

私のコラージュ

■用意するもの

不要になった雑誌や写真のコピー、ハサミ、ノリ

■使い方

自分がGood Feeling（快）に感じる好きな物を雑誌や写真を切り抜いて、人型シルエットの中へと自由に貼って作成しましょう。

- ・好きなモノ、コト
- ・情熱をかけているもの
- ・興味、関心のあるもの
- ・チャレンジしたいこと
- ・大切なもの
- ・偏愛なもの
- ・家族など

■自分らしさを表現する

自分って、どんな人？を具体的に、また客観的にアウトプットすることができます。

心から望む生き方や、自分らしさ、個性を知る手がかりとなります。

自己認識、自己開示、自己表現するツールとしてご利用ください。

お名前

