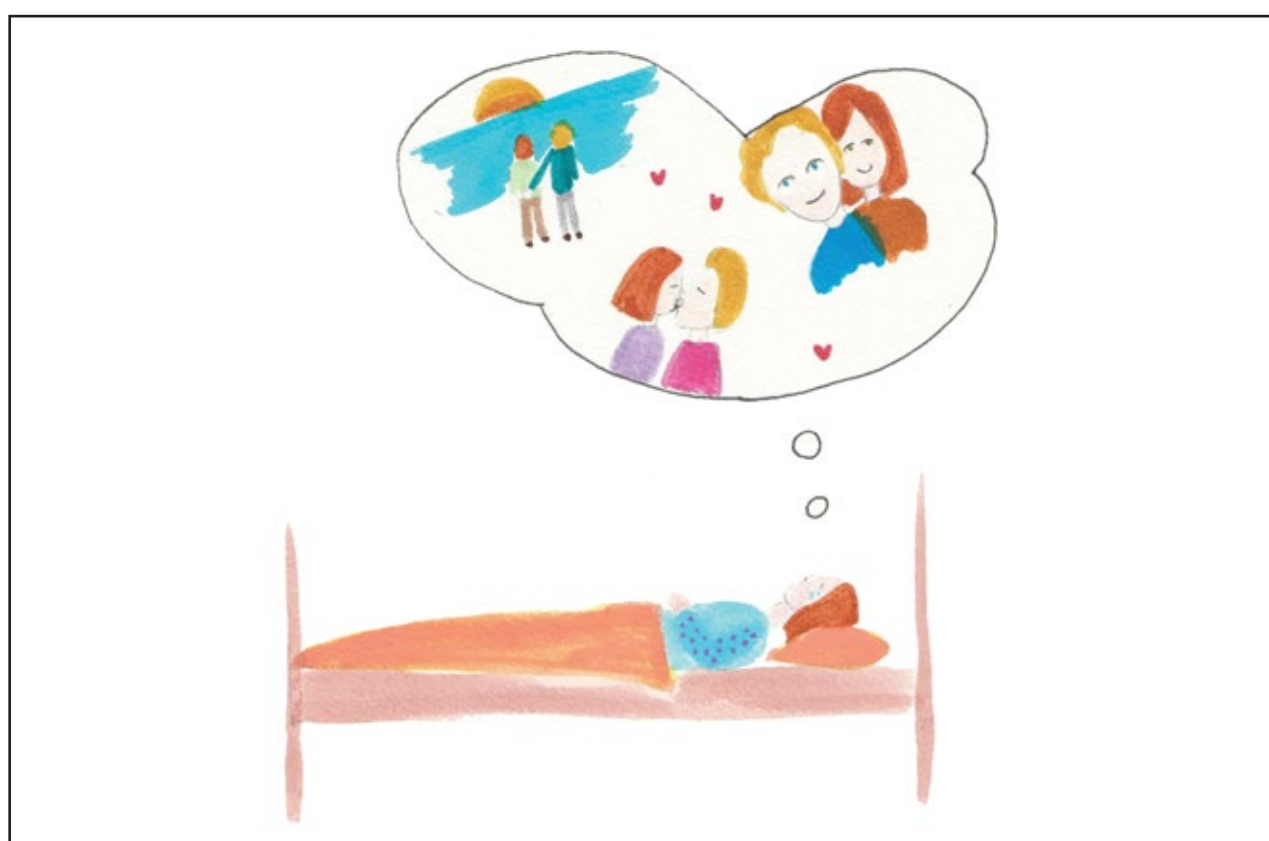


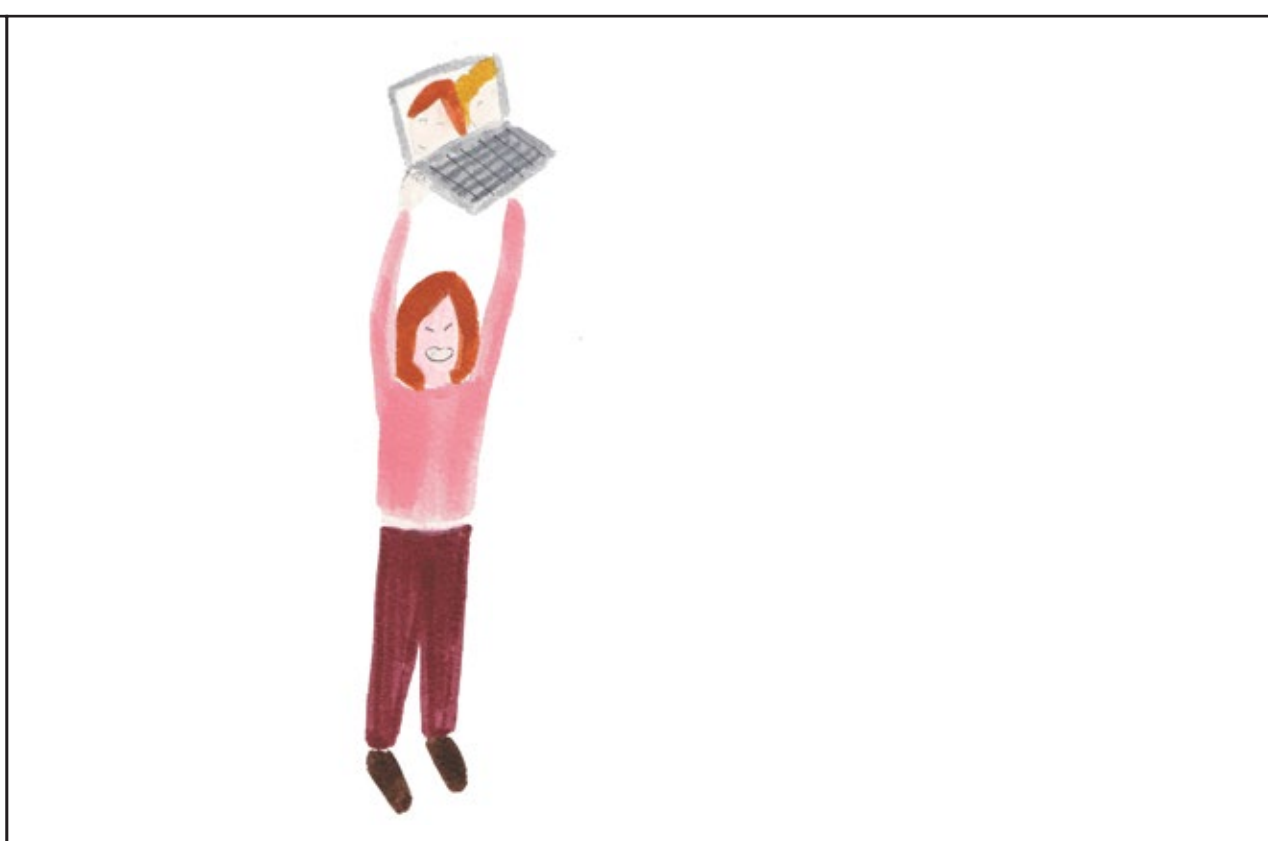
Ik ben heel graag bij haar. **Knuffelen** vind ik fijn.



Maar we krijgen **ruzie**. Heel lastig om met emoties en gevoelens om te gaan. Ik floep er woorden uit: 'Ik wil je nooit meer zien!' Maar ik bedoel het niet zo. Ik heb **spijt**. Maar het is te laat. De relatie is uit.



In bed pieker ik over haar, over ons... Het was fijn. Waarom is **verdriet** zo moeilijk? Ik voel me schuldig in de dingen wat ik zei.



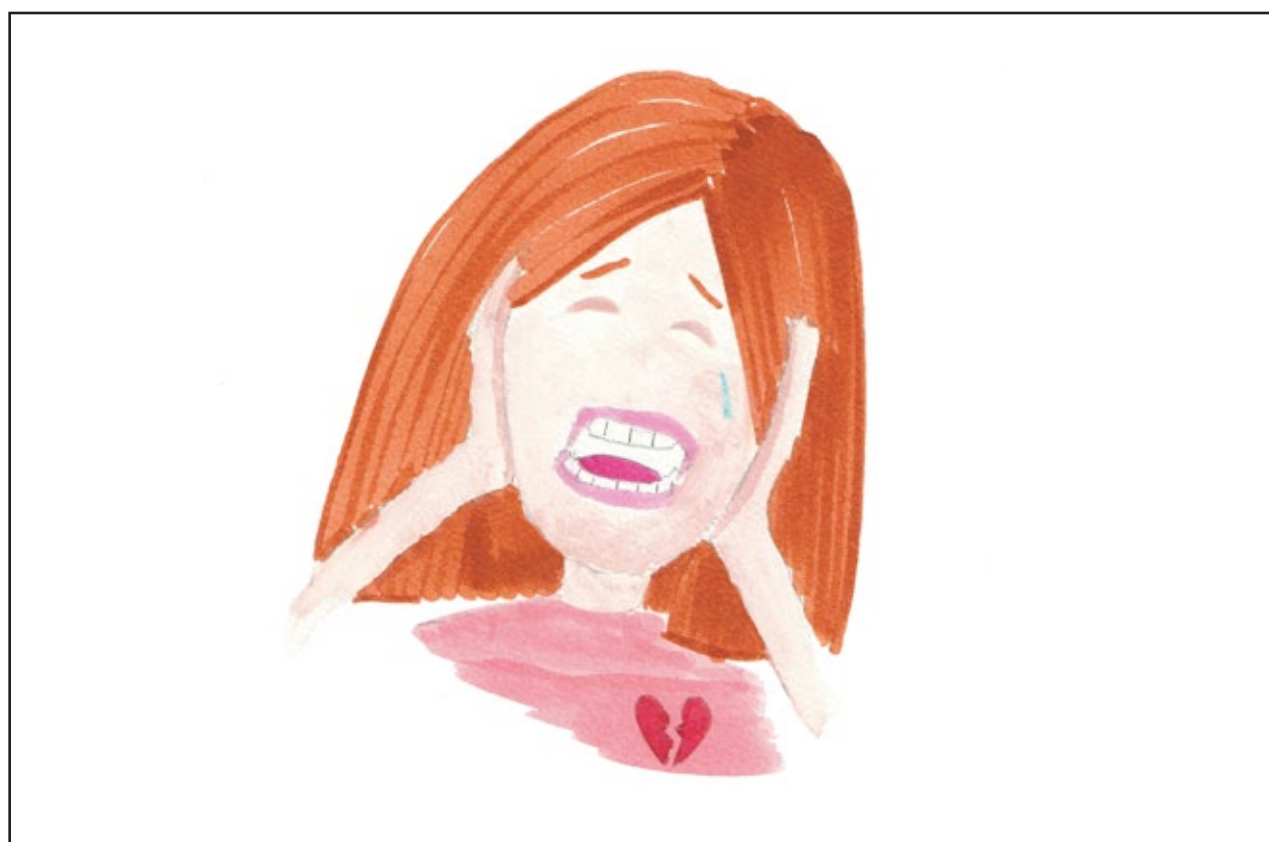
Ik voel **onrust** in mijn lijf. In frustratie smijt ik mijn laptop op de grond.



Mijn vriendin komt langs. Ze ziet gelijk wat ik heb gedaan. Ze is even **geschrokken** als ik.



Ik huil. Ik wil haar echt terug. Ze troost me.



Mijn hart is gebroken, zoveel verdriet en **frustraties**.



Ik kan niet met emoties omgaan. Wat moet ik er mee? Ik pak **alcohol** om niets te hoeven voelen. De volgende keer neem ik **pillen**. Waarvoor leef ik nog?



Ik beeld me in dat de ambulance mij naar het ziekenhuis brengt. Ik wil niet dood. Ik **schreeuw** alleen om hulp. Ik wil dat ze me zien.



1 jaar later... Ik voel de kracht weer in mijzelf. Ik begin weer te leven. Ik geniet!