

Omakuva sukupuolesta

Piirrä tai maalaa unelmaomakuvasi.

Voit myös leikata lehdestä kuvia, ja toteuttaa unelmaomakuvasi kollaasimenetelmin.

Omakuva voi olla minkäläinen tahansa, päästä irti kaikista rajoituksista.

Unelmoi vapaasti.

Sinulla ei välttämättä ole mielessäsi tarkkaa kuvaa, kun aloitat omakuvan tekemisen, se ei haittaa. Usein piirtäessä tai maalatessa omat tuntemukset ja toiveet voivat selkiytyä.

Voit halutessasi lisätä kuvaan myös itsellesi tärkeitä ihmisiä, eläimiä tai asioita, joista pidät tai asioita, joita haluaisit elämässäsi tehdä.

Jos haluat voit näyttää työntekijälle tai jollekin läheillesi valmista omakuvasi.

