

Slide 1:

Self-preservation, often referred to as the survival instinct, is the inherent tendency of living organisms to take actions that enhance their chances of survival while minimizing potential harm. - **EBSCO - Social Psychology**

Slide 2:

“Maladaptive self-preservation behaviours are coping strategies that reduce distress in the short term but harm well-being in the long term. Typical examples include avoidance, procrastination, self-sabotage, and withdrawal.” - **(APA Dictionary of Psychology; DSM-5; Snyder, 1999; Millon, 2004)**

Slide 3:

Matt 14:24 - 33 (2020) "Die boot was intussen ver van die land af, en die storm het dit swaar getref, want die wind was teen hulle. 25 In die vierde nagwaak het Jesus na hulle toe gekom, terwyl Hy op die see geloop het.

Slide 4:

26 Toe die dissipels Hom op die see sien loop, het hulle geskrik en gesê: 'Dis 'n spook!' en van vrees het hulle geskreeu. 27 Maar Jesus het dadelik met hulle gepraat en gesê: 'Wees gerus, dit is Ek; moenie vrees nie.'

Slide 5:

28 En Petrus antwoord Hom en sê: 'Here, as dit U is, beveel my om op die water na U te kom.' 29 "En Hy sê: 'Kom!' En toe Petrus van die boot afklim, het hy op die water geloop om na Jesus te gaan.

Slide 6:

30 Maar toe hy die sterk wind sien, het hy bang geword en begin sink en geroep: 'Here, red my!' 31 En Jesus het dadelik sy hand uitgesteek en hom vasgegryp en vir hom gesê: 'Kleingelowige, waarom het jy getwyfel?'

Slide 7:

32 En toe hulle in die boot klim, het die wind gaan lê. 33 Toe kom die wat in die boot was, en aanbid Hom en sê: 'Waarlik, U is die Seun van God!'"