Hoe Lyk, Klink en Voel Boelie of Afknouery?

Dit kan baie moeilik wees om aan boelie of afknouery te dink. Soms probeer ons net daarvan te vergeet. Hierdie aktiwiteit se doel is om oor boelie na te dink en oor watter uitwerking dit op ons het.

Kan jy terugdink aan 'n tyd toe jy geboelie was, of aan 'n keer wat jy gesien het hoe iemand anders geboelie word?

Dink aan:

- wat jy gesien gebeur het;
- wat jy mense hoor sê het;
- hoe jy dink daardie mense gevoel het.

Of

- wat met jou gebeur het en hoe die boelie gelyk het;
- wat die boelie vir jou en ander gesê het;
- hoe jy gevoel het toe jy geboelie was.

Voltooi die tabel hieronder.

Hoe lyk boelie of afknouery?	Hoe klink boelie of afknouery?	Hoe voel boelie of afknouery?