101	26,0%	95	46,3%	169

Die volgende routellings is gebruik om persone as laag, gemiddeld of hoog te klassifiseer:

Emosionele uitputting: laag ≤ 16 ; gemiddeld 17-27; hoog ≥ 28 ; Depersonalisasie: laag ≤ 5 ; gemiddeld 6-10; hoog ≥ 11 ; Persoonlike bekwaamheid: laag ≥ 40 ; gemiddeld 39-34; hoog ≤ 33 .

Die resultate in Tabel 4.3 toon aan dat 21,6% van die SAPD-lede hoë vlakke van emosionele uitputting toon, terwyl meer as 'n derde (37,3%) hoë vlakke van depersonalisasie toon. Ongeveer die helfte van die groep ondervind hoë vlakke van persoonlike bekwaamheid en lae vlakke van emosionele uitputting.

Verdere ondersoek is ingestel na die verspreiding van die SAPD-lede rakende die biografiese veranderlikes vir diegene wat a) **hoog** betreffende emosionele uitbranding (n=79); b) **hoog** aangaande depersonalisasie (n=136) en c) **laag** rakende persoonlike bekwaamheid (n=101) lê. In Tabel 4.4 word die aantal persone wat deel van die drie kategorieë vorm, se verspreiding in terme van die biografiese veranderlikes se onderskeie kategorieë aangetoon. Die persentasies wat aangedui word (kyk donker gedeeltes), is bereken deur die aantal persone in daardie spesifieke kategorie as 'n persentasie van die totale groep in daardie kategorie te bereken. [Byvoorbeeld 15 van die 44 met 'n kapteinsrang, naamlik 34,1%, val binne die kategorie met hoë emosionele uitputting.]

Tabel 4.4: Uitbranding in terme van die biografiese veranderlikes se onderskeie kategorieë

Biografiese veranderlikes	Totale groep		Hoog op Emosionele uitputting		Hoog op Depersonalisasie		Laag op persoonlike bereiking	
	N	%	N	%	N	%	N	%
Rang								
Reservis	11	3,0	1	9,1	3	27,3	2	18,2
Konstabel	67	18,4	7	10,4	16	23,9	23	34,3
Sersant	42	11,5	10	23,8	12	28,6	4	9,5
Inspekteur	182	49,9	41	22,5	82	45,1	54	29,7
Kaptein	44	12,1	15	34,1	18	40,9	14	31,8
Superintendent	13	3,6	4	30,8	5	38,5	4	30,8
Senior superintendent	3	0,8	0	0,0	0	0,0	0	0,0
Ras								
Bruin	13	3,6	1	7,7	3	23,1	3	23,1

Indiër	5	1,4	0	0,0	1	20,0	0	0,0
Wit	164	44,9	42	25,6	77	47,0	34	20,7
Swart	183	50,1	36	19,7	55	30,1	64	35,0
Eenheid								
PES	122	33,4	21	17,2	49	40,2	41	33,6
LCRC	61	16,7	12	19,7	17	27,9	14	23,0
ACCU	32	8,8	7	21,9	13	40,6	4	12,5
Duik	8	2,2	2	25,0	5	62,5	2	25,0
Speurder	142	38,9	37	26,1	52	36,6	40	28,2
Huwelikstatus								
Getroud	237	64,9	50	21,1	88	37,1	60	25,3
Geskei	48	13,2	13	27,1	23	47,9	18	37,5
Enkel ouer	50	13,7	11	22,0	16	32,0	15	30,0
Uitmekaar	5	1,4	2	40,0	2	40,0	1	20,0
Gemene reg	7	1,9	1	14,3	3	42,9	4	57,1
Enkel	18	4,9	2	11,1	4	22,2	3	16,7

Vanuit Tabel 4.4 is die vernaamste tendense soos volg:

- 1) Kapteins rapporteer hoë tellings met betrekking tot sowel emosionele uitputting (34.1%) as depersonalisasie (40.9%). Inspekteurs wys hoër vlakke van depersonalisasie (45.1%), terwyl sersante 'n baie lae vlak van persoonlike bereiking (9.5%) toon.
- 2) Blanke lede manifesteer met 'n hoër telling van depersonalisasie (47%), terwyl swart lede eerder 'n hoër telling in emosionele uitputting (50.1%) weerspieël.
- 3) Die duikeenheid wys 'n baie hoë telling van depersonalisasie (62.5%).
- 4) Die inligting rakende die lede se huwelikstatus weerspieël dat geskeide individue hoër tellings van depersonalisasie rapporteer, terwyl diegene wat van bed en tafel geskei is, hoër vlakke van emosionele uitputting (40%), sowel as depersonalisasie (40%) toon.

4.4 DIE VERBAND TUSSEN ONAFHANKLIKE VERANDERLIKES EN UITBRANDING

Die verband tussen die voorspeller veranderlikes en uitbranding (3 skale) is ondersoek. Vir hierdie doel is Pearson se produkmomentkorrelasiekoëffisiënte bereken. Dit is vir die totale ondersoekgroep gedoen en die resultate verskyn in Tabel 4.5.

Tabel 4.5: Korrelasies tussen voorspellers en kriteria vir die totale groep (N = 365)

Veranderlikes	Verbintenis	Beheer	Uitdaging	Onvolwasse verdedigingsmeganismes	Neurotiese verdedigingsmeganismes	Volwasse verdedigingsmeganismes
Emosionele uitputting	-0,461*	-0,243*	-0,205*	0,362*	0,087	-0,051
Depersonalisasie	-0,413*	-0,291*	-0,224*	0,324*	0,062	-0,013
Persoonlike bereiking	0,420*	0,412*	0,197*	-0,051	0,059	0,297*
Verbintenis (CM)	-	0,592*	0,259*	-0,214*	0,072	0,311*
Beheer (CO)		-	0,204*	-0,181*	0,072	0,237*
Uitdaging (CH)			-	-0,113	-0,008	0,062
Onvolwasse verdedigingsmeganismes (MD)				-	0,588*	0,444*
Neurotiese verdedigingsmeganismes (ID)					-	0,512*
Volwasse verdedigingsmeganismes (AD)						-

* $p \leq 0,01$

Uit Tabel 4.5 blyk die volgende:

- A. Al drie die gehardheidskale (verbintenis, beheer en uitdaging) op die 1%-peil korreleer beduidend met emosionele uitputting (as uitbranding). In al drie die gevalle is die verhoudings negatief, sodat aanvaar word dat hoe hoër die vlakke van emosionele uitputting is wat die SAPD-lede in hoër risiko-eenhede ervaar, hoe laer neig die respondente se vlakke van gehardheid (op al drie skale). Voorts wys die onvolwasse verdedigingsmeganismeskaal ook op die 1%-peil 'n beduidende verband met emosionele uitputting. In hierdie geval is die verhouding positief, wat daarop dui dat hoe hoër die vlak van emosionele uitputting, hoe hoër die neiging tot die gebruik van onvolwasse verdedigingsmeganismes is. Onvolwasse verdedigingsmeganismes behels die mees ekstreme kognitiewe distorsies en kan selfs met tye die realiteit verhinder. Behalwe vir gesonde individue onder die ouderdom van 15 jaar, kom hierdie verdedigingsmeganismes ook voor by mense met persoonlikheidsversteurings (byvoorbeeld verplasing met paranoïde persoonlikheidsversteuring), of mense onder erge stres (Bowins, 2004).
- B. Soos in die geval met emosionele uitputting, korreleer al drie die gehardheidskale (verbintenis, beheer en uitdaging) op die 1%-peil beduidend met depersonalisasie (as uitbranding). In al drie die gevalle is die verhoudings ook negatief, sodat aanvaar word dat hoe hoër die vlak van depersonalisasie is wat die SAPD-lede in hoër-risiko eenhede ervaar, hoe laer neig die respondente se vlakke van gehardheid (op al drie skale). Verder toon die onvolwasse verdedigingsmeganisme ook op die 1%-peil 'n beduidende verband met depersonalisasie. In hierdie geval is die verhouding positief, wat daarop dui dat hoe hoër die vlak van depersonalisasie, hoe hoër die neiging tot die gebruik van onvolwasse verdedigingsmeganismes.

C. Laastens korreleer al drie die gehardheidskale (verbintenis, beheer en uitdaging) ook op die 1%-peil beduidend met persoonlike bereiking (as uitbranding). In al drie hierdie gevalle is die verhouding positief, sodat aanvaar word dat hoe hoër die vlak van persoonlike bereiking is wat die SAPD-lede in hoë-risiko eenhede ervaar, hoe hoër neig die respondente se vlakke van gehardheid (op al drie skale). Die volwasse verdedigingsmeganisme op die 1%-peil dui 'n beduidende verband met persoonlike bereiking aan. Die verhouding wat verkry is, is positief, wat daarop dui dat hoe hoër die vlak van persoonlike bereiking, hoe hoër die respondent se neiging tot die gebruik van volwasse verdedigingsmeganismes. Volwasse verdedigingsmeganismes behels 'n relatiewe lae vlak van kognitiewe distorsies en bestaan grootliks uit die versagting van onwelkome ervarings, byvoorbeeld stresvolle situasies (Bowins, 2004; Kwon, 2000; Patrick, 2005).

4.5 RESULTATE VAN HIËRARGIESE REGRESSIE-ONTLEDINGS

Hiërargiese regressie-ontledings is uitgevoer ten einde te bepaal of die bydraes van die verskillende voorspeller veranderlikes tot die verklaring van die variansie in uitbranding van SAPD-lede in hoë-risiko eenhede wel beduidend is. Aangesien uitbranding deur drie komponente gemeet word, is die ontledings vir elk van hierdie kriteria afsonderlik gedoen. Let daarop dat die bepaalde voorspeller se bydrae nie alleen bepaal is nie, maar ook die stel veranderlikes; daar is dus telkens twee stelle. Die eerste stel is gehardheid en die tweede is verdedigingsmeganismes.

Die resultate vir **emosionele uitputting** as uitbrandingskomponent word in Tabel 4.6 verskaf.

Tabel 4.6: Bydraes van die verskillende veranderlikes tot R² vir emosionele uitputting

Veranderlike in ontleding	R ²	Bydrae tot R ² : volledige minus kleiner model	F	f ²
1. [gehardheid]+[verdediging]	0,301	1-5=0,079	13,487*	0,11
2. [gehardheid]+onvolwasse	0,294	2-5=0,072	36,714*	0,10
3. [gehardheid]+neurotiese	0,236	3-5=0,014	6,597	-
4. [gehardheid]+volwasse	0,231	4-5=0,009	4,213	-
5. [gehardheid]	0,222			
6. [verdediging]+[gehardheid]	0,301	6-10=0,108	18,438*	0,15
7. [verdediging]+verbintenis	0,291	7-10=0,098	49,760*	0,14
8. [verdediging]+beheer	0,202	8-10=0,009	4,061	-
9. [verdediging]+uitdaging	0,212	9-10=0,019	8,680*	0,02
10. [verdediging]	0,193			

* p ≤ 0,01

Die resultate in Tabel 4.6 dui eerstens aan dat al die voorspeller veranderlikes gesamentlik 30,1% (R² = 0,301) van die variansie by **emosionele uitputting** van SAPD-lede in hoë-risiko eenhede verklaar. Hierdie berekende R²-waarde is op die 1%-peil beduidend [$F_{6;358} = 25,740$; $p < 0,0001$].

Die **verdedigingskale** (drie skale gesamentlik) lewer op die 1%-peil [$F_{(3;361)} = 13,487$] wel 'n beduidende bydrae tot die verklaring van die variansie by emosionele uitputting van SAPD-lede in hoë-risiko eenhede. Dié stel veranderlikes verklaar 7,9% van die variansie betreffende emosionele uitputting. Die ooreenstemmende *f*-waarde (0,11) is aanduidend van 'n resultaat met matige praktiese waarde. Wanneer na die verdedigingskale afsonderlik gekyk word, blyk uit Tabel 4.6 dat ongesonde verdedigingsmeganismes wel op die 1%-peil 'n beduidende bydrae tot die verklaring

van die variansie by emosionele uitbranding lewer. Die ooreenstemmende effekgrootte is aanduidend van 'n klein tot medium effek en die resultaat moet dus versigtig geïnterpreteer word.

In tabel 4.5 word aangetoon dat 'n positiewe korrelasie tussen onvolwasse verdedigingsmeganismes en emosionele uitputting voorkom, wat op die 1%-peil beduidend is. Hieruit kan afgelei word dat hoe meer die individu neig tot die gebruik van ongesonde verdedigingsmeganismes, hoe hoër sal die individu se vlak van emosionele uitputting wees, wat beteken dat die gebruik van ongesonde verdedigingsmeganismes gedeeltelik na uitbranding kan lei. Hierdie afleiding beteken dat die individu, volgens Bowins (2004); Kwon (2000) en Patrick (2005), gebruik maak van projeksie, passiewe aggressie, uitbarstings, isolasie, devaluasie, outistiese fantasie, ontkenning, verplasing, dissosiasie, splitsing, rasionalisasie en somatisering om stresvolle lewensgebeure te hanteer. Hierdie klas van verdedigingsmeganismes word geassosieer met 'n verhoogde risiko vir patologie en die ontwikkeling van wanaanpassing by stresvolle situasies en dus 'n verdere risiko vir uitbranding (Bowins, 2004; Cramer, 2006; Kwon, 2000; Patrick, 2005)

Die **gehardheidskale** (drie skale gesamentlik) lewer op die 1%-peil [$F_{(3;361)} = 18,438$] wel 'n beduidende bydrae tot die verklaring van die variansie in emosionele uitputting van SAPD-lede in hoë-risiko eenhede. Dié stel veranderlikes verklaar 10,8% van die variansie by emosionele uitputting. Die ooreenstemmende f -waarde (0,15) is aanduidend van 'n resultaat met matige praktiese waarde. Wanneer na die gehardheidskale afsonderlik gekyk word, blyk uit Tabel 4.4 dat sowel verbintenis as uitdaging op die 1%-peil beduidende bydraes tot die verklaring van die variansie by emosionele uitbranding maak. Veranderlikes, verbintenis en beheer verklaar onderskeidelik 9,8% en 1,9% van die variansie by emosionele uitputting. Die ooreenstemmende effekgroottes toon egter aan dat slegs die bevinding rakende verbintenis van matige praktiese belang is.

In Tabel 4.3 is reeds aangetoon dat 'n negatiewe verband tussen verbintenis en emosionele uitputting voorkom, wat op die 1%-peil beduidend is. Hierdie negatiewe verband beteken dat hoe hoër die individu se vlak van uitbranding, hoe minder sy/haar vlak van verbintenis ('n Sin van doel en betekenis, uitgedruk deur middel van betrokkenheid in die lewese gebeurtenisse, in plaas van passiewe deelname daarin, volgens Lambert et al., 2003). Hoe meer die individu dus betrokke sou wees by lewensgebeure en hoe meer die individu die doel en betekenis in die leweraaksies, hoe laer sal sy/haar vlak van emosionele uitputting wees. Gevolglik sal die vlak van uitbranding ook laer wees.

Die resultate van **depersonalisasie** as uitbrandingskomponent word in Tabel 4.7 verskaf.

Tabel 4.7: Bydraes van die verskillende veranderlikes tot R² vir depersonalisasie

Veranderlike in ontleding	R ²	Bydrae tot R ² : volledige minus kleiner model	F	f ²
1. [gehardheid]+[verdediging]	0,246	1-5=0,058	9,179*	0,08
2. [gehardheid]+onvolwasse	0,241	2-5=0,053	25,138*	0,07
3. [gehardheid]+neuroties	0,196	3-5=0,005	3,582	-
4. [gehardheid]+volwasse	0,203	4-5=0,015	6,775*	0,02
5. [gehardheid]	0,188			
6. [verdediging]+[gehardheid]	0,246	6-10=0,099	15,668*	0,13
7. [verdediging]+verbintenis	0,234	7-10=0,087	40,887*	0,11
8. [verdediging]+beheer	0,177	8-10=0,030	13,123*	0,04
9. [verdediging]+uitdaging	0,174	9-10=0,027	11,767*	0,03
10. [verdediging]	0,147			

* p ≤ 0,01

Die resultate in Tabel 4.7 dui eerstens aan dat al die voorspeller veranderlikes gesamentlik 24,6% ($R^2 = 0,246$) van die variansie in **depersonalisasie** van SAPD-lede in hoë-risiko eenhede verklaar. Hierdie berekende R^2 -waarde is op die 1%-peil beduidend [$F_{6;358} = 19,471$; $p < 0,0001$].

Die **verdedigingskale** (drie skale gesamentlik) lewer op die 1%-peil [$F_{(3;361)} = 9,179$] wel 'n beduidende bydrae tot die verklaring van die variansie in depersonalisasie van SAPD-lede in hoë-risiko eenhede. Dié stel veranderlikes verklaar 5,8% van die variansie in depersonalisasie. Die ooreenstemmende f -waarde (0,08) is aanduidend van 'n resultaat met geringe praktiese waarde en moet dus versigtig geïnterpreteer word.

Wanneer na die verdedigingskale afsonderlik gekyk word, blyk uit Tabel 4.5 dat onvolwasse verdedigingsmeganismes en volwasse verdedigingsmeganismes op die 1%-peil beduidende bydraes tot die verklaring van die variansie in depersonalisasie lewer. Ongesonde en gesonde verdedigingsmeganismes verklaar onderskeidelik 5,3% en 1,5% van die variansie in depersonalisasie. Die ooreenstemmende effekgroottes toon egter aan dat vir beide hierdie voorspellers die bevinding van geringe praktiese belang is. Vanuit hierdie resultaat kan afgelei word dat die gebruik van ongesonde, sowel as gesonde verdedigingsmeganismes geen beduidende rol in die depersonalisasie komponent van uitbranding speel nie. Depersonalisasie kan dus nie toegeskryf word aan die gesonde of ongesonde neiging tot die gebruik van verdedigingsmeganismes nie.

Die **gehardheidskale** (drie skale gesamentlik) lewer op die 1%-peil [$F_{(3;361)} = 15,668$] wel 'n beduidende bydrae tot die verklaring van die variansie in depersonalisasie van SAPD-lede in hoë-risiko eenhede. Dié stel veranderlikes verklaar 9,9% van die variansie in depersonalisasie. Die ooreenstemmende f -waarde (0,13) is aanduidend van 'n resultaat met matige praktiese waarde. Wanneer na die gehardheidskale afsonderlik gekyk word, blyk uit Tabel 4.5 dat al drie die skale (verbintenis, beheer en uitdaging) op die 1%-peil beduidende bydraes tot die verklaring van die

variansie in depersonalisasie lewer. Hierdie drie skale verklaar onderskeidelik 8,7%, 3,0% en 2,7% van die variansie in depersonalisasie. Die ooreenstemmende effekgroottes toon egter aan dat slegs die bevinding rakende verbintenis van gemiddelde praktiese belang is. In Tabel 4.3 is daar reeds aangetoon dat 'n negatiewe verband tussen verbintenis en depersonalisasie voorkom, wat op die 1%-peil beduidend is. Hieruit kan afgelei word dat verbintenis weereens 'n rol speel in die individu se vlak van uitbranding. Hoe hoër die persoon se neiging tot verbintenis, hoe laer die vlak van depersonalisasie en hoe laer die algehele vlak van uitbranding.

Die resultate van **persoonlike bereiking** as uitbrandingskomponent word in Tabel 4.8 verskaf.

Tabel 4.8: Bydraes van die verskillende veranderlikes tot R² vir persoonlike bereiking

Veranderlike in ontleding	R ²	Bydrae tot R ² : volledige minus kleiner model	F	f ²
1. [gehardheid]+[verdediging]	0,255	1-5=0,031	4,966*	0,04
2. [gehardheid]+ongesonde	0,227	2-5=0,003	1,397	-
3. [gehardheid]+neuroties	0,224	3-5=0,000	0,000	-
4. [gehardheid]+gesond	0,250	4-5=0,026	12,480*	0,03
5. [gehardheid]	0,224			
6. [verdediging]+[gehardheid]	0,255	6-10=0,125	20,022*	0,17
7. [verdediging]+verbintenis	0,214	7-10=0,084	38,473*	0,11
8. [verdediging]+beheer	0,223	8-10=0,093	43,089*	0,12
9. [verdediging]+uitdaging	0,152	9-10=0,022	9,340*	0,03
10. [verdediging]	0,130			

* p ≤ 0,01

Die resultate in Tabel 4.8 dui eerstens aan dat al die voorspeller veranderlikes gesamentlik 25,5% ($R^2 = 0,255$) van die variansie in persoonlike bereiking van SAPD-lede in hoë-risiko eenhede verklaar. Hierdie berekende R^2 -waarde is op die 1%-peil beduidend [$F_{6;358} = 20,452$; $p < 0,0001$].

Die **verdedigingskale** (drie skale gesamentlik) lewer op die 1%-peil [$F_{(3;361)} = 4,966$] wel 'n beduidende bydrae tot die verklaring van die variansie in persoonlike bereiking van SAPD-lede in hoë-risiko eenhede. Dié stel veranderlikes verklaar 3,1% van die variansie in persoonlike bereiking. Die ooreenstemmende f -waarde (0,04) is aanduidend van 'n resultaat met baie geringe praktiese waarde. Wanneer na die verdedigingskale afsonderlik gekyk word, blyk uit tabel 4.8 dat volwasse verdedigingsmeganismes wel op die 1%-peil 'n beduidende bydrae tot die verklaring van die variansie in persoonlike bereiking lewer. Die ooreenstemmende effekgrootte is egter ook aanduidend van 'n klein effek en die resultaat is dus van geringe praktiese belang.

- Die **gehardheidskale** (drie skale gesamentlik) lewer op die 1%-peil [$F_{(3;361)} = 20,022$] wel 'n beduidende bydrae tot die verklaring van die variansie in persoonlike bereiking van SAPD-lede in hoë-risiko eenhede. Dié stel veranderlikes verklaar 12,5% van die variansie in persoonlike bereiking. Die ooreenstemmende f -waarde (0,17) is aanduidend van 'n resultaat met gemiddelde praktiese waarde. Wanneer na die gehardheidskale afsonderlik gekyk word, blyk uit Tabel 4.6 dat al drie die skale (verbintenis, beheer en uitdaging) op die 1%-peil beduidende bydraes tot die verklaring van die variansie in persoonlike bereiking lewer. Hierdie drie skale verklaar onderskeidelik 8,4%, 9,3% en 2,2% van die variansie in persoonlike bereiking. Die ooreenstemmende effekgroottes toon aan dat die bevindinge rakende verbintenis en beheer van gemiddelde praktiese belang is.

In Tabel 4.3 is daar reeds aangetoon dat positiewe verbande tussen verbintenis en persoonlike bereiking, asook tussen beheer en persoonlike bereiking voorkom, wat op die 1%-peil beduidend is. Verbintenis speel dus in die derde komponent van uitbranding (persoonlike bereiking) ook 'n rol. Hoe meer geneig die individu tot verbintenis is, hoe hoër is sy/haar vlakke van persoonlike bereiking ('n gevoel van self-effektiwiteit, Maslach et al., 1996) en hoe laer die algehele vlak van uitbranding. By hierdie komponent van uitbranding speel beheer (as komponent van gehardheid) ook 'n rol. Beheer is die neiging om te glo en op te tree op 'n wyse wat die lewende gebeurtenisse sal beïnvloed eerder as om hulpeloos te voel wanneer ons met teenspoed gekonfronteer word (Lambert et al., 2003).

4.6 SAMEVATTING

Daar is bevind dat meer as 'n derde (37,3%) van die SAPD-lede hoë vlakke van depersonalisasie toon. Dit blyk voorts dat kapteine en inspekteurs hoër vlakke van uitbranding ervaar en dat die duikeneid baie hoë vlakke van depersonalisasie toon. Laastens is daar ook hoër vlakke van uitbranding gevind by individue wat geskei is en by dié wat van bed en tafel geskei is. Dit kom voor asof die uitbrandingskomponent van depersonalisasie 'n groot rol speel in die algehele vlak van uitbranding by die betrokke deelnemers. 'n Beduidende verband is gevind tussen emosionele uitputting en die gebruik van ongesonde verdedigingsmeganismes. Die gehardheidskomponent van verbintenis was deel van al die skale van uitbranding (emosionele uitputting, depersonalisasie, sowel as persoonlike bereiking). Daar is ook 'n verband tussen beheer en persoonlike bereiking gevind. 'n Samevatting van die resultate, die beperkinge van die studie, sowel as aanbevelings vir verdere navorsing word vervolgens in Hoofstuk 5 bespreek.

HOOFSTUK 5

SAMEVATTING, BEPERKINGE EN AANBEVELINGS

5.1 INLEIDING

Die gevolgtrekkings wat uit die betrokke studie voorspruit vorm die fokus van hierdie slothoofstuk. In hierdie hoofstuk word 'n deeglike oorsig verskaf betreffende belangrike bydraes van die literatuurstudie sowel as die navorsingsbevindinge. Dit sal gevolg word deur 'n opsomming van die beperkinge van die studie en laastens sal aanbevelings vir verdere navorsing en intervensieprogramme gedoen word.

5.2 PERSPEKTIEWE VANUIT DIE LITERATUUR

Wêreldwye literatuur skep 'n duidelike bewustheid van die stresvolle aard en omvang van polisiëring (Berg et al., 2006; Jerano et al., 2007; Malach-Pines & Keinan, 2007). Die diversiteit van polisie-spesifieke stressore se negatiewe gevolge vir polisielede se fisieke, psigologiese en gedragswelstand, indien suksesvolle aanpassing by hul omstandighede nie plaasvind nie, word ook beklemtoon. Hierdie studie is egter vanuit die perspektief van die positiewe sielkunde aangepak en lê klem op die voorkoms van positiewe eienskappe en psigologiese sterktes wat individue in staat stel om, ten spyte van stresvolle lewensomstandighede, steeds psigologiese welstand en algehele gesondheid te handhaaf.

Internasionale (Bakker & Heuven, 2006; Burke & Mikkelsen, 2006; Jerano et al., 2007; Ranta & Sud, 2008), sowel as Suid-Afrikaanse studies (Jorgensen, 2006; Klopper, 2003; Madu & Poodhun, 2006; Rothman, 2003) onder polisielede, het hoë vlakke van uitbranding gevind. Aanbevelings deur vorige studies (Breed et al., 2006; Klopper, 2003; Rothman, 2003; Taylor, 2002) was om meer navorsing te onderneem oor faktore wat die individu kan beskerm teen die ontwikkeling van uitbranding. Die doel van hierdie studie was dus eerstens om die vlakke van uitbranding onder SAPD-lede in hoë-risiko eenhede te bepaal. Verdere doelwitte was om die verband tussen uitbranding en gehardheid, sowel as die verband tussen uitbranding en verdedigingsmeganismes te bepaal, ten einde te bepaal of hierdie faktore wel 'n beskermende rol teen uitbranding kan speel by die betrokke ondersoekgroep.

In hierdie studie is daar dus twee beskermende faktore, naamlik gehardheid (Kobassa, 1979) en verdedigingsmeganismes (Cramer, 1999, 2000, 2006) in ag geneem om vas te stel waarom sommige individue gesond bly in stresvolle omstandighede en ander weens soortgelyke gebeure uitbranding ontwikkel. Die voorstellers van gehardheid teoretiseer dat die komponente van verbintenis, beheer en uitdaging die individu daartoe in staat sal stel om stresvolle lewensgebeure effektief te hanteer om sodoende nie uitbranding te ontwikkel nie (Bartone, 1995, 1999, 2006, 2007a;b, 2008; Garrosa et al., 2006; Judkins et al., 2008; Kobassa, 1979, 1982; & Smith, 1999). Gehardheid kan dus as 'n beskermende faktor betreffende uitbranding beskou word. Kobassa (1979) beskou 'n tekort aan gehardheid as uitbranding. In kontras hiermee hou Jerano et al., (2007) bewyse voor dat persoonlikheidsgehardheid geen beskerming teenoor uitbranding bied nie en dat sekere van die betrokke dimensies selfs positief korreleer met emosionele uitputting. Ten spyte hiervan vind Adler en Dolan (2006), Bartone (2007a), Lambert et al., (2003) en Sarafino (2006) dat gehardheid in 'n wye verskeidenheid beroepe as buffer kan dien teenoor die nadelige gevolge van werkverwante stres en uitbranding.

Gehardheid se oorsprong lê in die veld van eksistensiële sielkunde (Carver, n.d; Lambert et al., 2003). Volgens die eksistensiële teorie is die fundamentele doel van menslike lewe die ontwikkeling van persoonlike betekenis deur middel van besluitneming en aksie in die deurlopende nastrewing van geleenthede (Lambert et al., 2003; Terzi, n.d). Hierdie benadering beskryf individue wat gesond bly ten spyte van die beleving van hoë vlakke van lewenstres, uitbranding, die manifestasie van 'n samehang van houdings, oortuigings en gedragsneigings, wat hul onderskei van diegene wat wel siek word. Eksistensiële neigings bou voort op die kragtigheid van 'n outentieke lewensstyl, van bevoegdheid, toepaslike wedywing en produktiewe oriëntasie, sowel as die verontstelling dat sommige mense onder hoë vlakke van stres funksioneer sonder om siek te word, 'n persoonlikheidsstruktuur het wat hul onderskei van diegene wat wel onder stresvolle omstandighede siek word (Lambert et al., 2003).

Tweedens is die individu se gebruik van verdedigingsmeganismes as beskermingsfaktor teenoor uitbranding in ag geneem. Kocijan et al. (2007) en Pokroy et al. (1999) beskou die beskermingsfunksie van verdedigingsmeganismes as 'n kognitiewe funksie wat optree deur middel van modifikasie, distorsie, of verwydering van stresvolle gedagtes, gevoelens en persepsies. Bowins (2004) beskou verdedigingsmeganismes as 'n kritieke komponent van die mens se kapasiteit vir die instandhouding van emosionele homeostase. Hieronder sal die bewuste verstand meer kwesbaar wees tot negatief-belaaide emosionele insette. Die funksie van verdedigingsmeganismes is tweevoudig: eerstens, om die individu te beskerm teen oormatige angs deur middel van modifikasie, distorsie of verwydering van stresvolle gedagtes, gevoelens en persepsies. Die tweede funksie is om die integrasie van die self te beskerm (Cramer, 2006 & Kocijan et al., 2007). Bowins (2006) beskou die funksie van verdedigingsmeganismes as 'n groot bydrae ten opsigte van geestesgesondheid as 'n modereerder, of buffer teen negatiewe emosies. Die idee is dat verdedigingsmeganismes uitdrukking van impulse beheer, of moduleer, sodat die individu beskerm kan word teen oorweldiging van angs wat veroorsaak sou word deur bewustelike herkenning van onaanvaarbare impulse (in hierdie geval, stres). Hierdie konsep is gevolglik uitgebrei om die gebruik van

verdedigingsmeganismes in te sluit as reaksies op eksterne bronne van stres, sowel as interne kragte, met ander woorde, dryfkragte (Engelhardt, 2008 & Cramer, 2006).

Individue gebruik verskillende tipes verdedigingsmeganismes op 'n ontwikkelende en hiërargiese wyse soos wat hulle verouder. Die verandering vind plaas vanaf besorgdheid om rou impulse met onvolwasse verdedigingsmeganismes te beheer, tot 'n besorgdheid oor ander belangrike mense met neurotiese verdedigingsmeganismes en, laastens, kreatiewe uitdrukking van die self met volwasse verdedigingsmeganismes (Bowins, 2004; Kwon, 2000; Patrick, 2005). Cramer (2006) beweer dat die bestudering van verskillende verdedigingsmeganismes leiding kan gee ten opsigte van terapeutiese intervensie. Die identifisering van verdedigingsmeganismes kan nuttig wees vir groepe of individue wat 'n risiko loop vir die ontwikkeling van geestesversteurings. Dit is ook voordelig om te verstaan hoekom sommige individue vir geestesversteurings kwesbaar is, terwyl ander in dieselfde omgewing veerkragtig daarteen beskerm is (Cramer, 2006).

In die volgende afdeling sal die samevattende bespreking van hierdie studie se gevolgtrekkings voorgestel word.

5.3 BEVINDINGE VAN HIERDIE STUDIE

Die doel van hierdie studie was om die rol van gehardheid en verdedigingsmeganismes teen uitbranding te ondersoek. Die resultate dui aan dat die *Maslach Burnout Inventory* (MBI) betroubaar is en dat dit bruikbaar is vir die Suid-Afrikaanse konteks. In kontras hiermee het die *Dispositional Resilience Scale* onbevredigende alfakoëffisiënte opgelewer. Alfakoëffisiënte op die subskale van beheer (0.56) en uitdaging (0.48) in die huidige studie was laag en moes, volgens Nunnally en Bernstein (1994), versigtig geïnterpreteer word. Een van die redes vir lae alfakoëffisiënte in hierdie subskale kan as gevolg van die kulturele verskille

tussen Amerikaanse en Suid-Afrikaanse steekproewe verklaar word. Nog 'n moontlike verduideliking hiervoor kan wees dat slegs 5.2% van die deelnemers Engels as hul eerste taal gebruik en dus nie al die items op die vraelyste verstaan het nie. Betroubaarheid van die *Defence Mechanism Questionnaire* was ook voldoende vir die betrokke studie. Die gemiddelde tellings en standaardafwykings van die MBI in die huidige studie wys nie groot verskille teenoor dié van Maslach et al. (1996) nie. Die gemiddelde telling betreffende emosionele uitputting verskil, waar die gemiddeld van die huidige studie 21.42 was, teenoor die laer telling van 17.08, gerapporteer deur Maslach et al. (1996). Hierdie verskil impliseer dat die groep deelnemers in hierdie studie hoër vlakke van emosionele uitputting het as die deelnemers in die studie van Maslach et al. (1996). Op al drie die subskale van uitbranding (emosionele uitputting, depersonalisasie en persoonlike bereiking) was die standaardafwykings hoër as dié van Maslach et al. (1996). Dit toon aan dat daar minder variansie in die response van die huidige studie se deelnemers was.

Vlakke van uitbranding het aangedui dat 21,6% van die SAPD-lede hoë vlakke van emosionele uitputting toon, terwyl meer as 'n derde (37,3%) hoë vlakke van depersonalisasie toon. Ongeveer die helfte van die groep ondervind hoë vlakke van persoonlike bekwaamheid en lae vlakke van emosionele uitputting. Dit blyk dus dat depersonalisasie die grootste bydraende komponent tot die betrokke deelnemers se vlak van uitbranding is.

Die enigste beduidende bevindinge in die rol van verdedigingsmeganismes op die vlakke van uitbranding was die gebruik van volwasse en onvolwasse verdedigingsmeganismes. Die gebruik van onvolwasse verdedigingsmeganisme het 'n beduidende verband met emosionele uitputting aangetoon. In hierdie geval is die verhouding positief, wat daarop dui dat hoe hoër die vlak van emosionele uitputting is, hoe hoër die neiging tot die gebruik van onvolwasse verdedigingsmeganismes.

Verder het die gebruik van onvolwasse verdedigingsmeganismes ook 'n beduidende verband met depersonalisasie getoon. In hierdie geval is die verhouding positief, wat daarop dui dat hoe hoër die vlak van depersonalisasie is, hoe hoër die neiging tot die gebruik van onvolwasse verdedigingsmeganismes. Laastens toon die gebruik van volwasse verdedigingsmeganismes 'n beduidende verband met persoonlike bereiking. Die verhouding wat verkry is, is positief, wat daarop dui dat hoe hoër die vlak van persoonlike bereiking is, hoe hoër die respondent se neiging tot die gebruik van volwasse verdedigingsmeganismes.

Dit wil voorkom of gehardheid 'n belangrike rol speel in die verklaring van variansie in uitbranding by SAPD-lede (in hoë-risiko eenhede). Bevindinge ten opsigte van die rol van gehardheid toon aan dat al drie die skale van gehardheid (verbintenis, beheer en uitdaging) 'n verband gewys het met uitbranding. Die rol van verbintenis het egter die mees beduidende verband met al drie die subskale van uitbranding getoon. Dit beteken dus dat hoe hoër die individu se vlak van verbintenis is ('n sin van doel en betekenis, uitgedruk deur middel van betrokkenheid in lewensgebeurtenisse, in plaas van passiewe deelname daarin, Lambert et al., 2003), hoe minder is sy/haar vlak van uitbranding. Dus, hoe meer die individu betrokke sou wees in lewensgebeure en hoe meer die individu die doel en betekenis in die lewe raaksien, hoe laer sal sy/haar vlak van uitbranding wees.

5.4 BEPERKINGE VAN HIERDIE STUDIE

Die resultate van die studie behoort geïnterpreteer te word deur die volgende beperkinge in ag te neem:

- a. Alhoewel Engels die amptelike voertaal van die SAPD is, het slegs 5.2% van die deelnemers Engels as hul eerste taal aangedui. Om die impak van hierdie beperking te minimaliseer, was die navorser teenwoordig by die afneem van vraelyste om moontlike onduidelikhede uit te klaar. Die lae alfa-

koëffisiënte van die *Dispositional Resilience Scale* toon aan dat taal 'n rol kan speel in die interpretasie van die items.

- b. Inligting is verkry deur middel van self-voltooides vraelyste. Sommige van die veranderlikes wat ondersoek is, is slegs deur een vraag gemeet. Die beskikbare items per subskaal mag 'n invloed uitgeoefen het op die diepte en kwaliteit van inligting wat verkry is.

- c. Die beskikbaarheidsteekproefgrootte van 365 deelnemers vanuit ses areas in die Vrystaat is relatief klein en kon moontlik die statistiese beduidendheid van die resultate beïnvloed het, sodat dit nie na die breër eenheid van polisieledes in hoë-risiko eenhede veralgemeen kan word nie.

- d. Leemtes van die kwantitatiewe benadering is 'n tekort aan 'n holistiese analise ten opsigte van die deelnemers se elemente, kontekste, ensovoorts. Die geheel is altyd meer as die som van sy dele (Fouché & Delpont, 2005).

5.5 AANBEVELINGS VIR VERDERE NAVORSING

Op grond van hierdie studie se resultate word die volgende aanbevelings vir verdere navorsing voorgestel:

- ❖ Die vertaling van vraelyste uit Engels in Afrikaans en Sesotho sal voordelig wees met betrekking tot betroubaarheid, sowel as die waarde daarvan ten opsigte van die Suid-Afrikaanse bevolking.

- ❖ Kwalitatiewe navorsing vir die gebruik van verdedigingsmeganismes, saam met die gebruik van projektiewe tegnieke om die tipe verdedigingsmeganisme

wat die individu gebruik vas te stel, sal moontlik beter lig werp op die rol van verdedigingsmeganismes teen uitbranding.

- ❖ Longitudinale studies sou onderneem kon word om die invloed van polisiëring, as 'n situasionele veranderlike, op die psigologiese welstand (spesifiek die vlakke van uitbranding) van polisieledede te ondersoek. Nuwe polisierekrute se vlak van uitbranding, asook die voorspellers daarvan, kan met toetredede tot die SAPD gemeet word. Na afloop van voldoende blootstelling aan die diverse polisie-spesifieke stressore, kan dieselfde groep individue weer ten opsigte van hul vlakke van uitbranding en die voorspellers daarvan, herevalueer word.
- ❖ In die lig van die positiewe verband wat tussen bepaalde begrippe en polisieledede se vlak van uitbranding bestaan, sou 'n hoër vlak van gehardheid en die gebruik van gesonde verdedigingsmeganismes in die keuring van polisieledede vir hoë-risiko eenhede ingesluit kon word.
- ❖ Toekomstige navorsing moet 'n geïntegreerde (kwantitatief, sowel as kwalitatief) benadering volg om die probleem te ondersoek.
- ❖ Gedurende April 2010 het die polisiediens se benaming weer na 'n polisiemag verander. Verandering en transformasie binne die Suid-Afrikaanse Polisie vind dus steeds plaas en verdere navorsing kan in hierdie veld onderneem word.

Verwysingslys

Adler A.B., & Dolan C.A. (2006). Military hardiness as a buffer of psychological health on return from deployment. *Military Medicine*, 171(2), 93-98.

Altmeyer, P. (1980). *The shattered badge*. New York: American Broadcasting Company.

Andrews, G., Singh, M., & Bond, M. (1993). The defence style questionnaire. *Journal of Mental Disorders*, 181, 246-256.

Bakker, A.B., Demerouti, E., Taris, T.W., Schaufeli, W.B., & Schreurs, P.J.G. (2003). A multi-group analysis of the job demands-resources model in four homecare organisations. *International Journal of Stress Management*, 10(1), 16-38.

Bakker, A.B., & Heuven, E. (2006). Emotional dissonance, burnout, and in-role performance among nurses and police officers. *International Journal of Stress Management*, 13(4), 423-440.

Berg, A.M., Hem, E., Lau, B., & Ekeberg, O. (2006). An exploration of job stress and health in the Norwegian police service: A cross sectional study. *Journal of Occupational Medicine and Toxicology*, 1(26), 1-9.

Bartone, P.T. (1995). A short hardiness scale. Paper presented at meeting of the American Psychological Society, New York.

Bartone, P.T. (1999). Hardiness protects against war-related stress in army reserve forces. *Consulting Psychology Journal: Practice and Research*, 51(2), 72-82.

Bartone, P.T. (2006). Resilience under military operational stress: Can leaders influence hardiness?. *Military Psychology*, 18, 131-148.

Bartone, P.T. (2007a). Dispositional Resilience Scale (DRS. 15-R) – Hardiness. Afgelaai van bartone@ndu.edu

Bartone, P.T. (2007b). *Harnessing hardiness – psychological resilience in persons and organisations*. Afgelaai van bartone@ndu.edu

Bartone, P.T. (2007c). Test-retest reliability of the Dispositional Resilience Scale-15, a brief hardiness scale. *Psychological Reports*, 101, 943-944.

Bartone, P.T., Roland, R.R., Picano, J.J., & Williams, T.J. (2008). Psychological hardiness predicts success in US army special forces candidates. *International Journal of Selection and Assessment*, 16(1), 78-81.

Best., R.G., Downey, R.G., & Stapleton, L.M. (2005). Core self-evaluations and job burnout: The test of alternative models. *Journal of Occupational Health Psychology*, 10(4), 441-451.

Bowins, B. (2004). Psychological defence mechanisms: A new perspective. *The American Journal of Psychoanalysis*, 64(1), 1-26.

Bowins, B. (2006). How psychiatric treatments can enhance psychological defence mechanisms. *The American Journal of Psychoanalysis*, 66(2), 173-194.

Brand, T. (2007). *An exploration of the relationship between burnout, occupational stress and emotional intelligence in the nursing industry*. Ongepubliseerde magisterverhandeling, Universiteit van Potchefstroom, Suid-Afrika.

Breed, M., Cilliers, F., & Visser, D. (2006). The factor structure of six salutogenic constructs. *SA Journal of Industrial Psychology*, 32(1), 74-87.

Britt, T.W., Adler, A.B., & Bartone, P.T. (2001). Deriving benefits from stressful events: The role of engagement in meaningful work and hardiness. *Journal of Occupational Health Psychology*, 6(1), 53-63.

Bronfenbrenner, U. (1979). *The ecology of human development*. Cambridge: Harvard University Press.

Bruce, D. (2005). Interpreting the body count: South African statistics on lethal police violence. *South African Review of Sociology*, 36(2), 141-159.

Burke, R.J., & Mikkelsen, A. (2006). Burnout among Norwegian police officers: Potential antecedents and consequences. *International Journal of Stress Management*, 13(1), 64-83.

Carver, C.S. (1989). How should multifaceted personality constructs be tested? Issues illustrated by self-monitoring, attributional style, and hardiness. *Journal of Personality and Social Psychology*, 56(4), 577-585.

Cilliers, F.V.N. (2002). *Burnout – a psychodynamic perspective*. Paper presented at the first South African burnout conference. Potchefstroom, South-Africa.

Cilliers, F.V.N. (2003). A systems psycho-dynamic perspective on burnout. *SA Journal of Industrial Psychology*, 29(4), 26-33.

Coetzee, S.E., & Rothman, S. (2004). An adapted model of burnout for employees at a higher education institution in South-Africa. *SA Journal of Industrial Psychology*, 30(3), 29-40.

Coping with stress within the SAPS (2008). Afgelaai van <http://www.issafrica.org>

Cramer, P. (1999). Ego functions and ego development: Defence mechanisms and intelligence as predictors of ego level. *Journal of Personality*, 67(5), 735-760.

Cramer, P. (2000). Defence mechanisms in psychology today. *American Psychologist*, 55(6), 637-646.

Cramer, P. (2006). *Protecting the self: Defence mechanisms in action*. New York: The Guilford Press.

Crime situation in South-Africa (2009). Afgelaai van http://www.saps.gov.za/saps_profile/strategic_framework/annual_report/2008_2009/2_crime_situation_sa.pdf

De Jager, L.M. (2002). *Burnout, stress and coping in the South African Police Service in Gauteng*. Ongepubliseerde magisterverhandeling, Universiteit van Potchefstroom, Suid-Afrika.

Demerouti, E., Nachreiner, F., Bakker, A.B., & Schaufeli, W.B. (2001). The job demands-resources model of burnout. *Journal of Applied Psychology*, 86(3), 499-512.

Drzewiecki, S. (2002). *Survival stress in law enforcement*. An applied research project submitted to the department of interdisciplinary technology as part of the school of police staff and command program.

Davidson, K.W., MacGreggor, M.W., Johnson, E.A., Woody, E.Z., & Chaplin, W.F. (2004). The relation between defence use and adaptive behaviour. *Journal of Research in Personality*, 38, 105-129.

Densten, I.L. (2001). Re-thinking burnout. *Journal of Organisational Behaviour*, 22, 833-847.

Egan, G. (2002). *The skilled helper: A problem management and opportunity development approach to helping*. US: Thomson.

Engelhardt, F.J. (2008). *Exploring the relationship between defence mechanisms and drawing characteristics: A pilot study*. Ongepubliseerde magisterverhandeling, Drexel Universiteit, Philadelphia.

Fouché, C.B., & Delpont, C.S.L. (2005). Introduction to the research process. In A.S. de Vos, H. Strydom, C.B. Fouché & C.S.L. Delpont (redakteurs), *Research at grass roots*. Pretoria: Van Schaik.

Fredrickson, B.L. (2001). The role of positive emotions in positive psychology. *American Psychologist*, *56*(3), 218-226.

Garossa, E., Moreno-Jiménez, B., Liang, Y., & González, J.S. (2006). The relationship between socio-demographic variables, job stressors, burnout, and hardy personality in nurses: An explanatory study. *International Journal of Nursing Studies*, 1-10.

Graovac, M., Pernar, M., Moro, L., Petrić, D., Ružić, K., Giroto, I., & Frančišković, T. (2006). Changes of adolescents' defence mechanisms during the first year of high school education. *Coll. Antropol.*, *30*, 75-80.

Green, B. (2004). Post-traumatic stress disorder in UK police officers. *Current Medical Research and Opinions*, *20*(1), 1-5.

Halbesleben, J.R.B. (2006). Sources of social support and burnout: A meta-analytic test of the conservation of resources model. *Journal of Applied Psychology*, *91*(5), 1134-1145.

Halbesleben, J.R.B., & Demerouti, E. (2005). The construct validity of an alternative measure of burnout: Investigating the English translation of the Oldenburg Burnout Inventory. *Work & Stress*, *19*, 208-220.

Henning, C.S., & de Bruin, G.P. (2000). Persoonlikheidskorrelate van posttraumatiese stresversteuring by polisiebeamptes. *SA Gesondheid*, 5(4), 40-49.

Hobfoll, S.E., (1989). Conservation of resources: A new attempt at conceptualising stress. *American Psychologist*, 44, 513-524.

Jackson, L.T.B., & Rothman, S. (2005). An adapted model of burnout for educators in South Africa. *South African Journal of Education*, 25(2), 100-108.

Jerano, C., Flores, N., & Arias, B, (2007). Burnout and coping in human service practitioners. *Professional Psychology: Research and Practice*, 38(1), 80-87.

Jonker, B.E. (2004). *Burnout, job stress and personality traits in the South African Police Service*. Ongepubliseerde magisterverhandeling, Universiteit van Potchefstroom, Suid-Afrika.

Jorgensen, L.I. (2006). *Work-related well-being among police members in the North West province*. Ongepubliseerde magisterverhandeling, Universiteit van Potchefstroom, Suid-Afrika.

Judkins, S.K., & Ingram, M. (2002). Decreasing stress among nurse manager: A long term solution. *Journal of Continuing Education in Nursing*, 33(6), 259-264.

Klopper, A.E. (2003). *Burnout, stress and coping among police members in the North West province*. Ongepubliseerde magisterverhandeling, Universiteit van Potchefstroom, Suid-Afrika.

Kobasa, S.C. (1979). Stressful life events, personality, and health: An inquiry into hardiness. *Journal of Personality and Social Psychology*, 37, 1-11.

Kobasa, S.C., Maddi, S.R., & Kahn, S. (1982). Hardiness and health: A prospective study. *Journal of Personality and Social Psychology*, 42(1), 168-177.

Kocijan, L.S., Gregurek, R., & Karlovic, D. (2007). Stress and ego defence mechanisms in medical staff at oncology and physical medicine departments. *European Journal of Psychiatry*, 21(4), 1-8.

Kotze, A.E. (2002). *Selfmoord-denkbeeldvorming in die Suid-Afrikaanse Polisie Diens in die Noordwes-provinsie*. Ongepubliseerde magisterverhandeling, Universiteit van Potchefstroom, Suid-Afrika.

Kwon, P. (2000). Hope and dysphoria: The moderating role of defence mechanisms. *Journal of Personality*, 68(2), 199-223.

Lambert, V.A., Lambert, C.E., & Yamase, H. (2003). Psychological hardiness, workplace stress and related stress reduction strategies. *Nursing and Health Sciences*, 5, 181-184.

Lazarus, R.S., & Folkman, S. (1984). *Stress, coping and adaptation*. New York: Springer.

Lee, R.T., & Brotheridge, C.M. (2006). Crossing the thin blue line: A review of the prevalence, causes, and outcomes of police burnout. *Canadian Journal of Police and Security Services*.

Lourel, M., Abdellaoui, S., Chevaleyre, S., Paltier, M., & Gana, K. (2008). Relationship between psychological job demands, job control and burnout among fire fighters. *North American Journal of Psychology*, 10(3), 489-496.

Luria, G., & Torjman, A. (2008). Resources and coping with stressful events. *Journal of Organisational Behaviour* 30(6), 685-707.

Maddi, S.R. (1999). The personality construct of hardiness: Effects on experiencing, coping and strain. *Consulting Psychology Journal: Practice and Research*, 51(2), 83-94.

Madu, S.N., & Poodhun, E.A. (2006). Stress symptoms and substance use among police officials in the central region of Limpopo province, South Africa. *Journal of Social Sciences*, 12(3), 213-224.

Maslach, C., Jackson, S.E., & Leiter, M.P. (1996). *Maslach Burnout Inventory* (3rd ed.). California: CPP.

Malach-Pines, A., & Keinan, G. (2006). Stress and burnout in Israeli border police. *International Journal of Stress Management*, 13(4), 519-540.

Malach-Pines, A., & Keinan, G. (2007). Stress and burnout in Israeli police officers during a Palestinian uprising (Intifada). *International Journal of Stress Management*, 14(2), 160-174.

Malan, H., & Rothman, S. (2002). *Sense of coherence, self-efficacy, locus of control and burnout of social workers*. Paper presented at the first South African burnout conference, Potchefstroom, South Africa.

Maslach, C., Schaufeli, W.B., & Leiter, M.P. (2001). Job burnout. *Annual Review of Psychology*, 397-420.

Mayhew, C. (2001). *Occupational health and safety risks faced by police officers*. Australian institute of criminology: Trends and issues in crime and criminal justice, Australia.

McNeese-Smith, D.K. (1997). The influence of manager behaviour on nurses' job satisfaction, productivity, and commitment. *Journal of Nursing Administration*, 27(9), 47-55.

Mikkelsen, A., & Burke, R.J. (2004). Work-family concerns of Norwegian police officers: antecedents and consequences. *International Journal of Stress Management*, 11(4), 429-444.

Mosterd, K., & Rothman, S. (2006). Work-related well-being in the South African Police Service. *Journal of Criminal Justice*, 34, 479-491.

Mosterd, K., & Rothman, S. (2006). Job resources, work engagement and the mediating role of positive work-home interaction of police officers in the North West Province. *Acta Criminologica*, 19(3), 64-87.

Nel, V. (2001). Community psychology and the problem of policing in countries in transition. In M. Seedat (Ed.), N. Duncan, & S. Lazarus. *Community psychology: Theory, method and practice – South African and other perspectives*, (pp 261-291). UK: Oxford University Press.

Nunnally, J., & Bernstein, I.H. (1994). *Psychometric theory*. New York: McGraw – Hill.

Paleologou, A.M., & Dellaporta, A. (2009). Hardiness vs alienation personality construct essentially explains burnout proclivity and erroneous computer entry problems in rural Hellenic hospital labs. *Journal of the American Medical Informatics Association*, 40, 1-15.

Patrick, R.L. (2005). *Defence mechanisms and social anxiety as risk factors for college alcohol abuse and binge drinking*. Ongepubliseerde magisterverhandeling, Universiteit van Miami, Miami.

Pearce, H. (2008). HIV/AIDS and police. *Journal of Security Sector Management*, 6(1), 1-17.

Peterson, U., Demerouti, E., Bergström, G., Asberg, M., & Nygren, A., (2008). Work characteristics and sickness absence in burnout and non-burnout groups: A study of Swedish health care workers. *International Journal of stress Management*, 15(2), 153-172.

Phillips, K.M. (2008). *The psychofortology of women undergoing infertility treatment at a privately managed health care unit*. Ongepubliseerde magisterverhandeling, Nelson Mandela Metropolitan Universiteit, Suid-Afrika.

Pienaar, J. (2002). *Coping, stress and suicide ideation in the South African Police Service*. Ongepubliseerde doktorsproefskrif, Universiteit van Potchefstroom, Suid-Afrika.

Pienaar, J., & Rothman, S. (2003). Coping strategies in the South African Police Service. *South African Journal of Industrial Psychology*, 29(4), 81-90.

Pienaar, J., & Rothman S. (2005). Suicide ideation in the South African Police Service. *South African Journal of Psychology*, 35(1), 58-72.

Police population ratios (2008). Afgelaai van <http://www.saps.gov.za>

Pompili, M., Rinaldi, G., Lester, D., Girardi, P., Ruberto, A., & Tatarelli, R. (2006). Hopelessness and suicide risk emerge in psychiatric nurses suffering from burnout and using specific defence mechanisms. *Archives of Psychiatric Nursing*, 20(3), 135-143.

Pokroy, R., Stuart, A.D., & Pretorius, H.G. (1999). Coping styles and defence mechanisms utilized by patients suffering from irritable bowel syndrome. *Health SA*, 4(1), 28-34.

Ranta, R.S., & Sud, A. (2008). Management of stress and burnout of police personnel. *Journal of the Indian Academy of Applied Psychology*, 34(1), 29-39.

Richardsen, A.M., Burke, R.J., & Martinussen, M. Work and health outcomes among police officers: The mediating role of police cynicism and engagement. *International Journal of Stress Management*, 13(4), 555-574.

Rothman, S. (2003). Burnout and engagement: A South African perspective. *SA Journal of Industrial Psychology*, 29(4), 16-25.

Safety and security (n.d.). Afgelaai van <http://www.etu.org.za>

Sarafino, E.P. (2006). *Health psychology: Biopsychosocial interactions* (5th ed.). USA: Wiley.

Schaufeli, W.B. (2003). Past performance and future perspectives of burnout research. *SA Journal of Industrial Psychology*, 29(4), 1-15.

Schöunteich, M. (2003). *A bleak outlook: HIV/AIDS and the South African Police Service*. Retrieved from: <http://centirene.co.za/pubs/CrimeQ/No.5/1Aids.html>

Shirom, A. (2005). Reflections on the study of burnout. *Work and Stress*, 19(3), 263-270.

Sieberhagen, C., Rothman, S., & Pienaar, J. (2009). Employee and wellness in South Africa: The role of legislation and management standards. *SA Tydskrif vir Menslike Hulpbronbestuur*, 7(1), 1-9.

Smit, J. (2006). *The influence of coping and stressors on burnout and compassion fatigue among health care professionals*. Ongepubliseerde doktorsproefskrif, Universiteit van die Vrystaat, Suid-Afrika.

SPSS Incorporated (2009). *SPSS user's guide: Version 17.0*. New York: Author.

Steenkamp, I., & Potgieter, J. (2008). Die belewenis van informele versorgers van MIV/VIGS pasiënte: 'n Salutogene perspektief. *SA Gesondheid*, 13(2), 38-48.

Steyn, H.S. (1999). *Praktiese beduidendheid: Die gebruik van effekgroottes*.

Potchefstroom: Publikasiebeheer Komitee, PU vir CHO.

Swanepoel, C., & Pienaar, J. (2004). *Suicide ideation and prevention in the South African Police Service in Gauteng province*. Paper presented at the second South African work wellness conference. Potchefstroom, South Africa.

Storm, K., & Rothman, S. (2002). The relationship between personality dimensions, coping and burnout of pharmacists. *Paper presented at the first South African Burnout conference, Potchefstroom, South Africa*.

Strümfer, D.J.W. (2003). Resilience and burnout: A stitch that could save nine. *South African Journal of Psychology*, 33, 69-79.

Taris, T.W., Le Blanc, P.M., Schaufeli, W.B., & Schreurs, P.J.G. (2005). Are there casual relationships between the dimensions of the Maslach Burnout Inventory? A review and two longitudinal tests. *Work & Stress*, 19, 238-255.

Taylor, H.W. (2002). Die verband tussen fortigene faktore en psigologiese welstand by SAPD-lede in hoërisiko-eenhede. Ongepubliseerde magisterverhandeling, Universiteit van die Vrystaat, Suid-Afrika.

Taylor, S.E., (2003). *Health psychology*, 5th ed. USA: McGraw Hill.

Terzi, S. (n.d.). The relationship between psychological hardiness and perceived social support of university students. *Turkish Psychological Counselling and Guidance Journal*, 3(29), 10-11.

The changing face of SA's police (2008). Afgelaai van <http://www.southafrica.info/news/police-090707.htm>

Van der Merwe, A.S., Rothman, S., & Pienaar, J. (2004). Coping-strategieë, stres en selfmoorddenkebeeldvorming in die Suid-Afrikaanse Polisiediens in die Vrystaat. *SA Journal of industrial Psychology*, 30(1), 29-36.

Vanheule, S., Rosseel, Y., & Vlerick, P. (2007). The factorial validity and measurement invariance of the Maslach Burnout Inventory for human services. *Stress and Health*, 23, 87-91.

Van Wijk, C.H., & Waters, A.H. (2008). Positive psychology made practical: A case study with naval specialists. *Military Medicine*, 172(5), 488-492.

Violanti, J.M., Andrew, M.E., Burchfiel, M., Dorn, J., Hartley, T., & Miller, D.B. (2006). Posttraumatic stress symptoms and subclinical cardiovascular disease in police officers. *International Journal of Stress Management*, 13(4), 541-554.

Violanti, J.M., Charles, L.E., Hartley, T.A., Mnatsakanova, A., Andrew, M.E., Fekedulegn, D., Vila, B., & Burchfiel, C.M. (2008). Shift-work and suicide ideation among police officers. *American Journal of Industrial Medicine*, 51, 758-768.

Visser, M. (2007). *Contextualising community psychology in South Africa*. Pretoria: Van Schaik.

Wiese, L., Rothman, S., & Storm, K. (2003). Coping, stress and burnout in the South African Police Service in Kwazulu-Natal. *SA Journal of industrial Psychology*, 29(4), 71-80.

Worley, J.A., Vassar, M., Wheeler, D.L., & Barnes, L.B. (2008). Factor structure of scores from the Maslach Burnout Inventory: A review and meta-analysis of 45 explanatory and confirmatory factor-analytic studies. *Education and Psychological Measurement*, 1-26.

Wu, C. (2009). Role conflicts, emotional exhaustion and health problems: a study of police officers in Taiwan. *Stress and Health*, 25, 259-265.

Yilmaz, N., & Gençöz, T. (2007). Psychometric properties of the defence style questionnaire: A reliability and validity study. *Turkish Journal of Psychiatry*, 18(3), 1-9.

Zalaquett, C.P., & Wood, R.J. (1997). *Evaluating stress: A book of resources*. London: Scarecrow.

Ziegler-Hill, V., & Pratt, D.W. (2007). Defence styles and the interpersonal circumplex: The interpersonal nature of psychological defence. *Journal of Psychiatry, Psychology and Mental Health*, 1(2), 1-15.

Zocalli, R., Muscatello, M.R.A., Bruno, A., Cedro, C., Campolo, D., Pandolfo, G., & Meduri, M. (2006). The role of defence mechanisms in the modulation of anger experience and expression: Gender differences and influence on self-report measures. *Personality and Individual Differences*, 43, 1426-1436.

BYLAAG A:

TOESTEMMING OM **NAVORSING IN DIE SAPD** **TE ONDERNEEM**

NASIONALE INSTRUKSIE,
1 VAN 2006

SUID-AFRIKAANSE POLISIEDIENS

Privaatsak/Private Bag X54

Reference Nr Verwysing	3/34/2
Navrae Enquiries	Supt G J Joubert
Telefoon Telephone	012-393 3118
Faksnommer Fax number	012-393 3178



2009-06-19

Vk, ad
23/6
 DIRECTOR
 C J SWART

The Provincial Commissioner
FREE STATE

Att: Dir Swart

RE: RESEARCH PROPOSAL: STRESS AND BURNOUT: MASTERS DEGREE (PSYCHOLOGY); UNIVERSITY OF THE FREE STATE: RESEARCHER: ME C D HOLLAND-MUTER

1. Your letter 7/2/6 dated 2009-06-11, containing the above mentioned research proposal refers.
2. The goal of the research project is to investigate psychological hardiness and defence mechanisms as potential mediators between stress and burnout among police members in the Free State.
2. This office has perused the proposal and permission is granted for the study in terms of National Instruction 1 of 2006.

Kind regards


 ASST COMMISSIONER
 HEAD OF STRATEGIC MANAGEMENT
 GE MOORCROFT

BYLAAG B:

INGELIGTE
TOESTEMMING

LETTER TO PARTICIPANT AND INFORMED CONSENT

Dear police member

Thank you for considering participation in this study. The purpose of this study is to determine the level and causes of burnout, especially in high-risk units. Furthermore the study will focus on characteristics, hardiness and defence mechanisms that act as mediators between stress and burnout.

The study consists of a biographical questionnaire as well as three psychological questionnaires. Participation in this study is voluntary and any possible identifying data will be held in the strictest confidence. While the data obtained will be published, questionnaires will be completed anonymous. Should you wish to obtain individual feedback on your data, this will be available at your request.

Your participation in this study will help to identify intervention programmes to prevent burnout among police members.

As previously stated, participation is entirely voluntary and should you feel the need, you may withdraw from the study at any time.

Should you be willing to participate in this study, please complete the following!

Signature

Date

Name and Surname

Contact number

Should you have any questions or concerns please feel free to contact me

Yours truly

Miss C.D. Holland-Muter

Cell: 082 8798 402

BYLAAG C:

BIOGRAFIESE VRAELYS

						Office use only		
Record number								
PERSONAL INFORMATION						1-3		
Please indicate your answer with a cross (x) in the appropriate block								
1.	Unit currently working in							
				P.E.S	1			
				L.C.R.C	2			
				A.C.C.U	3			
				Diving Unit	4			
				Detective Unit	5			4-5
2.	Rank							
				Reservist	1			
				Constable	2			
				Sergeant	3			
				Inspector	4			
				Captain	5			
				Superintendent	6			
				Senior Superintendent	7			6-7
3.	Amount of years working in the unit							
				0-5 years	1			
				6-10 years	2			
				11-20 years	3			
				20+ years	4			8-9
4.	Age:							10-11
5.	Gender:		Male	1	Female	2	12	

6.	Home language:	English	1		
		Afrikaans	2		
		Xhosa	3		
		Zulu	4		
		Sesotho	5		
		Setswana	6	13	
		Other (Specify)	7		14-15
7.	Marital status:	Married	1		
		Divorced	2		
		Single parent	3		
		Separated	4		
		Common law marriage	5	16	
8.	Race	Coloured	1		
		Indian	2		
		White	3		
		African	4	17	
		Other (Specify)	5		18-19