higher education & training

Department:
Higher Education and Training
REPUBLIC OF SOUTH AFRICA

# NASIENRIGLYN

## NASIONALE SERTIFIKAAT (BEROEPSGERIG)

## LEWENSVAARDIGHEDE EN REKENAARGELETTERDHEID

(Eerste vraestel)

**NKR-VLAK 4**

**20 November 2023**

**Hierdie nasienriglyn bestaan uit 11 bladsye.**

Kopiereg voorbehou

## AFDELING A

### VRAAG 1

1.1 B
1.2 A
1.3 B
1.4 B
1.5 D
1.6 C
1.7 A
1.8 C
1.9 D
1.10 D

(10 × 1) **[10]**

### VRAAG 2

2.1 Waar✓
Vroeë oplossing van probleme is geneig om lewenslange leer aan te moedig.✓

2.2 Onwaar ✓
'n Stresfaktor is iets wat stres veroorsaak.✓

2.3 Waar✓
Posttraumatiese stresversteuring (PTSV) is 'n versteuring wat gekenmerk word deur versuim om te herstel nadat 'n skrikwekkende gebeurtenis ervaar of gesien is.✓

2.4 Onwaar ✓
Dit is die werkgewer se verantwoordelikheid om werknemers te help om stres te bestuur deur gesonde en veilige werksomstandighede te skep.✓

2.5 Waar✓
Mense wat selfdood oorweeg, soek aandag en hulp vir hul pyn.✓

(5 × 2) **[10]**

### VRAAG 3

3.1 B
3.2 F
3.3 G
3.4 H
3.5 A
3.6 I
3.7 C
3.8 D
3.9 E
3.10 K

(10 × 1) **[10]**

Kopiereg voorbehou 

## VRAAG 4

4.1 metodes/strategieë/vaardighede
4.2 leer/studeer
4.3 veiligheids-
4.4 proses
4.5 plaaslike

(5 × 1) **[5]**

## VRAAG 5

5.1 5.1.1
- Reën
- Oorstromings
- Sneeu
- Mis
- Haelstorms
- Rook uit veld- en bosbrande
- Sterk wind
- Uiterste koue of hitte (Enige 3 × 1) (3)

5.1.2
- Slegte weersomstandighede verminder sig.
- Hierdie toestande verminder die stuurvermoë.
- Verminder traksie.
- Verhoog die tyd en afstand wat nodig is om die voertuig tot stilstand te bring.
- Kruiswind kan veroorsaak dat die motor swaai.
- Negatiewe weerstoestande en sterk winde kan die kanse verhoog op rotsstortings op die pad en voertuie dwars oor die pad wat sulke puin probeer vermy. (Enige 3 × 1) (3)

5.2 5.2.1
- Maak seker dat die hoofligte aan is.
- Gehoorsaam alle pad- en verkeersreëls.
- Wees waaksaam en ry verdedigend.
- Wees voorbereid op verandering van verkeersomstandighede.
- Gee jouself genoeg tyd en ruimte om op 'n skielike noodgeval te reageer.
- Hou 'n veilige afstand.
- Ry stadig. (Enige 2 × 1) (2)

5.2.2
- Hulle loop die gevaar om beheer te verloor en ongelukke te veroorsaak.
- Hulle kan doodgemaak of beseer word of ander in gevaar stel.
- Hulle kan hulle voertuie beskadig.
- Dit kan padinfrastruktuur vernietig.
- Hulle kan tronk toe gestuur word VIR roekelose bestuur.
- Hulle mag burgerlike hofgedinge in die gesig staar. (Enige 2 × 1) (2)

**[10]**

**TOTAAL AFDELING A: 45**

## AFDELING B

## VRAAG 6

6.1 6.1.1
- Emosionele, sosiale, geestelike of fisieke pyn of lyding wat kan veroorsaak dat 'n persoon hartseer, bang, depressief, angstig of eensaam voel
- 'n Gevoel van groot verdriet en wanhoop. (Enige 1 × 1) (1)

6.1.2
- Geïrriteerd, kwaad, ongeduldig of gespanne
- Oorlaai of oorweldig
- Angstig, senuweeagtig of bang
- Jou gedagtes jaag en jy kan nie afskakel nie
- Nie kan niks geniet nie
- Belangeloos
- Jy voel jy het jou sin vir humor verloor (Enige 2 × 1) (2)

6.1.3
- Gebrek aan motivering
- Moeite om te konsentreer
- Meer ongelukke by die werk
- Verminderde produktiwiteit
- Interpersoonlike konflik
- Toenemende afwesigheid
- Meer dae van werk af vir doktersbesoeke (Enige 2 × 1) (2)

6.1.4
- Hulle kan verwys word na Werknemergesondheid en -welstand.
- Herskep die werksomgewing.
- Verskaf breke vir werknemers.
- Moedig oop kommunikasie aan.
- Neem die span saam na die maatskappy se buiteperseel-aktiwiteite.
- Bring 'n paar afleidings na die kantoor.
- Oorweeg buigsame werkskedules.
- Stel bemiddeling in
- Bied betaalde tyd af.
- Moedig werknemers aan om breke te neem. (Enige 2 × 1) (2)

6.2 6.2.1
- Dit kan lei tot lae kwaliteit ouerskap.
- Dit kan 'n verskeidenheid negatiewe effekte op kinders hê, byvoorbeeld:
  - Gevoelens van verwerping
  - Lae selfbeeld
  - Ontwrigtende en aggressiewe gedrag
  - Sosiale onttrekking (Enige 2 × 1) (2)

6.2.2
- Kindermishandeling kan veroorsaak dat kinders geïsoleer voel en vrees en wantroue ervaar.
- Sielkundige gevolge kan 'n lae selfbeeld en depressie wees.
- Dit kan lei tot probleme met die vorming en instandhouding van verhoudings.
- Dit kan kognitiewe en taalprobleme veroorsaak.
- Sommige kinders kan self mishandel wanneer hulle ouers of versorgers word.
- Dit kan opvoedkundige probleme veroorsaak. (Enige 2 × 1) (2)

6.3 6.3.1
- Werk is 'n belangrike kenmerk in die strukturering van persoonlike en sosiale identiteit en familie- en sosiale bande.
- Dit is 'n manier om 'n inkomste te verdien en sodoende toegang te verkry tot verskeie noodsaaklike en nienoodsaaklike goedere, dienste en aktiwiteite.
- Dit verbeter fisieke en geestelike welstand.
- Dit bevorder selfvertroue en die selfbeeld.
- Dit bied 'n gevoel van eiewaarde wat geskep word deur die gevoel dat 'n mens bydra tot die samelewing. (Enige 2 × 1) (2)

6.3.2 Departement van Arbeid (2)

6.4 6.4.1
- Dit is 'n soort protes deur werknemers deur stadig te werk.
- Dit is 'n protesaksie waarin werknemers hul pligte uitvoer, maar die produktiwiteit of doeltreffendheid van hul prestasie verminder. (Enige 1 × 1) (1)

6.4.2 NEE. (1)
- Nicolette sal 'n onwettige handeling uitvoer.
- Sy sou aan wangedrag deelneem. (Enige 1 × 1) (1)

6.5 6.5.1
- Lê 'n grief.
- Maak 'n klag aanhangig. (Enige 1 × 1) (1)

6.5.2
- Sy kan na die KVBA toe gaan.
- Sy kan 'n eksterne geskilbeslegting kry. (Enige 1 × 1) (1)

**[20]**

## VRAAG 7

7.1 7.1.1
- Beantwoord nie die vrae korrek nie.
- Kyk nie na die puntetoekenning nie.
- Begaan basiese spelling- en grammatikale foute.
- Laat antwoorde weg.
- Beantwoord dieselfde vraag twee keer. (Enige 2 × 1) (2)

7.1.2
- Lees vrae meer as een keer of onderstreep belangrike woorde.
- Kontroleer en omkring die puntetoekenning.
- Skryf netjies en redigeer die antwoorde.
- Voordat jy indien, maak seker dat al die vrae beantwoord is.
- Trek alle werk dood wat jy nie wil laat nasien nie. (Enige 2 × 1) (2)

7.1.3
- Nommer die antwoorde presies soos in die vraestel.
- Bestuur jou tyd.
- Lees elke vraag sorgvuldig deur.
- Skryf netjies en beantwoord net wat gevra word.
- Trek 'n streep deur die antwoorde wat jy nie nagesien wil hê nie.

(Enige 3 × 1) (3)

7.2 7.2.1
- Wangedrag is 'n doelbewuste oortreding van 'n skriftelike of geïmpliseerde werknemerbeleid.
- Dit is onbehoorlike gedrag wat onvanpas is vir die werkplek en die werkprestasie van die werknemer negatief beïnvloed.

(Enige 1 × 2) (2)

7.2.2
- Nalatigheid/growwe nalatigheid
- Groot oneerlikheid
- Weier om bestuursinstruksies te volg
- Daag onder die invloed van alkohol of dwelms by die werk op
- Afwesig sonder verlof of toestemming
- Neem lang breke (Enige 3 × 1) (3)

7.2.3
- Skorsing
- Beëindiging van indiensneming
- Dissiplinêre optrede (Enige 2 × 1) (2)

7.2.4
- Laat 'n buigsame skedule toe.
- Sorg dat jou werknemers die hulpbronne het wat hulle nodig het om produktief te wees.
- Vereenvoudig die werksafbakening.
- Destigmatiseer depressie en bevorder 'n sorgsamer kultuur.
- Deel sperdatums soos nodig.
- Bied die beste geestesgesondheidsdekking, insluitend 'n werknemerhulpprogram (EAP).
- Fokus op positiewe uitkomste en kritiseer minder. (Enige 2 × 1) (2)

7.3 7.3.1
- Dit kan lei tot verswakte redenasievermoë en die onvermoë om die regte besluite te neem.
- Die bestuurder kan minder aandag gee aan die omgewing.
- Hy/sy kan makliker afgelei word.
- Dit kan die reaksietyd vertraag, wat dit moeiliker maak om gevaarlike situasies op die pad te vermy.
- Minder doeltreffende besluitneming kan daartoe lei dat 'n bestuurder meer risiko's neem. (Enige 2 × 1) (2)

7.3.2
- Kry voldoende slaap op 'n daaglikse basis.
- Neem 'n metgesel saam op lang reise om die bestuurder wakker te hou en tekens van lomerigheid te bespeur.
- Stop en klim uit elke twee uur of met tussenposes van 100 kilometer tydens lang reise.
- As 'n bestuurder vaak is, moet hy/sy so gou as moontlik ophou bestuur, selfs al is dit ongerieflik.
- Hou stil en laat iemand anders bestuur.
- As dit nie moontlik is om 'n ander bestuurder te kry nie, hou stil waar dit veilig is.
- Drink 1–2 koppies koffie (of enige kaffeïenhoudende drankie).

(Enige 2 × 1) (2)
**[20]**

**VRAAG 8**

8.1 8.1.1
- Baie ouers ervaar nageboortelike depressie nadat hulle 'n baba gehad het.
- Nageboortelike depressie kan enige tyd in die eerste jaar na geboorte begin. (Enige 1 × 2) (2)

8.1.2
- Depressie hou nie verband met swangerskap en geboorte nie.
- Nageboorgelike depressie word gewoonlik binne 'n jaar na die geboorte gediagnoseer (wat bekend staan as die 'postpartum-periode'), maar kan langer as dit duur. (2)

8.1.3
- 'n Geskiedenis van depressie of angs
- Mediese komplikasies tydens die bevalling, insluitend voortydige bevalling of om 'n baba met mediese probleme te hê
- Ouderdom – Ouer mans is meer geneig om geraak te word
- 'n Stresvolle lewensgebeurtenis tydens swangerskap of kort na die geboorte, soos werkverlies, die dood van 'n geliefde, huishoudelike geweld of persoonlike siekte.
- Gemengde gevoelens oor die swangerskap, of dit beplan of nie beplan is nie
- Gebrek aan sterk emosionele ondersteuning van die eggenoot, maat, familie of vriende
- Finansiële bekommernisse (Enige 2 × 2) (4)

8.1.4
- Gevoelens van hartseer wat vir lang tydperke voortduur
- Tekort van energie
- Uitgeput, maar kan nie slaap nie
- Verlies aan genot van aktiwiteite wat voorheen geliefd was
- Onvermoë om te konsentreer en besluite te neem
- Onsekerheid oor die versorging van die kind
- Irritasie
- Vinnige humeur
- Probleme om met die baba te bind (Enige 2 × 1) (2)

8.2 8.2.1
- Moenie vir hulle lag wanneer hulle foute maak nie, maar prys hulle wanneer hulle iets reg doen.
- Wanneer kinders foute maak, wees geduldig en moedig hulle aan om weer te probeer.
- Gee hulle 'n gevoel van privaatheid.
- Vra om verskoning as jy verkeerd is.
- Moenie hulle onderbreek wanneer hulle praat nie en moenie hul sinne voltooi nie.
- Leer jou kinders om hul emosies met respek uit te druk.

(Enige 2 × 1) (2)

8.2.2
- 'n Respekvolle gesinsomgewing leer kinders om hulle aandag te fokus en na ander te luister.
- Kinders leer om hulle ouers te respekteer.
- Dit help kinders om na ander mense te luister en om te gee.
- Dit lei tot die aanvaarding van ander mense se standpunte, selfs wanneer hulle nie saamstem nie of wanneer hulle nie die gedrag en keuses wat mense maak, goedkeur nie.
- Modellering van respek bied geleenthede om empatie te ontwikkel en help kinders om ander mense as waardevol te sien.

(Enige 2 × 1) (2)

8.3 8.3.1
- Gesinslede kan die ma aanmoedig om met 'n gesondheidsorg-verskaffer te praat.
- Bied emosionele ondersteuning en help met daaglikse take soos die versorging van die baba of die huis.
- Moedig vroue aan om met hul pasgebore babas na die gesondheidsfasiliteit vir roetine-ondersoeke te gaan.
- Moedig hulle aan om uit die huis te kom of te gaan stap of dinge te doen wat hulle sal help om aan hul gevoelens uiting te gee.
- Moedig hulle aan om te sing, teken of skryf/iets kreatiefs doen.
- Motiveer geestelike verligting deur gebed.
- Moedig meditasie aan. (Enige 3 × 1) (3)

8.3.2
- Kliniek
- Hospitaal
- Maatskaplike werkers (3)

**[20]**

**TOTAAL AFDELING B: 60**

## AFDELING C

## VRAAG 9

9.1 9.1.1
- Dit is 'n onderhoudstegniek waarin verskeie kandidate gelyktydig vir soortgelyke poste ondervra word.
- Groeponderhoud verwys na 'n tipe onderhoud waar meer as twee mense betrokke is. (Enige 1 × 2) (2)

9.1.2
- Kommunikasievaardighede
- Interpersoonlike vaardighede
- Oortuiging en die vermoë om ander te beïnvloed
- Leierskap en delegering
- Probleemoplossings- en beplanningsvaardighede
- Vermoë om effektief te werk en by te dra as 'n spanlid.
- Stresverdraagsaamheid (Enige 3 × 1) (3)

9.1.3
- Hoe sal jy jouself beskryf?
- Hoe sal jou kollegas jou beskryf?
- Hoe het jy die stres hanteer wat veroorsaak word deur uitdagings die hoof te bied?
- Wat was jou bydrae tot die prestasie van die groep?
- Wat was jou grootste prestasie?
- Wat is jou sterk- en swakpunte? (Enige 2 × 1) (2)

9.1.4
- Trek gepas aan.
- Stel jou eie vrae.
- Oefen om die vrae te beantwoord.
- Beplan 'n inleiding.
- Ondersoek die maatskappy. (Enige 3 × 1) (3)

9.2 9.2.1
- Kom vroeg.
- Trek gepas aan.
- Groet alle onderhoudvoerders en ander deelnemers.
- Handhaaf oogkontak, goeie liggaamshouding, 'n vrolike houding en 'n stewige handdruk.
- Stel jouself goed voor.
- Sit regop.
- Wees vriendelik, maar getrou aan jou oortuigings. (Enige 3 × 1) (3)

9.2.2
- Om gepas aan te trek
- Om laat te kom
- Om te sit voor iemand jou uitnooi om te sit
- Om arrogant te wees
- Om jou telefoon aan te hê
- Om mense in die rede te val

(of enige relevante antwoord) (Enige 3 × 1) (3)

9.2.3
- Om sleg te praat oor jou huidige werkgewer
- Sê dat hulle nie die antwoord ken nie
- Sê dat hulle geen vrae het nie
- Om te sê dat hulle regtig senuweeagtig is
- Sê hulle sal doen wat ook al gevra word in die werkplek
- Om onvanpaste taal te gebruik
- Praat lusteloos (of enige relevante antwoord) (Enige 3 × 1) (3)

9.2.4
- Dit wys dat jy aktief luister gedurende die onderhoud.
- Dit toon die vermoë om nieverbale kommunikasie te gebruik. (1)

(Enige 1 × 1)

**[20]**

## VRAAG 10

10.1 10.1.1
- 'n Grieweprosedure is 'n manier van interne geskilbeslegting waardeur 'n werknemer se griewe aangehoor word.
- Dit is 'n proses om 'n klag wat deur 'n werknemer teen die werkgewer se onregverdige behandeling geopper is, te hanteer.

(Enige 1 × 2) (2)

10.1.2 Dit is 'n vergadering waar die werknemer sy/haar kwessies sonder onderbreking of oordeel kan bespreek (2)

10.1.3
- Versuim om 'n werknemer te bevorder
- Demosie van 'n werknemer
- Voorwaardes van indiensneming
- Opleiding van werknemers
- Voorsiening van voordele
- Onbillike skorsing
- Onbillike dissiplinêre optrede afgesien van ontslag
- Versuim om 'n voormalige werknemer weer in diens te neem ingevolge enige ooreenkoms om dit te doen.

(Enige 4 × 1) (4)

10.2
- Hulle kan dit doen in reaksie op ekonomiese toestande✓
- en om lone en voordele te verbeter. ✓
- Hulle kan dit doen om werksomstandighede te verbeter✓
- En om werkers die bedingingsmag te gee om regverdige en sinvolle onderhandelinge te onderneem.✓
- Hulle kan besluit om dit te doen as gevolg van die toename in armoede,✓
- die toename in werkloosheid en ongelykheid. ✓
- Die gebruik van trekarbeiders is ook 'n rede en vrees vir aflegging. ✓

(Enige VYF gepaste antwoorde.)
(Geen punte vir EEN-woordantwoorde. Minus een punt indien nie in paragraafvorm) (5)

10.3 10.3.1
- Arbitrasie
- Litigasie
- Mediasie
- Onderhandeling
- Fasilitering
- Bedingingsraad (Enige 3 × 1) (3)

10.3.2
- Prestasie en produktiwiteit sal toeneem en werknemers sal gemotiveer word.
- Daar sal vertroue tussen werkgewers en werknemers wees.
- Dit sal lei tot effektiewe werksverhoudinge.
- Werkgewers se stres sal verlaag en daar sal minder afwesigheid wees.
- Die resultaat sal verbeterde kommunikasie, spanfunksionering en doeltreffendheid in die werksplek wees.
- Konflikoplossingsvaardighede sal ontwikkel word.
- Dit sal die behoud van werknemers verbeter. (Enige 4 × 1) (4)

10.4 10.4.1
- Stem by die regte stemlokaal.
- Kom betyds voordat die stembus sluit.
- Voldoen aan die reëls van die stemlokaal.
- Moenie inmeng met die werk van die OVK nie.
- Moenie ander kiesers intimideer nie. (Enige 2 × 1) (2)

10.4.2
- Hulle bestuur vrye en regverdige verkiesings op alle regeringsvlakke.
- Hulle maak seker daar is stembriewe by die stembus/ genoeg gedrukte stembriewe.
- Hulle hou toesig oor die telproses van die stemme om seker te maak dit is regverdig.
- Hulle versamel en handhaaf 'n kiesersrol.
- Hulle bestuur die verkiesing van nasionale, provinsiale en munisipale wetgewende liggame.
- Hulle bevorder die opvoeding van kiesers. (Enige 3 × 1) (3)

**[25]**

**TOTAAL AFDELING C: 45**
**GROOTTOTAAL: 150**