Séance du 24 février 2025

La thérapie par l'art

Christophe DAUBIÉ
Académie des Sciences et Lettres de Montpellier

MOT CLÉS
Art-thérapie, thérapie par l'art, créativité, folie, santé mentale, psychiatrie, troubles bipolaires, art brut, Alzheimer, psychanalyse, schizophrénie

RÉSUMÉ
L'art peut être utilisé comme un outil préventif ou curatif. Il peut prévenir ou traiter les maladies mentales afin d'obtenir cet équilibre précaire qui doit exister entre le matériel et le spirituel. La santé mentale résulte de l'interaction de multiples facteurs, parmi lesquels l'environnement professionnel constitue l'un des déterminants les plus influents. La folie est-elle le moteur de la création ? Diderot disait à son époque : « les grands artistes ont un coup de hache dans la tête[1]. » De nombreuses études scientifiques tendent à prouver qu'il n'y a pas un lien de causalité entre folie et créativité mais un lien de parenté. L'art brut ne peut être considéré comme de l'art-thérapie. La thérapie par l'art demeure une approche thérapeutique complémentaire dans le traitement des maladies mentales comme la schizophrénie, les troubles bipolaires.

Si l'on utilise le terme « thérapie » deux approches sont possibles. Soit l'art est utilisé comme un outil préventif, soit comme un outil curatif. On a recours aux arts créatifs de différentes manières pour prévenir la santé mentale ou traiter les maladies mentales, dans les deux cas l'objectif étant d'améliorer sa santé mentale et obtenir cet équilibre précaire qui doit exister entre le matériel et le spirituel. Ils peuvent impliquer le théâtre, la psychothérapie par la danse et le mouvement, la musicothérapie, la poésie, le dessin, la peinture et même l'artisanat.

L'approche psychologique moderne s'intéresse aux processus cognitifs qui affectent l'expérience esthétique. Elle cherche à expliciter les différents facteurs qui rendent compte du fait qu'une œuvre d'art puisse exprimer une émotion[2].

La santé mentale est déterminée par de nombreux facteurs, socio-économiques, biologiques et environnementaux, étant donné que, dans notre société moderne, l'environnement de travail est le principal facteur qui influe sur celle-ci, exprimant ses émotions et souffrances dans un but de mieux-être. La santé mentale est constituée de trois composantes : la santé cognitive, la santé émotionnelle et la santé comportementale.

---

[1] D. DIDEROT, « Salon de 1765 », *Œuvres complètes* t. XIII, p. 189.
[2] A. TCHERKASSOF https://www.lippc2s.fr/wp-content/uploads/Approche-Psychologique_Tcherkassof_2014-09-10.pdf

Je crois à l'approche préventive, quand je dis préventive c'est comment réduire le stress, l'angoisse et même la paranoïa qui sont la porte d'entrée au burn-out, au renoncement et à la dépression, jusqu'au suicide parfois. Comment l'art peut-il améliorer notre bien-être ? J'en ai fait moi-même l'expérience, j'ai trouvé ma voie d'artiste car j'ai pratiqué ce que je pourrais qualifier d'auto-art-thérapie préventive.

Venons-en à l'aspect curatif. Comment l'art peut-il guérir ou tout au moins être un complément à un traitement médicamenteux. Aujourd'hui je m'attacherai donc à tenter de répondre à la question : comment l'art peut-il être utilisé dans le cadre des maladies mentales comme la bipolarité, la schizophrénie et la dépression ? Avant d'analyser l'aspect curatif, il est nécessaire, comme pour toute maladie, d'en analyser les symptômes mais aussi l'origine. Dans ce cas précis, puisque l'on traite de l'influence de l'art sur les maladies mentales, j'ai donc choisi, comme symptôme, santé mentale et création : une mutation des représentations esthétiques. Quant aux origines des maladies mentales, je mettrai l'accent sur l'évolution génétique de l'Homme, ce qui conduira à répondre à une question toujours en suspens : la folie est-elle le moteur de la création ?

L'art au service des maladies mentales : le terme « au service de » est tout particulièrement intéressant. Partons de la citation de Louise Bourgeois quand elle parlait de « maman », son araignée géante de prime abord menaçante mais en fait tout le contraire, car pour elle c'était la représentation de sa mère « enveloppante » et « protectrice » face aux attitudes tyranniques de son père à son égard. Elle disait donc : « l'art est une garantie de santé mentale ». Dans ce cas précis, l'art est bien au service de la santé mentale. À l'opposé, si l'on reprend la citation de Diderot (« les grands artistes ont un coup de hache dans la tête »), cette phrase met en évidence ce courant très prégnant à l'époque, et encore de nos jours chez certains, qu'il y a un lien très fort entre folie et créativité. Les grands créateurs sont fous, d'où leur talent. À l'inverse, dans ce cas, si le lien est consécutif, la santé mentale n'est-elle pas au service de l'art ? Dans cette conférence ce paradoxe sera donc abordé et d'ailleurs traité lorsque j'aborderai l'art brut.

Les symptômes : à propos de l'influence des maladies mentales sur les représentations esthétiques, la question à se poser est de savoir si l'art est santé ou maladie. L'art est communément envisagé comme un outil à visée thérapeutique ; mais ne pourrait-on également concevoir l'inverse : une thérapie par l'art, dans et par l'acte esthétique lui-même ? Si les représentations artistiques peuvent être marquées, voire altérées, par des troubles psychiques, que penser alors d'une société pathogène, produisant elle-même ces désordres ? En ce cas, l'art ne serait pas tant le reflet d'un sujet malade que le miroir d'un monde lui-même en crise – un miroir déformant, certes, mais profondément révélateur de la maladie sociale dont il procède.

Une œuvre artistique voit le jour à partir d'un artiste considéré comme un individu social. Il faut donc intégrer que sa création a son propre positionnement dans la société. L'art est-il alors santé ou maladie dans la société qu'il représente ? L'art ne traduirait-il pas, suivant les époques successives, les dysfonctionnements sociaux et sociétaux ? L'art est une valeur sociétale. Freud disait « qu'il offre des satisfactions substitutives en compensation des plus anciennes renonciations culturelles »[3]. Cela veut dire simplement que l'art offre aux citoyens, mais aussi à l'artiste qui compose l'œuvre, un accès à ce à quoi ils ont dû renoncer. Il donnerait forme à des fantasmes qui deviendraient des réalités d'une nouvelle sorte. Psychanalytiquement, toujours selon Freud, l'artiste suit une voie particulière, celle du procès de la sublimation, destin particulier de la pulsion, lui permettant de trouver un nouveau but non sexuel en des objets socialement valorisés.

---

[3] S. FREUD, *L'avenir d'une illusion*, 1927, c. 2, p. 20; en ligne https://www.atramenta.net/lire/oeuvre27132-chapitre-2.html avant-dernier paragraphe.

Ces remarques tendraient à prouver que l'art est un indice de bonne santé de la société, attention une société dite normale car basée sur l'utopie de la recherche de modèles à atteindre. Une société dite normale mais une société « dérangée » qui engendrerait un art « dérangé ». Ce ne sont donc pas les maladies mentales qui dérangent l'art mais la société elle-même qui les a engendrées. L'art « dérangé » ne remet-il pas en cause nos valeurs culturelles ? Dada s'opposait à l'art établi (l'art dit normal ou traditionnel) en défiant les autorités et en prenant à contre-pied cet art traditionnel emprunté, perclus de convenance, le miroir d'un ronronnement satisfait de cette société absurde qui a conduit à la guerre, n'engendrant que désillusion. En Autriche, à la sortie de la Seconde Guerre mondiale, l'actionnisme viennois s'érige contre une société demeurée profondément conservatrice et marquée par un antisémitisme persistant, en dépit des horreurs révélées par la Shoah. La violence des œuvres artistiques, le chaos qu'elles mettent en scène, les références explicites à l'Holocauste ainsi que leur critique virulente de la religion peuvent être interprétés comme les manifestations d'une tentative de fixation – voire d'exorcisme – des traumatismes laissés par la guerre.

Une jouissance orgiaque expiatoire qui n'a pour objectif que de choquer le spectateur à la recherche d'une sublimation dans l'art. Dans ce mouvement, les créateurs veulent sortir de cette sublimation esthétique pour rejoindre les « marges de l'art » et, en même temps d'ailleurs, les marges « de la santé mentale », flirtant avec la perversion. C'est donc bien la preuve que l'art n'est pas forcément un signe de bonne santé, pas celle de l'artiste mais de la société où l'artiste a trouvé un équilibre dans sa création certes, mais celle-ci n'est pas signe de bonne santé. Et l'esthétique de son œuvre s'en ressent. Cependant, si l'art peut être un signe de mauvaise santé, ce n'est pas forcément qu'il soit malade.

On a vu que la société et ses déviances pouvaient impacter la santé mentale de l'artiste et par conséquent ses créations, mais le processus de création n'influe-t-il pas aussi sur la santé mentale de l'artiste ? Michel de M'Uzan, neuropsychiatre et psychanalyste, parle d'un véritable enfer pour l'artiste qui ne peut échapper à son irrépressible besoin de création et toutes les souffrances qu'il entraîne, tant il va toucher à ce qui remet en cause son intégrité narcissique[4]. La sublimation de l'artiste peut laisser place à une panne créative susceptible de conduire aux tendances névrotiques.

Ce qui ressort de cette analyse de l'influence de la santé de la société sur l'artiste et son œuvre, en y associant le processus créatif qui peut générer lui-même un déséquilibre mental, c'est que l'art et son esthétique doivent être pensés avec le tissage social et culturel, en lien avec la société environnante, une pleine intersection entre le monde privé et le monde public. Les termes de « santé » et de « maladie » attachés à l'art ou à l'artiste lui-même s'articulent à la norme qui sert d'étalon aux déviances, déraisons, perturbations de l'ordre donné, comme a pu le montrer Michel Foucault[5].

Les symptômes ayant été passés en revue, venons-en aux origines des maladies mentales.

Dans son livre *Un coup de hache dans la tête*, Raphaël Gaillard, professeur en psychiatrie à l'hôpital Sainte-Anne se pose la question : si l'on se réfère aux études scientifiques des dix dernières années, la folie et les maladies mentales n'ont-elles pas été sélectionnées par une évolution darwinienne ? Des études scientifiques poussées ont porté sur l'origine de la folie. Le cerveau a un fonctionnement complexe et fragile. Le rapport au réel est brouillé par nos sens, nos pensées et nos représentations mentales. Les maladies mentales sont réparties de façon uniforme sur la planète. L'Organisation

---

[4] M. de M'UZAN, *La chimère des inconscients* (Paris, PUF, 2008) ou *L'inquiétude permanente* (Paris, Gallimard, 2025).

[5] Voir, par exemple, ses cours au Collège de France en 1974-1975, *Les anormaux* (Paris, éd. Points, 2024), et, en 1975-1976, *« Il faut défendre la société »* (Paris, éd. Points, 2024).

Mondiale de la Santé (OMS) classe les maladies mentales comme première cause de handicap dans le monde. Elles font l'objet d'un tabou alors qu'elles sont très fréquentes. Troubles bipolaires 2 % de la population, schizophrénie 5 %, dépression 20 % de la population. Une personne sur cinq dans le monde souffrira d'un épisode dépressif. Ce que cela révèle de nous, c'est que les maladies mentales sont une caractéristique de l'humanité, elles sont réparties de la même façon, quels que soient la longitude, la latitude, les cultures, les classes sociales, les pays pauvres ou riches. C'est donc une caractéristique intrinsèque des êtres humains. Est-ce qu'elles auraient été sélectionnées au travers de l'évolution et si oui, pourquoi ? C'est là qu'émerge le lien entre folie et créativité. La dépression, une cause psychique. Il peut y avoir des déterminants génétiques. Bien sûr, il y a des facteurs de vie qui peuvent précipiter dans la dépression, d'une manière hasardeuse, épigénétique.

Ces maladies ont des facteurs biologiques qui ne sont pas seulement liés à des facteurs psychologiques. Plutôt que de perdre seulement la tête, c'est surtout le risque de se perdre en perdant son identité sans trop savoir qui l'on est. Alors l'évolution darwinienne dans tout cela ? En général, un caractère s'installe pour procurer des avantages à l'échelle humaine et ainsi être utile à la perpétuation de l'espèce. Les troubles psychiques dans tout cela ? Il semblerait que cela ne procure pas des avantages à l'échelle humaine, c'est plutôt un inconvénient. Il faut donc trouver un autre facteur lié aux troubles psychologiques, mais lié à l'évolution, sans suivre le modèle de Darwin. Que veut dire, dans ce cas, le terme « sélection » dans le cadre des maladies psychiques ? Si on compare l'*homo sapiens* et le Néandertal qui ont vécu ensemble, les gènes de fragilité ou troubles de vulnérabilité psychique sont dans le génome du *sapiens* que nous sommes et ils ne sont pas présents chez l'homme de Néandertal. Il n'est pas davantage permis d'avoir ces gènes supplémentaires, c'est ce qui diffère de la théorie darwinienne qui voit l'évolution comme un avantage supplémentaire par rapport à ce qui existait. Il faut donc rechercher quelque chose qui serait lié aux troubles psychiques, sans que ce soit des troubles psychiques, mais qui nous accompagne au cours de l'évolution. On en revient alors à l'idée qui a taraudé nos Anciens et qui en taraude encore certains : la créativité est-elle liée à la folie ? Les Grecs anciens pensaient que la mélancolie était le ferment de la créativité ; pour les Romantiques c'était l'exacerbation des passions. Les surréalistes revendiquent la liberté absolue comme les schizophrènes mais, ne nous trompons pas, les troubles mentaux ne sont pas vecteurs de créativité, c'est beaucoup plus subtil. L'évolution a sélectionné des gènes qui ont décuplé, centuplé les prouesses de notre cerveau mais aussi ces mêmes gènes ont augmenté notre vulnérabilité aux troubles mentaux. La liaison était donc simpliste en la considérant comme consécutive. Entre l'*homo sapiens* et le Néandertal, il y a eu deux évolutions importantes et fondamentales : le langage et art. Le cerveau est un organe très complexe. Si l'on reprend l'image du singe nu, nous sommes nés inachevés, nous naissons de façon incomplète, incapables d'être indépendants. Nous naissons sans les capacités de ce qui va faire de nous des êtres humains. Ce qui va venir compléter ce singe nu, ce qui va nous faire évoluer, c'est cette transmission de culture qui va faire de nous un être humain. Le langage en sera le vecteur, il vient habiller, habiter ce singe nu qui est l'homme à sa naissance. Les troubles mentaux sont liés à la créativité de l'homme mais pas directement. Il y a en fait un lien de parenté. Des études réalisées en Suède ont montré que la probabilité d'exercer un métier créatif était d'autant plus élevé que vous aviez un parent – père, mère – qui souffrait de troubles psychiques. Il y a donc un lien de parenté mais pas un lien de superposition directe, j'utiliserais, quant à moi, le terme « consécutif ». On n'est pas créatif parce que l'on est fou, mais c'est quelque chose qui lie, c'est cette capacité à se représenter le monde par le langage. L'artiste se représentera le monde au travers de son œuvre.

Les maladies mentales et la créativité ? Base génétique ou culturelle ? À la racine, il y a donc quelque chose qui nous rend vulnérable. Une étude montre que, lorsque l'on compare l'homme actuel et le singe, notre cerveau code l'information de manière plus complexe que celle du singe, plus d'informations sont emmagasinées mais d'une manière moins fiable. Au niveau de l'évolution, c'est comme si ce qui a été sélectionné, c'est cette capacité à traiter des informations très complexes au détriment de la fiabilité, notre cerveau étant devenu, au gré de l'évolution, un ordinateur superpuissant mais il bugue, les troubles psychiques en sont les conséquences. Ces troubles mentaux sont humains, ils seraient liés à cette capacité à traiter la complexité, et il faut y associer le côté incomplet de notre naissance qui se doit d'être parachevé par la culture, la transmission, la force du langage et des récits. Il est donc nécessaire de faire un pas de côté quand on associe maladie mentale et créativité, avec, toujours, ce lien de parenté mais pas de superposition. L'humain est un être qui se représente le monde, capable de penser le monde afin d'en enrichir sa vision. On peut se perdre et dérailler. Les troubles psychiques et les troubles mentaux sont le prix à payer pour ce qui fait de nous des êtres humains.

J'ai peut-être été un peu long pour cette partie mais je pense qu'il était important d'analyser l'origine de la maladie si l'on veut ensuite trouver une thérapie.

Laissons la place aux artistes, comment vivent-ils leur maladie mentale et leur créativité ? Beaucoup pensent qu'ils auraient été plus créatifs s'ils n'avaient pas souffert d'un trouble mental, d'autres *a contrario* refusent de se faire soigner car ils craignent de perdre leur créativité. Je cite Gérard Garouste, souffrant de troubles bipolaires : « J'en ai assez de ce poncif romantique qui dit qu'être artiste c'est être fou. Ma maladie m'a empêché de créer autant que j'aurais voulu[6]. » Il en ressort que, dans ses moments d'excitation, d'exacerbation, d'euphorie, ce qu'il fait n'est pas bon. C'est parce qu'il se soigne qu'il est capable de créer.

Dans le cas de la schizophrénie, troubles délirants, elle pourrait être créative mais en fait non, elle ne l'est pas. Une œuvre d'art se doit d'être construite, toute une architecture la tient. L'artiste atteint de cette maladie, certes a des moments créatifs, mais derrière il y a toute une désorganisation qui ne permet pas de faire l'œuvre.

L'art et les sciences psycho-médicales, l'invention de l'art brut[7]

Les scientifiques se sont intéressés aux productions des malades mentaux ; de leur côté, les artistes « normaux » regardaient ces œuvres comme des œuvres de marginaux. Il faut différencier chez les artistes dits fous, les créateurs qui créent avant leur internement, et ceux qui créent à partir de leur internement : « l'imagination dans la folie ». Les médecins s'intéressent à la création et à l'esthétique chez les malades mentaux, mais ils cherchent surtout à comprendre la maladie en jeu, source de ces pulsions créatrices qui peuvent être spécifiques selon la maladie. Dans ce corpus, il faut absolument différencier les artistes qui puisent leur inspiration dans la spontanéité, hors des contraintes académiques, créations de l'art mineur face à l'art traditionnel, l'art naïf repris par de grands artistes, Paul Klee et les dessins d'enfants. Les exclus de la société, les marginaux et d'autres non affectés par des maladies mentales s'inscrivent dans l'art primitif. L'art brut initié par J. Dubuffet entretient un rapport flou avec les maladies mentales car les frontières sont difficilement caractérisées. L'art brut se définit par opposition aux arts classiques et académiques, un art débridé bien loin de cet art

---

6 *L'intranquille : autoportrait d'un fils, d'un peintre, d'un fou,* Paris, Collection Poche, 2022.

7 Pour cette partie, voir M. JALÂLI FARÂHÂNI, « Art brut et la création hors normes des malades mentaux », *Revue de Téhéran*, n° 5, 2006, http://www.teheran.ir/spip.php?article600#gsc.tab=0.

« normalisé », loin de cette « asphyxiante culture » comme le disait Jean Dubuffet. Il ajoutait : « si la folie allège son homme, elle lui donne des ailes et aide à la voyance. Il n'y a pas de raison d'en faire un département spécial. Il n'y a pas plus d'art de fous que d'art des dyspeptiques ou des malades du genou[8]. »

L'art brut est une œuvre d'art produite par un artiste qui n'est pas connecté au monde de l'art traditionnel, non pas par choix mais par les circonstances. Au départ, ces artistes étaient des personnes socialement ou culturellement marginales, plus maintenant. Ils ont adopté des visions d'un monde non conventionnel, loin de la culture dominante. De plus, ces artistes « en dehors du monde » – car parfois internés – n'avaient pas à leur portée les matières idoines à la création, c'est pourquoi beaucoup ont créé à partir de ce qu'ils avaient à leur disposition. Un voyage dans leur monde, une libération de leur enfermement physique mais aussi spirituel. C'est une production dans l'adversité sans viser la gloire ou la fortune.

Pour Jean Dubuffet, l'art brut puise dans les mécanismes psychologiques et pathologiques. Selon lui, il a une spontanéité irréductible qui ne saurait s'accommoder d'une prescription, encore moins à but thérapeutique. L'art brut n'est pas l'art-thérapie. Les créations de l'art brut ne suivent pas le processus de création classique dans toutes ses phases[9]. Selon Murielle Gagnebin, c'est un retour à l'archaïsme signant une proximité avec la pulsion, dans le primaire du jeu avec la matière, de l'ordre du fétiche et du dérisoire[10].

Selon moi, nous ne devons pas parler d'art brut mais de création brute. Ces œuvres remettent en question un pan entier de l'ordre social établi, par des productions souvent perçues comme extravagantes, au point de sembler frôler la folie. Pourtant, il ne s'agit pas encore là d'une représentation explicite de la maladie sociale, mais plutôt d'une confrontation entre l'art et une société qui ne reconnaît la création qu'à travers des repères culturels préétablis. L'art brut, quant à lui, s'affranchit radicalement de ces codes, allant jusqu'à inventer ses propres systèmes de référence, parfois en rupture totale avec ceux de la culture dominante.

Pour avoir été en dehors des normes collectives, doit-on être condamné et rangé dans la catégorie de fou ? Je pose la question : qu'est-ce que la normalité de l'art ? À tout moment on peut être blessé, déchiré, brisé. L'objectif est de se reconstruire. L'outil de cette reconstruction peut être une couleur, un bouchon en plastique, un objet usuel. Le soi-disant fou ou dérangé a entamé son processus de cheminement à la recherche de son « autre ». L'œuvre qu'il crée n'est que le miroir de son monde intérieur, à la recherche de sa propre identité. Ces œuvres peuvent nous déranger, nous troublent, c'est pourquoi elles sont attribuées à un dérangé. C'est une façon de nous rassurer, en nous disant que nous nous différencions de ce monde hors norme. Il faut s'interroger cependant, nous interroger sur nous-mêmes : n'avons-nous pas besoin d'un petit grain de folie pour sortir de notre norme pesante ?

Opposer l'art brut à l'art dit culturel conduit à une certaine ostracisation. Carine Fol[11] dit que l'invention de Jean Dubuffet « déstigmatise le lien entre l'art et la folie ». Pour ma part, ces artistes ont été broyés par une société qui a fait d'eux une valeur marchande, passant d'un ghetto marginal à une branche spécifique de l'art officiel. La marginalisation et l'étau de la folie n'ont été qu'un outil de réintégration dans une anormalité normale dans un but financier du marché de l'art.

---

8 Voir *Prospectus et tous écrits suivants* (2 t., Paris, Gallimard, 1967), ou *Art brut et créateurs d'art brut : textes et lettres 1945-1985* (Strasbourg, L'Atelier contemporain, 2023).

9 Pour ces références, voir M. JALÂLI FARÂHÂNI, art. cit.

10 Voir Michel de M'UZAN, Paris, PUF, 1996.

11 C. FOL, *De l'art des fous à l'art sans marges,* Skira, Milan, 2015.

L'art au service de la santé mentale ou la thérapie par l'art

Deux types de patients sont à considérer. Des artistes atteints de maladies mentales ; par conséquent il est important d'avoir les marqueurs de la maladie sur leurs œuvres au départ, car, au fur et mesure de leur guérison, en complément de l'analyse clinique, il est essentiel de suivre l'évolution de l'esthétique de l'objet. Le deuxième cas, ce sont des patients non-artistes qui vont créer, et l'évolution de leur première réalisation *versus* les suivantes sera analysée. Leur comportement en collectivité, leur communication intrinsèque seront aussi analysés.

Je ne suis pas spécialiste et donc la question que je me pose est de savoir s'il y a des marqueurs spécifiques pour la dépression, la schizophrénie ou les troubles bipolaires. Anne-Marie Dubois, qui est conservatrice d'un fonds de près de 70 000 œuvres réalisées par des patients de l'hôpital Sainte-Anne, dit : « il est erroné de penser qu'il existe des signes stylistiques spécifiques dans les œuvres réalisées par les malades ». Une autre question se pose : en soignant ces malades, modifie-t-on leur processus créatif jusqu'à le brider pour en faire un art trop formaté en les libérant de leur souffrance ? *A priori* non, puisque l'on a considéré que le lien entre créativité et folie n'était pas avéré.

Comment agit l'art sur notre cerveau ? Les spécialistes répondront que tout est une question de couleur, de lumière et de son. Par exemple, la luminothérapie permettrait de traiter les dépressions saisonnières. Les couleurs exercent une influence sur l'esprit et le corps, chaque couleur ayant un effet thérapeutique. Le bleu c'est la relaxation et le lâcher-prise, l'orange symbolise l'optimisme, le vert valorise la détente ? Est-ce à dire que ces couleurs peuvent faire défaut dans les œuvres des malades mentaux ? Je ne m'y aventurerai pas. Sont-elles des marqueurs dans l'évolution de la guérison du patient ? Une analyse comparative de l'avant et de l'après serait nécessaire.

Thérapie par l'art et schizophrénie

L'art est un moyen d'expression et de communication. Cette thérapie offre aux patients le moyen d'explorer leurs sentiments et de gérer leur comportement afin de développer des compétences sociales. Leurs pensées et leurs discours étant déconnectés de la réalité, la maladie les isole, rendant la communication difficile. L'art devient un moyen de communication visuelle, le patient créant son propre langage. La distraction créative les incite à se concentrer sur eux-mêmes, à vivre le temps présent. Réaliser une œuvre concrétise un accomplissement personnel qui les valorise intérieurement mais aussi extérieurement. L'art devient un moyen de construction-reconstruction qui exige de la concentration, de l'organisation, compétences souvent absentes chez le schizophrène.

Art-thérapie et psychoses

Perte de contact avec la réalité, hallucinations, délires conduisent à un fonctionnement social anormal. La psychothérapie par l'art dans ce cas consiste à développer des voies de médiation entre la pensée concrète et la pensée symbolique. Cette formation de symbole passera par l'interaction du malade avec les outils (le matériel) qui lui permettra de faire des expériences nouvelles. De nouveau l'art devient un langage de communication avec son monde intérieur. Créer aide à communiquer ses sentiments, ses fantasmes et ses craintes, cela aura un impact psychosocial direct. Son thérapeute l'aidera à promouvoir l'ordre, l'harmonie, la proportion, ces trois points faisant défaut dans les œuvres des psychotiques.

Thérapie par l'art et bipolarité

Les œuvres des personnes atteintes de bipolarité sont souvent sombres et désordonnées. Elles reflètent ce que j'appellerai le clair-obscur de leur humeur. Tel un pendule oscillant entre des phases d'exaltation et de dépression, le sujet en souffrance psychique cherche, à travers la thérapie par l'art, à stabiliser son mouvement intérieur pour atteindre une position médiane, un point d'équilibre entre ces deux extrêmes. Les personnes atteintes de trouble bipolaire qui parviennent à retrouver cette voie médiane traduisent souvent cet apaisement dans leurs œuvres, lesquelles gagnent alors en luminosité et en maturité.

L'art semblerait être une thérapie efficace pour les maladies mentales, qu'elle soit préventive ou curative. La voie de guérison est cependant difficile à détecter dans le cadre des œuvres peintes, si l'esthétique de ces dernières est prise comme seul marqueur principal. Elle est le reflet de son monde intérieur, ce langage qui lui permet de communiquer l'incommunicable dans notre langage courant.