Voel jy oorweldig deur jou emosies?

Om 'n Tiener te wees is nie maklik nie! Jy gaan deur 'n klomp veranderinge, jy leer jouself ken, jy word dikwels ontnugter, en is nie altyd seker wat die regte keuse in 'n situasie is nie. Dit alles kan jou nogal oorweldig.

Gelukkig het Jesus ons nie sonder raad gelos nie! As jy nie seker is wat om te doen nie, verwys altyd terug na die Bybel. As jy eensaam en aleen of verskrik voel, moenie dink dis net jy nie. Jesus is is altyd daar as jy net luister.

Hier is 'n paar skriffies wat jou sal help as jy blou voel! Maak dit jou eie, en kyk of jy nog skriffies kan opspoor in die Bybel, wat met daardie probleem kan help.

Bespreek dit gerus met jou ouers, 'n Jeugleier by jou kerk, of 'n beste vriend / vriendin wat ook die Here dien.

EK Sê	**JESUS Sê**	**BYBEL VERSIE**
Dit is onmoontlik!	Alle dinge is moontlik	Lukas 18:27
Ek is te moeg	Ek sal jou rus gee	Matt 11:28-30
Niemand is rerig lief vir my	Ek is lief vir jou	Joh 3:16 & Joh 3:34
Ek kan nie so aangaan nie	My genade is genoeg	II Kor 12:9 & Psalm 91:15
Ek kan nie dinge uitpluis nie	Ek sal jou lei	Spreuke 3:5-6
Ek kan dit nie doen nie	Jy kan enige iets doen	Fil 4:13
Ek is nie daartoe in staat nie	Ek is in staat	II Kor 9:8
Dit is nie die moeite werd nie	Dit sal die moeite werd wees	Rom 8:28
Ek sal myself nooit kan vergewe nie	Ek vergewe jou	I Joh 1:9 & Rom 8:1
Ek kan nie cope nie	Ek sal in al jou behoeftes voorsien	Fil 4:19
Ek is bang	Moenie vrees nie	II Tim 1:7
Ek's altyd gestres en frustreerd	Werp al jou sorge op my	I Petrus 5:7
My geloof is nie groot genoeg	Almal het geloof ontvang	Rom 12:3
Ek is nie slim genoeg nie	Ek gee jou wysheid	I Kor :30
Ek voel alleen	Ek sal jou nooit alleen los nie	Heb 13:5

Mag jy vandag God se liefde vir jou ervaar. Jy is baie spesiaal vir Hom! Hy het sy lewe vir jou afgelê.