

## **Art-thérapie : un éclairage philosophique**

Dr E. Peyron, Médecin Psychiatre, Hôpital de Jour Clinique Villa des Roses, Lyon, Md C. Ville, Philosophie, Lyon.

L'éclairage d'une histoire clinique est classiquement apporté par la psychologie, et en particulier par la psychanalyse. Celle-ci est souvent irremplaçable pour la mise en perspective de l'histoire d'un patient, de son parcours, de ses enjeux. La psychologie est un moyen pour expliquer dans un rapport de causalité le patient et son histoire. Il y a cependant d'autres possibilités. La philosophie peut en constituer un autre. La philosophie est cette possibilité d'expliquer la réalité. Les concepts philosophiques font souvent peur, mais en fait ne servent qu'à expliciter simplement une réalité, qui elle, est souvent complexe. La réalité est complexe, la philosophie est simple.

Dans cet article, nous allons nous prêter à l'exercice d'expliciter une histoire clinique classique (celle d'un burn-out professionnel), en s'appuyant sur l'approche philosophique d'H. Arendt, philosophe contemporaine, qui a beaucoup travaillé sur le rapport de l'homme à son milieu social, de l'homme dans sa dimension politique, au sens philosophique du terme.

Cet éclairage se veut original. Il montre surtout comment finalement une histoire clinique peut se prêter à plusieurs éclairages, qui ne sont pas opposés. Surtout cet exercice nous montre comment les éclairages, psychologiques, philosophiques ou autres peuvent être complémentaires. Cette complémentarité permet alors d'offrir à nos patients d'autres formes possibles de soin. Cette complémentarité des approches permet de donner du relief à l'histoire d'un patient.

### **Présentation clinique du patient**

Mr JR est adressé dans une structure ambulatoire de soin psychiatrique par son médecin traitant pour un syndrome anxieux. Ce syndrome anxieux s'inscrit dans un contexte de stress professionnel. Il ne reçoit pas de traitement médicamenteux.

Après avoir rencontré un des médecins psychiatres de la structure, il est organisé des entretiens individuels avec une psychologue pour élaborer le schéma de soin individualisé pour ce patient. Après plusieurs entretiens, il est organisé une prise en

charge autour d'entretiens individuels avec une psychologue, et d'une composante de créativité avec la participation à un atelier d'arts plastiques.

### **Première situation**

Mr JR débute sa prise en charge. Pour son premier jour, il bénéficie de son premier entretien individuel avec une psychologue, et d'une première participation à l'atelier d'arts plastiques. Il s'adresse au secrétariat pour savoir où se trouve la salle « pour la peinture ». La secrétaire lui répond qu'il ne s'agit pas de peinture mais d'arts plastiques, et que la salle est située dans un autre bâtiment réservé à l'expression de la créativité.

Le patient s'assoit dans la salle d'attente et repense à la remarque de la secrétaire, à sa distinction entre peinture et arts plastiques. Il n'avait jamais pensé à cette distinction. Mais à y réfléchir, il a l'intuition d'une différence qu'il ne peut expliquer. Ce mot d'arts plastiques vient alors résonner avec le mot de créativité que la psychologue avait employé lors des entretiens de construction de son schéma de soin.

### **Regard du philosophe**

Ce patient qui arrive dans l'unité suite à un stress professionnel illustre bien les difficultés que rencontrent de plus en plus de personnes à s'adapter à de nouvelles conditions de travail et aux exigences de performance en tout genre qui les accompagnent. En participant à cet atelier d'arts plastiques, il semble s'installer dans une autre temporalité et découvrir aussi une autre modalité du « faire ». Un détour par certaines distinctions conceptuelles présentes dans La condition de l'homme moderne, ouvrage de Hannah Arendt pourrait nous aider à éclairer une partie de ce qui se joue sans doute dans ce type de prise en charge. En effet, pour la philosophe, lorsque l'homme travaille, il est soumis aux nécessités de la vie et ne se comporte pas autrement que ne le ferait un animal : il pourvoit à ses besoins. Pris dans cette circularité de la production et de la consommation, il est asservi. La circularité du travail est asservissement.

Alors que se passe t-il quand il se trouve confronter à une situation qui n'est pas du travail. Que fait-il d'autre en peignant, dessinant ou sculptant dans cet atelier d'arts plastiques ? On pourrait faire l'hypothèse, avec H. Arendt, qu'il découvre ce qu'est une « œuvre », c'est-à-dire quelque chose d'autre qu'un produit résultant de son travail ou de sa technique. Mais qu'est-ce qu'une « œuvre » ? Certes, c'est une construction, une

fabrication, mais elle porte la marque de l'homme qui en est à l'origine, elle est comme son inscription, sa trace et en ce sens, elle est plus que de la matière : elle est le témoin d'une conscience qui se révèle à elle-même. En effet, au travers de l'œuvre c'est une partie de lui-même qui se dévoile. Ce dévoilement est à la fois pour les autres, mais par voie de conséquence pour lui-même. Créer une œuvre c'est se donner en tant que vu pour soi, et vu par les autres. On sait reconnaître un tableau de Monet, ou de Léonard de Vinci.

De plus, « œuvrer » représenterait pour les patients la possibilité de s'arracher aux exigences du monde du travail pour créer quelque chose de symbolique qui s'inscrira dans la durée (autant historique que psychique) et ne sera pas consommée comme une marchandise. Œuvre c'est se donner la possibilité, et c'est donner la possibilité d'un espace, créé par soi, et non technicisé par un autre, mais qui est reconnu par l'autre. Une œuvre d'art n'est une œuvre d'art qu'au moment elle est vue par un autre.

Dans cet atelier, il n'y a pas d'attente particulière, pas d'obligation de résultats ou de rentabilité. On peut prendre son temps, faire, refaire et défaire et durant toutes ces étapes, ne pas douter de son existence. L'œuvre donne cet espace de doute, car elle est n'est pas doute de sa propre existence.

## **Deuxième situation**

Voici quatre mois que Mr JR participe à l'atelier d'arts plastiques. Il a commencé par reproduire des œuvres, puis voici un mois qu'il s'est lancé dans une œuvre plus personnelle, dans une œuvre propre à lui. Il s'applique dans le choix des couleurs, il demande des conseils au plasticien qui est en permanence présent pendant la durée de l'atelier. Il est étonné par le fait que les autres patients regardent son travail, son œuvre. Lui vient alors une interrogation : comment se fait il que son travail attire le regard des autres patients, comme d'ailleurs lui-même est attiré par le travail des autres patients ?

## **Regard du philosophe**

Les propos du patient pourraient dire autre chose : une fois la création finie, il a comme besoin d'ouvrir cet espace privé aux regards des autres et aussi à leurs paroles. H. Arendt peut encore nous aider ici puisqu'elle montrera qu'avec le travail et l'œuvre, l'homme peut montrer ses talents mais pas sa singularité. Seule la parole pourra rendre

compte de l'identité du sujet et pas seulement de son existence et cette parole ne peut se dire que dans un espace public, que dans l'interaction.

Dans cette deuxième situation, le patient observe et se sait observé par l'intermédiaire de son œuvre, nous montrant ainsi que c'est par le regard que des êtres doués de conscience entrent en relation. Dans cet atelier d'arts plastiques, il n'y a pas que des objets ou des choses mais aussi des « sujets » c'est-à-dire des êtres qui peuvent être, par leur conscience, témoins de leur propre existence et aussi de celle des autres. Il y a donc un risque dans cette expérience du regard : celle que l'autre me réduise à mon œuvre tout comme moi je peux également « l'objectiver ». L'œuvre est donc un espace de risque car elle est certitude de la conscience de soi se dévoilant.

Dans ce cas, le regard perçu comme sévère fige de toute sa hauteur, « solidifie et aliène mes propres possibilités » pour reprendre les mots de Sartre. Les patients peuvent alors éprouver la peur d'être réduits à leurs œuvres, de n'être plus que cette peinture ou que cette forme créée dans cet espace, cette temporalité et d'être par elle, enfermés dans un jugement dans son sens juridique. L'expérience du regard peut être en ce sens fortement appréhendée par les patients qui ont souvent besoin d'être rassurés quant aux attentes et aux exigences « esthétiques » de l'atelier. Finalement, nous faisons l'hypothèse que derrière cette crainte de ne pas faire quelque chose de « beau » se cache cette peur du jugement objectivant d'autrui, de la réduction en tant qu'objet du sujet.

Mais paradoxalement, comme le montrera Sartre, pour avoir une image de soi-même, il faut passer par l'autre, ce qu'illustre bien le désir de nombreux patients, à un moment ou à un autre, de montrer et de soumettre leurs créations aux regards des autres, tant aux animateurs qu'aux autres participants de l'atelier. Si l'homme a besoin de ce regard d'autrui sur lui-même et prend donc le risque de cette rencontre, c'est que cela lui rappelle justement sa condition de sujet, d'être qui ne coïncide pas avec lui-même et qui a à façonner son existence au même titre qu'une œuvre. L'œuvre est une rencontre dans une œuvre qui est l'existence. En effet, pour Sartre l'existence étant pure contingence, sans justification, c'est par l'homme seulement, par ses projets et ses créations qu'un sens peut venir au monde. C'est l'œuvre du sujet qui donne le sens à son existence. Le regard d'autrui nous rappelant notre condition d'êtres séparés de nous-mêmes est ainsi un appel à l'action.

### **Troisième situation**

Voici six mois qu'il participe à l'atelier d'arts plastiques. Il a essayé différentes sortes de peinture, de couleurs, de techniques. Il a même essayé de déchirer son œuvre, puis de la reconstituer. Il a emprunté l'idée à une autre patiente, qui justement travaille à cette possibilité du déchirement d'une œuvre et de sa reconstruction. Il a au début trouvé cette idée assez bête, et même absurde il faut le dire car détruire un travail que l'on essaie de faire en plusieurs heures, du mieux possible, n'est ce pas absurde. Mais après tout, elle est libre, comme d'ailleurs lui aussi est libre de faire ce qu'il veut de son œuvre. Sa propre liberté ne s'arrête donc pas à celle des autres.

### **Regard du philosophe**

Cette troisième situation nous permet de clarifier cette notion complexe de liberté. Contrairement à ce que croit l'opinion commune, la liberté n'est pas la possibilité de faire ce que l'on veut, de n'être soumis à aucune contrainte ni aucune règle. Il serait d'ailleurs extrêmement angoissant pour des patients de recevoir la consigne « faites ce que vous voulez ! ». Nous pouvons dire en ce sens que l'atelier d'arts plastiques éduque en quelque sorte à la liberté car l'intervenant va pouvoir présenter toutes les possibilités qui s'offrent aux patients, tant au niveau des techniques que des représentations, et c'est seulement à partir de là qu'ils vont pouvoir véritablement choisir et donc user de leur liberté. Chaque patient pourra ainsi opter soit pour une reproduction, soit pour une création et, comme nous le disions précédemment, faire évoluer son œuvre sous le regard des autres.

En même temps que le patient se découvre « libre », il découvre l'autre « comme une liberté posée en face de moi, qui me pense » dit Sartre. Ainsi, nous pouvons dire que même si les choix sont subjectifs, tout projet a une valeur universelle en tant que représentant de notre condition. En tant que sujets, nous sommes en effet « jetés » dans l'existence et nous avons à construire notre essence dont nous serons entièrement responsables selon le philosophe. Pour poursuivre l'analogie avec la création d'une œuvre nous pouvons dire qu'un artiste n'est rien d'autre que ce qu'il fait, qu'il n'y a pas de tableau défini à faire et qu'on ne pourra connaître les valeurs esthétiques de sa création qu'une fois qu'elle sera finie et qu'on pourra interroger la cohérence entre ce qu'il a voulu faire et le résultat.

Les patients d'un atelier d'arts plastiques pourraient ainsi, par cette médiation, faire l'expérience de leur condition d'hommes libres et responsables, créateurs de leur existence, dépendants du regard de l'autre qui peut tout autant aliéner que révéler leur intériorité.

### **En conclusion**

L'art est donc l'expression d'une pensée. La psychanalyse répondrait que l'expression de cette pensée est le résultat de l'expression d'une sublimation d'un conflit intrapsychique. Le regard philosophique nous permet de voir combien autrui est incontournable dans l'expression artistique, que la créativité artistique s'appuie sur une conscience se dévoilant. Cette conscience se dévoilant a alors pour conséquence un regard plus libre. La sublimation par l'œuvre d'art ouvrait aussi le sujet à une liberté.

Les deux voies de réflexion que nous venons de mener, l'une philosophique, l'autre psychanalytique, aboutissent par des chemins différents à la liberté. L'œuvre d'art est une liberté retrouvée ou recouvrée.