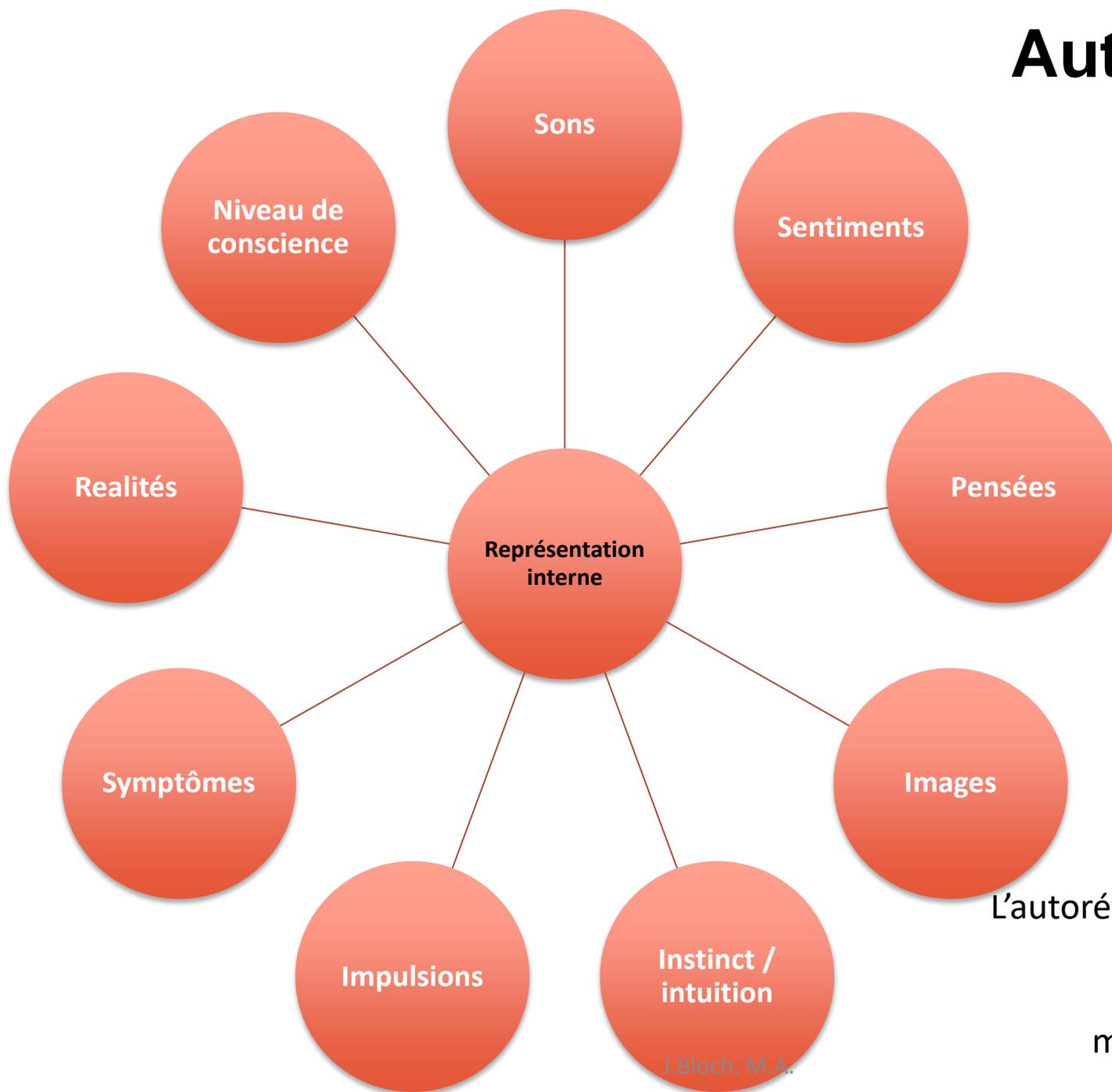




Auto-Réflexion dans l'approche intermédiaire

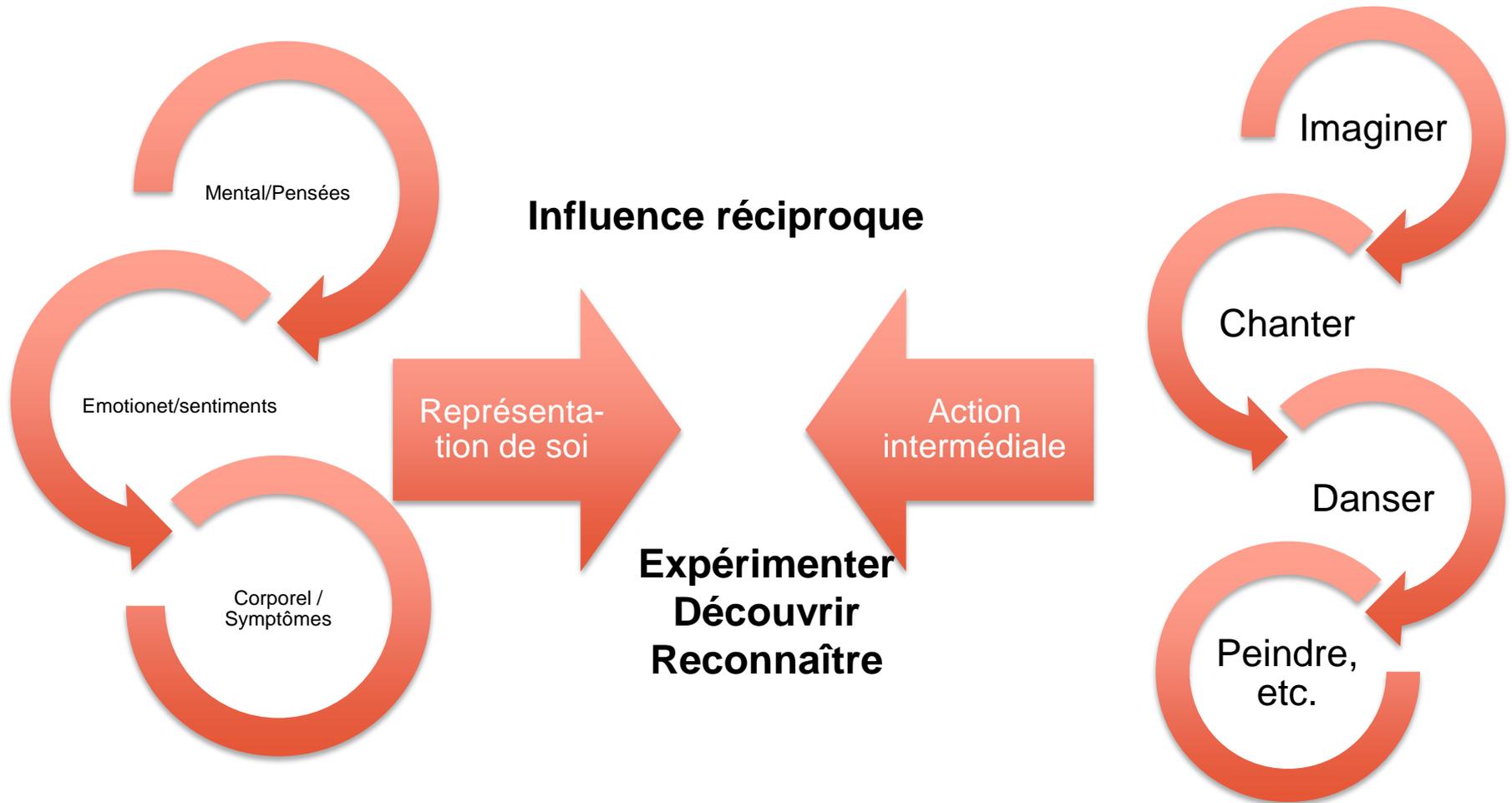
Présenté par
Jasmin Bloch, MA
Art-thérapeute DF
Supervision et thérapie formatrice OdA ARTECURA

Auto-réflexion



L'autoréflexion n'équivaut pas à la stagnation
L'autoréflexion est un mouvement au sein d'un système

Auto-réflexion intermédiale



Un dérangement / un blocage dans un champ peut souvent être reconnu et travailler dans un autre.

Auto-réflexion Intermediale

Multidimensionnel/
Multimodal

Différentes méthodes
créatives

Holistique

Corps, Pensées,
Sentiments

Expérience
vécue

Mobile (en
mouvement)
créant des liens

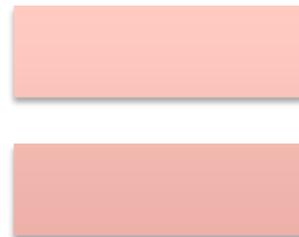
Visible
reconnaissable

Auto-réflexion Intermediale

Deux manières de faire:

**Dedans ->
Dehors**

- Représentation de soi
- Actions intermediale
- Observation / réflexion



**Dehors ->
Dedans**

- Actions Intermediale
- Représentation de soi
- Observation / réflexion

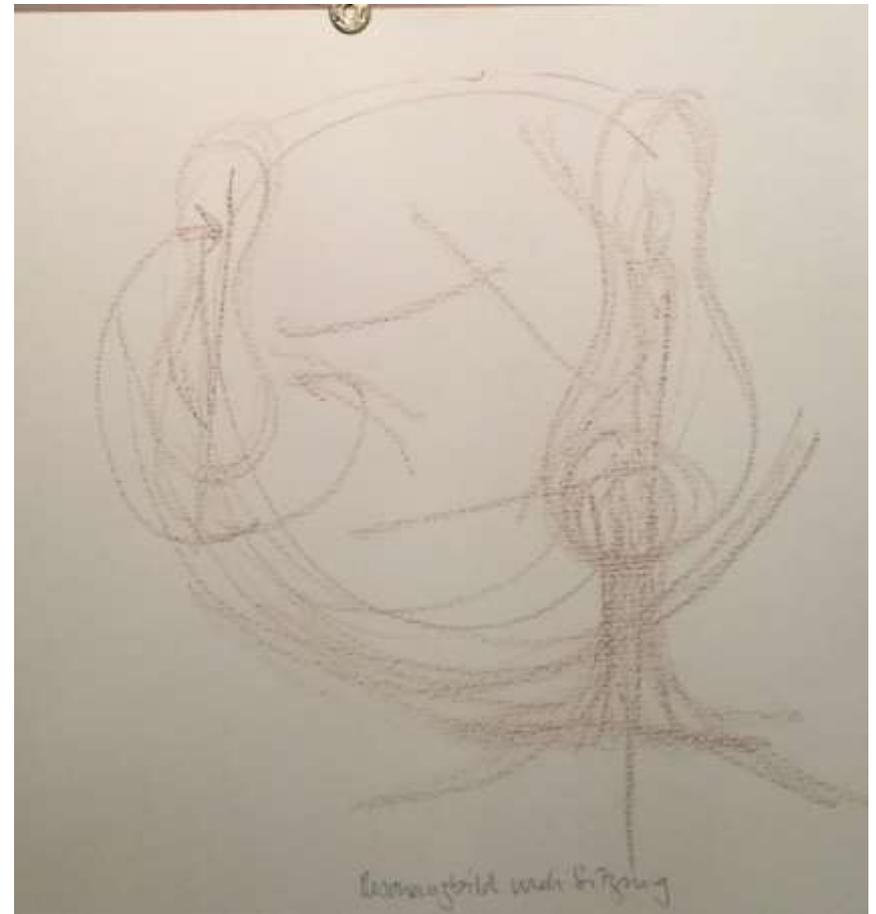
Exemples personnels

Auto-réflexion dans la pratique
personnelle
professionnelle

Avant la séance



Après la séance



Comment puis-je créer une auto-réflexion intermédiaire?

- Garde un espace pour la réflexion
- Décide comment tu veux procéder
- Combinaison de méthode créative, orienté vers l'expression et la contemplation
 - L'œuvre/l'acte/l'expression comme soutien et comme aide à l'observation
- Recherche et confrontation
 - Avec les réaction, projection, transfert conscient et inconscients
 - *Qu'est ce qui est/devient visible, sensible etc.? Qu'est ce qui a été évité?*
- Acquisition de connaissances
 - Essai de nouvelles perspectives, de nouveaux niveaux de conscience
- Intégration (assimilation)



... cela ne m'intéresse pas de savoir où, quoi ou avec qui tu as appris.

Je veux savoir, ce qui te maintient debout, lorsque tout le reste tombe.

Je veux savoir, si tu peux être seul et si, dans les moments vides, tu apprécies vraiment ta propre compagnie...

-Orah Mountain Dreamer