OBSERVATION / 462

MIND / 062

그리운 사람에게 남기는 말

쓰고 싶은 만큼만 적어도 돼요.

01 **기억**

떠오르는 장면 하나를 적어요.

02 **마음**

전하고 싶은 말을 남겨요.

03 **선택**

불편하면 멈추고 다른 활동을 해도 돼요.



LETTER

편집부 기록·계획 양식
기록 예시이며 진단·평가 도구가 아닙니다.
편집부 · 기록 양식

MIND 062 / 100
2026.10.18