

Une expérience d'intériorité...

La métaphore de l'arbre - « Je suis un arbre »

1. Je pousse dans un sol

La quantité de terre que je dessine montre peut-être que j'ai peu ou beaucoup de personnes dans mon entourage immédiat.



2. J'ai des racines

Ce sont toutes les personnes qui m'influencent, tous les milieux ou les groupes qui font ce que je suis aujourd'hui. Ou un souvenir, un évènement qui m'ont édifié....

Peu de racines en mémoire: peu d'influence de personnes, de milieux ?

Beaucoup de racines (trop ?) : grosse influence de personnes, groupes,...

Si les racines sont grosses, peut-être que ces personnes-milieux prennent de l'importance dans ma vie.

Il y a des racines qui ont pu m'influencer de manière positive ou négative.

Y repenser m'invite à une relecture de mes fondements-souvenirs.

Plus la racine est profonde, plus elle a de la place dans mon histoire.

3. J'ai un tronc

Il est comme mon présent.

Large et droit peut signifier que je suis bien actuellement ...

Penché en avant peut signifier que j'aimerais me plonger dans un futur.

Penché en arrière peut signifier que j'aimerais me plonger dans le passé.

Mais l'important est plus d'exprimer que d'analyser.

Ce tronc peut comporter des cicatrices : ce sont peut-être mes obstacles actuels...

4. J'ai des branches

Ce sont mes centres d'intérêt choisis ou obligés (école, loisirs, amour, famille, amis, sport, ...). Ils sont multiples.

5. J'ai un feuillage

Le feuillage se fait en fonction de l'importance que j'accorde à mes branches. On peut avoir une très grosse branche qui prend du temps mais qui a peu de feuillage car elle a peut-être moins d'importance à mes yeux.

Ex chez les ados :

Grosse branche « école » mais un petit feuillage.

Petite branche « amour » mais un grand feuillage.

6. Dans le feuillage

On peut trouver :

- Des nids avec certains œufs : ce sont les souhaits du domaine.
- Les fruits : ce sont les dons, les qualités que je possède.
- Des couleurs spécifiques qui expriment des choses pas encore clarifiées ou nommées

7. Autour de mon arbre

C'est l'atmosphère de sa vie. Le ciel peut être serein avec de petits nuages ou de gros nuages. Les gros nuages gris peuvent être des obstacles dans ma vie, des problèmes épineux... Là encore l'important est d'exprimer sans jouer à l'analyste.

8. Remarque

Il est important de signaler que le dessin est personnel. Il n'est pas obligatoire de le montrer...C'est un choix personnel. On peut ne rien montrer comme on peut montrer une partie du dessin. Il faut noter la signification possible de chaque partie de l'arbre. L'arbre n'est qu'une représentation à un moment donné de la vie ; il peut encore évoluer...

L'important c'est que le dessin invite à une relecture personnelle de sa vie.