

Ik heb het moeilijk vandaag



Ik voel me verveeld, moe, ziek, verdrietig.

Ik heb een goede dag



Ik voel me blij, kalm, goed.

Ik ben onrustig

Ik heb het heel moeilijk



Ik voel me bang, ongerust, gefrustreerd.



Ik voel me boos, in paniek, wild.

