L'archétype et ses manifestations dans un processus art-thérapeutique: une exploration théorique

Isabelle Alix

Travail de recherche

présenté

au

Département d'enseignement de l'art

et de thérapies par les arts

comme exigence partielle en vue de l'obtention
du grade de Maîtrise ès arts (M.A.)
Université Concordia
Montréal, Québec, Canada

Septembre, 2001

© Isabelle Alix, 2001

National Library of Canada
Acquisitions and Bibliographic Services
395 Wellington Street
Ottawa ON K1A 0N4
Canada

Bibliothèque nationale du Canada
Acquisitions et services bibliographiques
395, rue Wellington
Ottawa ON K1A 0N4
Canada

Your file Votre référence

Our file Notre référence

The author has granted a non-exclusive licence allowing the National Library of Canada to reproduce, loan, distribute or sell copies of this thesis in microform, paper or electronic formats.

The author retains ownership of the copyright in this thesis. Neither the thesis nor substantial extracts from it may be printed or otherwise reproduced without the author's permission.

L'auteur a accordé une licence non exclusive permettant à la Bibliothèque nationale du Canada de reproduire, prêter, distribuer ou vendre des copies de cette thèse sous la forme de microfiche/film, de reproduction sur papier ou sur format électronique.

L'auteur conserve la propriété du droit d'auteur qui protège cette thèse. Ni la thèse ni des extraits substantiels de celle-ci ne doivent être imprimés ou autrement reproduits sans son autorisation.

0-612-82663-5

Canada

RÉSUMÉ

L'archétype et ses manifestations
dans un processus art-thérapeutique:
une exploration théorique

Isabelle Alix

Ce travail se situe surtout dans le cadre de la psychologie jungienne et fait une incursion dans le monde de l'archétype et de ses manifestations dans un processus art-thérapeutique. Un retour aux origines du développement du concept de l'archétype est expliqué ainsi que les nombreuses définitions qui le qualifient: celle de Jung et des post-jungiens. L'archétype se manifeste au conscient par le biais d'images et de symboles issues des rêves, de l'imagination active, des fantasmes, etc. Les dimensions affectives véhiculées par ces images archétypiques sont importantes et significatives dans un processus art-thérapeutique. Leur exploration par les biais des arts permet une rencontre tout à fait unique, une rencontre sans détour et très profonde entre le Moi conscient et le Soi inconscient. Un travail art-thérapeutique de cette nature permet à l'individu de faire une auto-représentation de sa psyché et d'entrer en dialogue avec toutes les composantes de son être. La

personne peut alors croître pleinement, contribuant ainsi à son individualité au sein de sa collectivité; c'est-à-dire qu'elle participe au bon déroulement de son processus d'individuation.

Remerciements

Merci à Denise pour son ouverture d'esprit,
son savoir et sa délicatesse.

Merci à ma famille et à mes amis
pour la confiance qu'ils ont eue en moi.

Merci à Damien, mon fils,
pour sa patience et sa présence.

TABLE DES MATIÈRES

Introduction 1

I. L'archétype avant Jung

1. Certaines influences 6

II. Définitions de l'archétype

1. Arrivée du terme dans le vocabulaire jungien 9

2. Définition de l'archétype selon Jung 9

3. Précision terminologique 13

4. Définitions et positions des post-jungiens 16

5. James Hillman et la psychologie archétypale 17

6. Critique de Hillman dans un contexte jungien 19

7. Stevens et Conforti 20

8. Jamais vu, mais toujours senti 22

III. Archétype et symbole

1. Inconscient collectif et personnel 24

2. Image archétypique et archétype 27

3. Affect de l'image archétypique 29

4. De l'archétype au symbole 32

IV. Art-thérapie et archétype

1. Dialoguer avec la représentation archétypique 38

2. La manifestation de l'image 39

3. Entre le conscient et l'inconscient 40

4. Personnages intérieurs et contes de fées 42

5. Un exemple: Rencontre avec l'ombre 45

6. Poursuive le dialogue à l'aide des rêves 48

7. L'imagination active : une technique invitante 51

8. Pour une transformation du Moi 56

Conclusion 57

Bibliographie 61

Introduction

C'est une première intuition, puis une deuxième, puis une troisième intuition qui m'ont guidée vers la rédaction de ce travail. Des mois et des mois de lecture sur Jung et sa psychologie m'ont fait découvrir un monde tout à fait nouveau: un monde des profondeurs. En quête incessante de savoir, j'ai voulu aller "au fond des choses". J'ai donc choisi de travailler sur le début, le commencement, l'image première : l'archétype.

La méthodologie utilisée est une revue de littérature des ouvrages qui me semblaient pertinents au sujet des archétypes et de leur lien avec l'art-thérapie. J'ai évidemment dû tenir compte du peu d'écrits dans le domaine précis des manifestations archétypiques à l'intérieur d'un processus art-thérapeutique. J'ai donc emprunté à la psychologie jungienne et post-jungienne des notions qui pourraient s'appliquer à la théorie art-thérapeutique. Les auteurs tels que Jung, Jacobi, Stevens et Conforti, McNiff, entres autres, ont retenu m'ont attention et ont influencé le cours de ce travail. Leurs écrits m'ont semblé les plus pertinents pour développer ma pensée et traiter le plus adéquatement possible des manifestations archétypiques dans

un contexte art-thérapeutique, de leur présence, de leur effet sur la personne. Je pense par exemple à Jung qui, grâce à son imagination, à sa créativité a pu transmettre ses idées par le biais de ses écrits. Des idées parfois difficiles à saisir, parfois contradictoires, mais des idées qui m'ont permis de découvrir la base de mon fondement théorique.

J'ai choisi de donner une orientation plus théorique à ce travail car ce type d'exploration permet de rassembler une grande quantité d'informations pour éventuellement servir à l'observation plus concrète du phénomène archétypique dans un contexte art-thérapeutique. J'ai donné forme à des chapitres, ici présentés, qui englobent l'essence de mes lectures et de ma vision de l'art-thérapie et des manifestations archétypiques.

Le chapitre qui ouvre ce travail porte sur les auteurs qui ont influencé Jung dans l'élaboration de ce concept, à définir et à positionner l'archétype dans la littérature, dans la psychologie, et dans l'art-thérapie d'hier et d'aujourd'hui. Quand on lit Jung, le concept d'archétype revient continuellement. En effet cette notion a fait couler beaucoup d'encre chez Jung, qui a parfois changé de cap, de vision, de position en écrivant sur un même concept… ce qui

a, bien sûr, et en retour, alimenté les écrits post-jungiens sur le même sujet.

Mais que veut dire le mot archétype? Comment Jung l'a-t-il appliqué à sa psychologie? Il est intéressant de savoir que Jung, comme bon nombre de "grands" de ce monde, ont emprunté, ça et là, des notions, des idées.

Le chapitre suivant consiste à exprimer en quoi le domaine de l'art-thérapie profiterait à se servir du concept de l'archétype. Notre domaine n'a pas écrit grand chose à ce sujet. En effet, l'art-thérapie a plutôt opté pour des applications de la théorie jungienne sous forme de recettes toutes faites, comme des exercices à appliquer pour reconnaître, par exemple, les manifestations de son ombre dans ses images. J'ai dû choisir, retenir et assembler des informations sur les archétypes - surtout issues de la pensée jungienne - qui, une fois réunies, m'ont semblé pertinentes à la discipline de l'art-thérapie. J'explore donc une théorie et des techniques de travail qui permettent à l'art-thérapeute d'avoir accès à l'inconscient de son client, de sa patiente.

Comme vous le constaterez, la lecture du travail qui suit n'est pas droite. Le mouvement qui en découle ressemble plutôt à celui d'une rivière avec ses courbes, ses sinuosités, plutôt qu'aux formes droites, horizontales et verticales, d'un édifice architecturalement impeccable. Je suis cette eau mouvante et vive, symbole des "énergies inconscientes, des puissances informes de l'âme, des motivations secrètes et inconnues" (Chevalier & Gheerbrant, p. 381). C'est cette force qui m'a motivée, qui m'a fait me questionner. Qu'est-ce que l'archétype? Comment peut-il se manifester dans mon quotidien? Dans les arts? Dans les images produites en art-thérapie? Quel est le rôle de l'image archétypique? Comment peut-elle contribuer à un développement positif, à une prise de conscience personnelle?

Finalement, je pense que ce travail ouvre les portes à un questionnement. Un questionnement, entre autres, sur l'utilisation de cette théorie entourant l'archétype et l'application possible dans un contexte art-thérapeutique. Je pense que ce flot de mots, ce premier balbutiement issu de ma pensée et de celle des autres peut engendrer, bien humblement, une autre façon de se positionner en tant

qu'art-thérapeute, une voie différente à emprunter, ne serait-ce que par curiosité.

I. L'archétype avant Jung

1. Certaines influences

Selon Humbert (1983), c'est en 1919, dans *Instinct et Inconscient*, que Jung introduit pour la première fois le concept d'archétype à son vocabulaire. Mais Jung n'est pas le premier à avoir pensé et écrit sur l'archétype. "Il emprunte à Saint-Augustin, pour qui ce mot signifie une sorte d'empreinte, un groupe défini et archaïque de motifs mythologiques" (p.102). Saint-Augustin, mais aussi Platon, Héraclite, Kant…

C'est surtout une partie de l'"idée platonicienne" qui s'est immiscée dans la formulation du concept d'archétype chez Jung. En effet, le psychiatre zurichois reconnaît dans *L'homme à la découverte de son âme* (1962) que les archétypes sont comme "des dispositions vivantes, actives, des idées au sens platonicien, qui préforment et influencent en permanence nos pensées, nos sentiments et nos actions" (p. 154).

Selon Jacobi (1964), les archétypes ressemblent effectivement à la conception platonicienne des "idées".

Mais ce concept d'idée ne serait qu'une "représentation primordiale d'une perfection absolue, éternelle, sous son aspect "lumineux", tandis que l'antagoniste obscur se trouve non pas loin de la terre, dans une éternité immortelle, mais participe au monde terrestre de l'humanité mortelle." (p. 76). Quant à Jung, il suppose que l'archétype contient des opposés, et que venir à la rencontre de sa représentation a un effet "numineux", qui touche profondément l'être.

Un autre parallèle à faire entre Platon et Jung, c'est que la personne naît avec des prédispositions.

> Pour Jung, le bébé humain, loin de se définir comme une tabula rasa, est une créature extrêmement complexe dotée d'un gigantesque répertoire d'attentes innées, d'exigences et de schémas de réponses dont l'accomplissement et l'expression dépendent de la présence, dans le milieu, des stimuli appropriés. (Stevens, 1994, p.46)

À sa naissance, peut-être même avant, l'humain aurait donc ses propres tendances psychiques. Comme s'il y avait une psyché préformée qui correspondrait à sa nature humaine, tout comme le poussin qui "sait" qu'il devra picorer pour

survivre. Cette psyché contient des moules, des formes de bases que Jung a commencé à nommer images primordiales.

Le philosophe grec Héraclite aurait aussi influencé Jung. Héraclite s'est questionné sur le monde, son fondement, l'opposition des contraires, le mouvement universel et le retour perpétuel des choses selon un cycle. "Heraclitus lies near the roots of this ancestral tree of thought, since he was the earliest to take the psyche as his archetypal first principle, to imagine the soul in terms of flux and to speak of its depth without measure." (Hillman, 1975, p. xi).

Jarret (1981) relate que Kant sentait que notre perception du monde se conformait à la forme, à l'idée platonicienne. Selon Kant, la réalité n'existe que grâce à une "prise de conscience réfléchie de l'objet de la perception" (Nouveau Petit Robert, 1996). L'archétype serait-il un concept "emprunté", mais modifié? Jung se l'est approprié, et par le biais de sa propre expérience a pu transcender l'idée, l'information de base qu'il avait acquis de ses prédécesseurs.

II. Définitions de l'archétype

1. Arrivée du terme dans le vocabulaire jungien

Le terme d'archétype est entré dans le vocabulaire jungien suite à quelques tentatives de la part du psychiatre zurichois. En 1912, il écrivait sur les "images primordiales". Plus tard, en 1917, on rencontrait le terme de "dominantes de l'inconscient collectif", puis, c'est en 1919 que Jung s'est finalement arrêté au nom d'archétype pour écrire sur ces "organes de l'âme" (Jung & Kerenyi, p. 102).

2. Définition de l'archétype selon Jung

Pour les besoins de la cause, il est utile de retourner, à l'origine, à la première forme et à la simplicité d'une définition de l'archétype selon Jung. Le dictionnaire Robert (1996) convient à ce retour aux sources. Cet ouvrage stipule que selon Jung, l'archétype est un "symbole primitif, universel, appartenant à l'inconscient collectif".

Chaque mot de cette définition est clair, et propre à la psychologie jungienne. Mais l'archétype est-il un symbole? Et pourquoi, ce qui semble de prime abord tout à

fait simple comme définition, a-t-il alimenté et alimente-t-il toujours les écrits, les critiques et les découvertes dans le monde de la psychologie? Je tenterai de répondre à ces questions dans les lignes et chapitres qui suivent.

Il semble, selon Jacobi (1964), presque impensable de catégoriser l'archétype, de le mettre en boîte, et d'affirmer haut et clair que l'archétype, c'est ceci ou cela! Selon Jung (1962), l'archétype est au plan mental ce que l'instinct est au plan biologique, et chaque personne naîtrait avec des "instincts de survie permettant aussi la croissance psychique, une sorte de structure mentale innée" (Jung, 1964b, p. 9).

> Archetypes are universal because human emotions are universal. Whilst the most characteristic archetypal figures might be the persona, the anima, animus, shadow, and the self, other images encountered in dreams and waking fantasy may be imbued with archetypal meaning if they carry a powerful emotional meaning … (Young & Eisendrath, p. 315)

Certains symboles émaneraient des archétypes, profondément inscrits dans l'inconscient. Les archétypes

pourraient aussi être qualifiés de moules, de modèles capables de représentation et de sensation, dotés d'un "dynamisme formateur".

L'archétype prédispose donc à l'action, aux émotions et à la création d'images. Ce qui n'est pas dépourvu d'intérêt pour le domaine de l'art-thérapie. Je reviendrai à ce sujet dans un prochain chapitre.

La complexité entourant la définition et l'élaboration du concept de l'archétype a provoqué plusieurs réactions chez les défenseurs de Jung comme chez ses critiques. Jung a dû en effet défendre sa façon de penser à plusieurs reprises:

> On croit souvent que le terme "archétype" désigne des images ou des motifs mythologiques définis. Mais ceux-ci ne sont rien autre que des représentations conscientes : il serait absurde de supposer que des représentations aussi variables puissent être transmises en héritage. L'archétype réside dans la tendance à nous représenter de tels motifs, représentation qui peut varier considérablement dans

les détails, sans perdre son schème fondamental. (Jung, 1964b, p. 67)

Dans son ouvrage *Les racines de la conscience*, publié en 1971, Jung doit encore éclaircir sa position, et remettre les pendules à l'heure. Il affirme dans ces écrits qu'il existe un "malentendu", que l'archétype ne contient pas de l'information dont nous pouvons prendre conscience. Il faut que l'archétype soit teinté de l'expérience personnelle d'un individu pour que les représentations archétypiques se manifestent. En soi, l'archétype peut passer inaperçu. Il ne contient rien sauf la possibilité de donner une forme à une image, à une expérience.

Malgré ces éclaircissements, Astor (2000) relate, plusieurs années après les écrits de Jung, que ce dernier ne facilite pas l'accès à la compréhension de ce qu'est l'archétype car il utilise différents termes pour parler du même "objet". Mais une chose est certaine, et Jung est bien précis à ce propos. La théorie entourant l'archétype comporte deux aspects essentiels: le premier, en est un phénoménologique, qui inclut une description de ce que l'image archétypique signifie; le deuxième aspect est celui de l'expérience de l'archétype. Cette deuxième catégorie a

permis à Jung de personnifier l'archétype, de le poétiser, de le déifier et de l'incarner.

3. Précision terminologique

Dans ses écrits, Jung insiste pour faire la différence entre la nature de l'image de celle de l'archétype, mais il utilise les termes image primordiale et archétype comme équivalents.

Prenons l'exemple de l'image primordiale et de l'archétype. Il est spécifié, plus haut, que Jung s'est servi du terme "image primordiale" pour ensuite préférer le terme "archétype". Mais, Jung lui-même ainsi que ses "disciples" ont continué à écrire sans faire de distinction ou de correction pour orienter le lecteur. Tout de même, l'exercice suivant tentera d'éclaircir les similitudes et différences entre ces deux termes soit disant équivalents. Il est à noter que l'image primordiale possède deux significations. Premièrement, l'image primordiale est une image telle que l'on peut en concevoir la définition, image avec des éléments graphiques, un dessin, une peinture, une image issue d'un film. Une image au sens traditionnel de représentation concrète et formelle qui a été créée, et qui

vient, qui émane de la perception, de l'intérieur de celui qui l'a produite. Dans tous les cas, cependant, l'image primordiale est dotée d'un élément-clé, fascilitant sa reconnaissance: son caractère archaique.

> I call the image primordial when it possesses an archaic character. I speak of its archaic character when the image is in striking accord with familiar mythologial motifs. It then expresses material primarily derived from the collective unconscious and indicates at the same time that the factors influencing the conscious situation of the moment are collective rather than personal. (Jung, 1960a, p. 443)

Autre sens de l'image primordiale qui ressemble étrangement à celui d'archétype:

> The primordial image has one great advantage over the clarity of the idea [...]. It is a self-activating organism, "endowed with generative power". The primordial image is an inherited organization of psychic energy, an ingrained system, which not only gives expression to the energetic process but facilitates its operation. [...] It is thus the necessary

> counterpart of instinct, which is a purposive mode of action presupposing an equally purposive and meaningful grasp of the momentary situation. This apprenhension is guaranteed by the pre-existent primordial image. (Jung, 1960a, p. 447)

L'image primordiale est donc parfois synonyme exact d'archétype et, dans d'autres situations, pas tout à fait…

Donc, selon Jung, l'archétype se présente indirectement au conscient. L'archétype vit en nous, silencieusement et se présente par le biais d'images que nous portons en nous de façon bien inconsciente, images qui ont la propriété d'être vivantes et dynamiques, images primordiales.

> L'image primordiale est une expression d'ensemble du processus vital : elle prête aux perceptions sensorielles et aux perceptions internes de l'esprit, encore incohérentes et chaotiques, un sens qui les ordonne et les relie entre elles; elle libère par là l'énergie psychique liée à la perception brute et incomprise (Jung, 1950, p. 435).

L'archétype ne se voit pas, ne se touche mais il est à la base des mythes de l'humanité et de notre mythe

personnel. Il se fait sentir par son énergie, sa puissance voire même son essence (Williams, p.13). Il a "influencé" les peintres, les poètes, les artistes de tous les temps, et sa "présence" fascine encore les enfants, petits et grands, par le biais d'histoires répétées et réécrites depuis toujours.

4. Définitions et positions des post-jungiens

Selon Stevens (1994), au fil des ans, au sein même de l'école jungienne, plusieurs sous-branches ont vu le jour. Par exemple, l'école classique, l'école développementale ou archétypale, ont des orientations différentes, mais relèvent tout de même de la pensée jungienne. (Note: il est à remarquer que l'adjectif archétypal a été utilisé dans le contexte de la psychologie archétypale ("Archetypal psychology") partout ailleurs, l'on mentionne l'adjectif archétypique).

Encore aujourd'hui donc , nombre d'auteurs s'évertuent à commenter sur ce que l'archétype représente vraiment. Il a régné, du vivant de Jung, et il règne toujours une certaine confusion autour de ce concept. En 1961, Jacobi écrivait: "De nos jours la terminologie scientifique souffre d'une confusion digne de la Tour de Babel [...] et plus encore

pour cette branche qu'on nomme psychologie des profondeurs (p. 7). Il y a quatre décennies que ces mots ont été écrits, et qui veut aujourd'hui découvrir et apprendre sur le sujet fascinant de l'archétype jungien sera étonné de la justesse de la citation de Jacobi, et combien elle est toujours d'actualité. Hébert (1990) écrivait, elle aussi, que le terme même d'archétype peut être source de confusion, et que c'est la même chose pour ses synonymes et ses qualificatifs.

5. James Hillman et la psychologie archétypale

Comme il a déjà été mentionné, certains théoriciens et cliniciens d'orientation jungienne ont choisi d'utiliser le terme d'archétype et de l'appliquer à leur propre vision, à leur propre psychologie. C'est le cas de James Hillman, fondateur de l'école psychologie archétypale (ou imaginale), dans les années 60 et 70 (précision: Hillman préfère parler d'approche ou de direction).

Hillman ne fait pas la promotion du terme d'archétype dans sa pensée, mais propose de garder l'adjectif archétypique. L'auteur note qu'il est difficile d'expliquer exactement ce qu'est l'archétype, qu'il serait peut-être

plus métaphore qu' "objet". "We find ourselves less able to say what an archetype is literally and more inclined to describe them in images" (Hillman,1975, p. xiii).

Hillman (1983) expose un point de vue bien différent des autres auteurs qui ont écrit sur l'archétype. Selon lui, chacun de nous rencontre des images psychiques et rien d'autre. Supposerait-il qu'il n'y a pas cette base que l'on nomme archétype, et que les images archétypiques viennent tout simplement de notre imagination? Hillman dit être un "phénomenologue" ou un "imagiste": "I'm simply following the imagistic, the phenomenological way: take a thing for what it is and let it talk"(1983, p.14). Hillman (1977) ajoute que toutes les images peuvent être archétypiques. "The archetypal is a move one makes rather than a thing that is" (pp. 82-83). Hillman ne s'intéresse pas à l'existence en soi de l'archétype, donc pas l'existence sous-jacente d'un archétype précis relié à chaque image qu'une personne considère archétypique. En bon phénoménologue qu'il est, Hillman s'occupe de ce qui lui apparaît (soit le phénomène), sans se prononcer sur l'essence, sur ce qu'on ne voit pas, dans ce cas-ci, l'archétype.

6. Critique de Hillman dans un contexte jungien

Lorsqu'on lit l'appelation psychologie archétypale et qu'en s'informant l'on découvre que Hillman est issu de la cuisse de J… ung, on se dit qu'il y a un rapport direct entre l'archétype jungien et cette psychologie qui porte le nom de ce concept. Tel n'est pas le cas, et certains "puristes" jungiens se sont interposés pour rectifier la terminologie utilisée dans ce contexte.

Odajnyk (1984) suggère que la psychologie archétypale se limite aux dénominations suivantes: psychologie imaginale ou phénoménologique, car l'adjectif archétypique et le terme archétype, selon les jungiens, ont un sens précis que Hillman ne conserve pas. "Archetypal psychology sounds as though it were based on the Jungian archetypes when in fact it isn't" (p.43).

Les explications, les nouvelles idées entourant le concept de l'archétype font souvent référence aux écrits jungiens. Certains auteurs répètent ce que jung a déjà dit comme je l'ai fait un peu plus haut. Mais les auteurs s'évertuent tojours à tenter de le redéfinir, de le replacer dans un autre contexte. Il semble qu'il soit essentiel pour

un concept aussi "glissant et impalpable" de le réviser, de le revoir constamment pour mieux tenter de le "saisir".

7. Stevens et Conforti

Certains auteurs ont mis l'accent, en écrivant sur l'archétype, sur le fait que ce dernier soit une sorte de "fondement biologique" de notre psyché. Selon Stevens (1994) l'archétype prédéterminerait nos mouvements, déplacements, notre autonomie psychique, nos patterns, nos comportements. L'archétype fonctionnerait comme un "modèle de réponse" (Stevens, p. 42) au sein de la psyché, un "mode de fonctionnement héréditaire" (Jung, 1970, p. 28). Par exemple, Jung (1970) fait un parallèle entre le fonctionnement de l'archétype et le petit oisillon qui sort de sa coquille, qui ensuite bâtit son nid, ou le compare encore à l'anguille qui retrouve son chemin instinctivement pour migrer jusqu'aux Bermudes, etc. L'archétype fonctionnerait donc comme un "pattern" et Stevens (1994) écrit que chaque bébé naît avec un "équipement archétypique" (p. 46) qui lui fournit des capacités d'adaptation à la réalité.

Conforti (1999), dans la même veine, relate qu'on retrouve des patterns dans la nature comme dans la psyché humaine. La psychologie comportementale et cognitive a beaucoup étudié ce domaine des patterns, mais n'explique pas tout ce qui sous-tend les comportements humains, et en particulier la répétition.

> While there is sensible logic in the behavioristic and cognitive interpretation, which calls attention to the personal dimension of behavior and motivation, it is however unable to address the broader meaning, implications, and goals of our collective tendency to create and respond to rituals. (p. 13)

L'auteur explique que l'on vit en quelque sorte dans des champs (qu'il compare mais différencie des champs électro-magnétiques qui nous entourent) archétypiques qui transcendent le temps et l'espace, les générations, les cultures. Il affirme de plus que nous sommes influencés par ces champs, et que les expériences personnelles d'un individu, combinées au champ archétypique au sein duquel il évolue, influencent ses comportements, sa façon d'être et de réagir.

> For Jung, Hillman, Plato, and in my own ideas about the a priori nature of patterns, the agreement appears to be that matter emerges in response and in accordance to a preformed image or field which then finds expression in matter with a specificity that matches the informal core of the archetype. (Conforti, p. 15)

Finalement, Conforti trouve que l'attraction qu'exerce l'archétype est universelle: "the archetype pulls for commonality of experience and a universally recognizable expression of form" (p. 27).

8. Jamais vu, mais toujours senti

Mais l'archétype, même dans un contexte de recherche empirique, scientifique, n'a jamais été vu. On ne peut que se l'imaginer, s'imaginer qu'il est là, supposer qu'il existe. "Are archetypes necessary? Are typical patterns of behavior-potential present in the young at birth? Perhaps the experimental psychologist will be the last to know. But the great playwrights and artists have always known" (Singer, p. 86).

L'artiste a toujours illustré la profondeur de son être, a toujours puisé en lui pour mettre en valeur des thèmes, des objets, des personnages significatifs, mais qui touchent aussi les autres. Le propre de l'image archétypique est de toucher, de faire sentir, de faire évoluer. Elle se manifeste au conscient par le biais du rêve, de l'imagination active, entres autres. Elle peut prendre forme et couleur sur papier, dans la terre modelée, dans l'image créée au cours d'un processus art-thérapeutique.

Il sera question de l'archétype et du processus art-thérapeutique dans le prochain chapitre. Processus dans lequel la manifestation de l'archétype se présente sous forme de symbole. On découvre alors que l'archétype, qui n'est pas unique à chaque individu, se montre cependant de manière très personnelle à chaque personne.

III. Archétype et symbole

1. Inconscient collectif et personnel

Selon la psychologie jungienne, l'inconscient collectif est une structure de base de la psyché qui contient des éléments hérités, que chaque humain possède. Birenbaum (1988) affirme que les archétypes, ou plus précisément leur potentiel formateur d'images, sont à la base des mythes, de l'imagerie humaine, des symboles. Le mythe universel, par exemple, issu de cet inconscient, prend souvent une forme similaire d'une culture à l'autre.

Cependant, même si l'humain porte la même "base psychique", le contenu universel de sa psyché ne se manifestera probablement pas de la même façon que chez sa soeur ou son arrière-grand-père. Un mythe bien personnel pourra s'instaurer en lui, compte tenu des expériences particulières qui lui seront données de vivre. Chaque être est donc unique tout en appartenant à l'universel. Chaque personne ira dans le chemin de l'individuation qui lui est propre tout en appartenant à une collectivité.

Selon Jung (1960a), l'inconscient collectif est composé de motifs mythologiques ou d'images primordiales, et plus

une personne est alerte et attentive aux mouvements de sa psyché (en processus thérapeutique, par exemple), plus l'inconscient collectif lui fournira du "matériel" avec lequel travailler pour lui permettre d'évoluer. Selon Jung (1953), la personnalité, dans un contexte pareil, grandira. C'est-à-dire que la prise de conscience émanant d'un tel processus libérera, en quelque sorte, l'individu du monde parfois très contraignant et rigide dans lequel évolue le Moi. Cette ouverture d'esprit permet à la personne de participer à une oeuvre plus "universelle", à une communion avec l'Autre. Les caprices, les besoins exagérés du Moi ne dominent plus la personne.

Quant à l'inconscient personnel, Jung (1953) relate qu'il est essentiellement composé de souvenirs perdus, d'idées refoulées, de perceptions et de contenus qui ne sont pas encore prêts à être reçus au niveau du conscient. Les archétypes, eux, agissent aux deux niveaux de l'inconscient: dans l'inconscient personnel, par les complexes, et dans l'inconscient collectif, donnant naissance à des traits communs à toutes les cultures.

L'humain vit des expériences. Ces dernières provoquent un mouvement interne dans lequel psychique et physique sont intimement reliés. Jung (1959) affirme que chaque personne,

à chaque étape importante de son existence doit "réapprendre", renouer avec les forces archétypiques qui se manifestent. Un être bloqué à une certaine étape, qui reste pris par la puissance ou l'énergie dégagée par un certain archétype pourrait subir certains troubles psychiques importants. D'un autre côté, la personne qui tente de se détacher des images archétypiques qui lui apparaissent en rêve ou dans un processus art-thérapeutique par exemple, peut aussi être confrontée à des difficultés psychiques.

> We can never legitimately cut loose from our archetypal foundations unless we are prepared to pay the price of a neurosis, any more than we can rid ourselves of our body and its organs without committing suicide. If we cannot deny the archetypes or otherwise neutralize them, we are confronted, at every new stage in the differentiation of consciousness to which civilization attains, with the task of finding a new interpretation appropriate to this stage, in order to connect the life of the past that still exists in us with the life of the present, which threatens to slip away from it. (Jung, 1959, p. 267)

2. Image archétypique et archétype

Il y a une distinction claire à faire entre l'archétype en soi et sa manifestation, sa représentation. Selon Maduro & Wheelright (1992), l'archétype en soi, non représenté, ne touche pas le conscient.

Jacobi (1964) affirme aussi que les archétypes (leur énergie psychique plutôt) se traduisent en images. L'image archétypique est à la base de l'inconscient collectif, son contenu apparaît dans les rêves, les fantasmes, les fantaisies, et ressemble étrangement à celui qui est véhiculé dans toutes les grandes religions, les mythes, les légendes et les contes. Le contenu archétypique se présente donc au conscient sous forme de métaphore et de symbole. "D'ordinaire cette image forme un vif contraste avec le point de vue du Moi de la personne en question [...]" (Jacobi, 1964, p. 157). L'archétype en soi ne se laisse jamais "voir".

Selon Swanson (1999), l'image archétypique peut apparaître dans deux contextes. Premièrement, dans les rêves, les fantaisies, les fantasmes (matériel analogique). Deuxièmement, dans l'imagerie culturelle des mythologies.

Dans le premier cas, l'image archétypique est une représentation symbolique des instincts inconscients de la psyché. Elle se sert ici de matériel personnel pour créer une image interne ou un symbole archétypique. Il est à noter que les contenus collectifs peuvent aussi être présents, par exemple, dans les rêves d'une personne, mais toujours amalgamés aux contenus personnels. Dans le deuxième cas, l'image en question est une expression de l'inconscient collectif appartenant à tous les humains.

En effet, Hébert (1990) affirme que les représentations archétypiques ne sont que "des manifestations indirectes et approximatives d'une réalité ultime inaccessible directement" (Hébert, p. 120), celle de l'archétype non-représenté. L'auteur donne l'exemple de dieu. Personne n'a jamais vu ou palpé dieu. Cependant, dans toutes les cultures du monde, on a donné une forme, une image à dieu. L'homme s'est représenté dieu. Il l'a personnifié. Selon Hébert (1990), "la représentation est à l'archétype ce que l'image est à l'idée" (p. 120). Dans le cas d'une exploration du matériel archétypique dans un processus art-thérapeutique, il est intéressant de se concentrer sur la capacité qu'a l'archétype d'être représenté.

3. Affect de l'image archétypique

L'art-thérapie provoque souvent chez la personne l'entrée en contact avec des émotions puissantes. Le contact avec la matière brute, les couleurs, les formes peuvent être des outils qui contribuent à toucher ce que l'humain a de plus secret, de plus profond, et même de plus inconnu en lui. Venir à la rencontre, par le biais de l'art-thérapie, du matériel archétypique peut provoquer de vives réactions émotives. Selon Jung (1969), l'archétype organise les éléments psychiques, les traduit en images archétypiques, qui peuvent être reconnues uniquement par l'effet qu'elles produisent.

Ces processus vitaux que sont les archétypes et leurs manifestations ont un caractère numineux, soit une résonance particulièrement profonde et directement reliée à l'expérience psychologique de la rencontre avec le Soi (Sharp, 2001). La numinosité provoque aussi une altération bien particulière de la conscience, un changement de perception, un changement éventuel de la personnalité. De plus, un archétype qui aura besoin d'être activé se projettera constamment au conscient sous forme de symbole, qui sera éventuellement ressenti comme une illumination ou une révélation (Williams, p. 13).

> Ceux qui ne se rendent pas compte de la tonalité affective particulière de l'archétype ne se retrouveront qu'avec un amas de concepts mythologiques, que l'on peut sans doute assembler de façon à montrer que tout a un sens, mais aussi que rien n'en a. Les cadavres sont tous chimiquement identiques, mais les individus vivants ne le sont pas. Les archétypes ne se mettent à vivre que lorsqu'on s'efforce patiemment de découvrir pourquoi et comment ils ont un sens pour tel individu vivant. (Jung, 1964, p. 96)

Il semble donc y avoir un "travail" à faire pour apprendre à découvrir le sens des manifestations archétypiques dans la vie ou dans un processus art-thérapeutique. Pour reconnaître le matériel archétypique, Gordon (1987) écrit que quatre qualités sont habituellement présentes:

I. universalité de l'image sans barrière espace-temps, c'est-à-dire dans toutes les cultures, de tous les âges;

II. l'archétype a un côté positif et un côté négatif;

III. des affects puissants comme la fascination, se sentir possédé par une force quelconque y sont reliés;

IV. une qualité du tout ou rien (all-or-nothing): donc ce qui est archétypique est ressenti comme quelque chose d'absolu, de puissant, de totalement bon, ou de totalement mauvais.

Selon Fryrear & Corbit (1992), les archétypes contenus dans l'inconscient collectif n'ont pas été teintés de l'expérience personnelle de l'individu. Ils ne peuvent alors que prendre une forme unidimensionnelle (comme ceux dans les contes de fées: le bon est tout bon, le méchant, tout méchant). Ils ne sont pas nuancés; ils sont à l'état brut hérité, encore réunis avec leur opposé. "It is possible for one to come into contact with these archetypal motifs when the psyche regresses beyond the level of the personal unconscious." (p. 57).

Il faut donc, pour que l'archétype s'actualise, une expérience personnelle qui lui permettra de faire surface sous forme de comportement, d'image, de symbole.

4. De l'archétype au symbole

L'archétype peut se manifester sous forme de symbole au conscient. Dans un processus art-thérapeutique, par exemple, lorsque la personne dessine une image porteuse d'affect et d'émotions puissantes, il est probablement question de l'apparition d'un symbole archétypique.

> Lorsque l'archétype apparaît dans le *hic et nunc* de l'espace et du temps, il peut être perçu par le conscient sous une forme ou sous une autre. Nous parlons alors d'un symbole. Ce qui revient à dire que tout symbole est en même temps un archétype en soi. (Jacobi, 1961, p. 65)

Les symboles archétypiques sont, dans le processus psychique, de véritables transformateurs d'énergie (Jacobi, 1964) qui permettent à la personne d'entrer en contact avec les profondeurs de sa conscience. Jung (1950) écrit que le symbole stoppe la régression de la libido dans l'inconscient. "La régression devient progression." (p.268). Jacobi (1964) ajoute que plus le processus thérapeutique entre dans les profondeurs de l'inconscient, plus l'archétype représenté sous forme de symbole devient clair, plus l'archétype symbolisé prend de l'importance pour la personne dans son cheminement intérieur. "Car le symbole

possède en lui un archétype, un noyau de signification qui n'est pas perceptible mais qui est chargé d'énergie" (Jacobi, 1964, p. 150).

Selon Jung (1964), les symboles sont des parties intégrantes de la psyché, des composantes vivantes et dynamiques. Ils appellent à l'unité, à la complétude et touchent l'être dans sa profondeur, dans son corps et dans son âme. "Unificateur, le symbole remplit [...] une fonction pédagogique et même thérapeutique. Il procure en effet un sentiment sinon toujours d'identification, du moins de participation à une force sur individuelle" (Chevalier & Gheerbrant, p. xx).

Une des qualités du symbole archétypique est sa numinosité, cette portée, cette émotion est directement reliée à l'expression de l'archétype du Soi (Harding, 1961). Le symbole, par sa charge affective, contribue au développement psychique. "Le vécu du symbole ressemble d'abord au saisissement" (Humbert, 1983, p. 44). Selon Chevalier & Gheerbrant (1982), cette image symbolique permet au Moi conscient de s'exprimer sous une forme bien concrète, et de laisser libre cours à la montée de l'inconscient et à

la rencontre éventuelle entre le conscient et l'inconscient, entre le Moi et le Soi.

> C'est un des rôles du symbole de relier et d'harmoniser jusqu'aux contraires. C. G. Jung appelle fonction transcendante (fonction des plus complexes, et nullement élémentaire; transcendant, au sens de passage d'une attitude à une autre, sous l'effet de cette fonction) cette propriété des symboles d'établir une connexion entre des forces antagonistes et, en conséquence, de surmonter des oppositions et de frayer ainsi la voie à un progrès de la conscience. (Chevalier & Gheerbrant, p. xxiii)

Les archétypes façonnent les comportements, prédisposent universellement l'homme à réagir de telle ou telle façon psychiquement, et ils sont immuables. Leurs représentations servent concrètement à faciliter la prise de conscience des agissements d'un individu. Se rendre compte de ce phénomène peut contribuer à réorienter, à modifier, à améliorer sa façon d'être, à équilibrer et à réunir ses forces. "As Jung describes the archetype's movement to form through the creation of symbols, the archetype creates its influence as if throwing out a high powered radio signal accessible to everyone regardless of space and time considerations" (Conforti, p. 43). La "prise de conscience"

se fait au niveau de l'image symbolique, et une entrée en contact avec cette dernière permet à l'individu de faire face à l'étrange. Autrement dit, faire face à l'inconnu. Selon Humbert (1983), le conscient arrive à "pressentir quelque chose qu'il ne connaît pas" (p. 44). L'individu peut alors voir monter en lui des images oniriques tout à fait farfelues, voire même bizarres et dérangeantes, mais se sent poussé, paradoxalement, par une forte envie de les explorer, dans un processus art-thérapeutique, par exemple. L'image archétypique est issue d'une source d'énergie puissante, et la personne, confrontée, se voit parfois dans l'obligation d'aller à la rencontre de ce "matériel" envoyé "à la surface" de sa psyché (comme dans les rêves, par exemple). L'image récurrente demande à être vue, travaillée, découverte.

Selon Hillman (1983), l'image qui se présente sous forme de symbole archétypique semble avoir la capacité de donner une direction et de supporter le développement de la personnalité. Elle facilite la croissance psychique en permettant le mouvement entre la non-idendification et l'identification avec le Soi (Edinger, 1973).

Lusebrink (1990) affirme que le processus thérapeutique de découverte de Soi par l'apparition et la représentation

du symbole archétypique doit se faire dans des conditions d'ouverture d'esprit à l'expérience symbolique, plutôt qu'à une interprétation analytique. "Portraying the experiences through art media, writing, and movement carries the process of the psyche forward. Elaborations of the imaginal, sensory, affective, and kinesthetic components of the symbol facilitates and deepens the imaginal symbolic experience" (Lusebrink, p. 65).

Il n'est pas possible d'interpréter complètement le sens d'un symbole archétypique. Le conscient peut en saisir l'élément rationnel, mais on ne peut qu'"être touché" par son élément irrationnel. C'est pourquoi Jung recommande instamment à ses patients de fixer leurs "images intérieures", non seulement par la parole ou l'écriture, mais aussi de les reproduire sous la forme de leur apparition première. Pour Jacobi (1964), l'individualité d'une image archétypique n'a pas seulement trait au thème, à l'objet ou au personnage illustré, mais aussi aux couleurs utilisées pour la créer. Voici donc des thèmes qui touchent de très près le domaine de l'art-thérapie. J'en traiterai dans la prochaine partie qui traite justement du traitement des manifestations archétypiques en art-thérapie.

IV. Art-thérapie et archétype

Lorsqu'on s'aventure dans le domaine théorique des processus art-thérapeutiques, on remarque qu'il existe très peu d'information sur les archétypes et leurs rôles, leurs manifestations dans ce contexte. D'après mes recherches, la littérature ne compte aucun ouvrage complet et détaillé sur le sujet. Quelques articles et livres en font mention, mais n'élaborent pas une théorie et une technique précises.

Dans ce chapitre, il sera donc question de suggestions, de façons de travailler avec les manifestations archétypiques dans un contexte d'art-thérapie. Il est à noter cependant que, puisque l'information concernant une théorie du travail art-thérapeutique avec une "approche archétypique" est rare, j'intègrerai la théorie pertinente issue du domaine plus général de la psychothérapie. Il semble très possible qu'une approche art-thérapeutique basée sur la reconnaissance du matériel archétypique permette à l'individu de plonger dans sa réalité psychique directement, ce qui fait appel à l'intuition, à l'émotion et à la créativité par le biais de l'image.

1. Dialoguer avec la représentation archétypique

Le processus art-thérapeutique donne la possibilité à l'individu d'observer l'objet qu'il vient de créer, ce qui équivaut à s'observer d'une nouvelle façon, et d'aller à la rencontre de facettes encore jamais découvertes ou depuis longtemps "enfouies" en soi. L'image créée dans ce contexte est née de la personne impliquée dans un processus art-thérapeutique, et devient un objet extérieur à sa personne, un objet plus facilement observable. L'archétype représenté (son image, son symbole) peut apparaître comme un personnage hors de nous, un animal, un objet porteur d'émotions, mais pas nécessairement de sens. Comme c'est le cas en art-thérapie, l'objet créé n'est pas toujours porteur de signification précise pour son créateur.

L'archétype représenté ouvre les portes à un travail thérapeutique en profondeur. Il est projeté en image : matériel essentiel à l'évolution d'un processus art-thérapeutique et de connaissance de soi. Cette dimension archétypique qui se manifeste dans un contexte d'art-thérapie peut prendre divers visages, diverses formes. Selon McNiff (1992a), l'art-thérapie offre en quelque sorte la possibilité de "regarder" le Moi comme une des nombreuses entités qui nous habitent. Les facettes de soi ainsi

extériorisées et bien contenues dans un cadre thérapeutique permettent à la personne de se détacher de l'émotion (parfois envahissante), de voir ces manifestations, ces images d'un autre oeil, d'un autre point de vue.

2. La manifestation de l'image

Lorsqu'une personne entame un processus de travail sur soi en art-thérapie et qu'elle crée une image, il se peut qu'elle la regarde longtemps, à en perdre la notion du temps. Cette même personne peut aussi être confrontée en voyant ce qu'elle vient de créer: vivre des émotions fortes, voire même négatives. D'un autre côté, elle pourrait aussi être emballée, sentir physiquement une chaleur l'envahir, par exemple, à la vue de ce qu'elle vient de représenter par le biais des arts. Les images crées dans un contexte art-thérapeutique qui reflètent un contenu archétypique ne sont pas choisies consciemment par le client ou la patiente. C'est-à-dire que la représentation archétypique se manifeste sans avoir , en quelque sorte, la permission du Moi. Un individu peut décider qu'il va dessiner un arbre, très consciemment, mais ne peut pas contrôler le matériel archétypique et l'émotion qui y est reliée.

Jung (1960a) a observé que les images archétypiques se présentent de façon spontanée et inconsciente lorsqu'on

s'investit dans un processus artistique. Selon Lusebrink (1990), la fabrication d'images permet au client de "travailler" et explorer les contenus archétypiques. Ce processus provoquerait un changement dans la personnalité (Jung, 1960b, 1969).

> The task is to comprehend in what way the individual identifies with the reflected archetype(s) and to recognize what type of impact this archetypal experience appears to have on the individual's life. (Williams, p. 19)

La personne est alors devant elle-même, devant son image, vivante, issue de la nuit de temps, devant les raisons pour lesquelles elle fonctionne comme elle le fait, devant son mythe personnel. Les images permettent l'objectivation de l'archétype, donc une perception possible de la part de l'individu en processus de découverte de soi.

3. Entre le conscient et l'inconscient

Avec un travail art-thérapeutique en profondeur, qui se déroule parfois lentement, le dialogue entre le conscient et l'inconscient devient plus "familier", plus connu. Même si on ne peut pas posséder ou manipuler les archétypes, il y a

moyen d'entrer en relation avec leurs représentations, leurs manifestations, et d'entamer une forme de dialogue imagé avec elles. Crow (1986) affirme qu'un travail de cette nature, sous forme d'expression et de créativité artistique, peut mener à une prise de conscience importante et mener vers la voie de la sagesse. De plus, l'archétype ainsi exprimé permet une communion profonde entre le Moi et le Soi, et donne ainsi à l'individu la possibilité de se réaliser plus pleinement (processus d'individuation). "Instead of being bound by the egotistical world of personal wishes, hopes, and fears, one can be freer to participate in the larger world of more objective interests" (Corbit & Fryrear, p.3).

L'objectif d'un travail art-thérapeutique avec le matériel archétypique est de permettre une rencontre avec l'"Autre". Et vice versa: un travail art-thérapeutique par la reconnaissance des archétypes que l'on porte et qui se manifestent, souvent instigateurs de tels ou tels comportements, sensations ou émotions qui nous "régissent", peut faire prendre conscience du matériel à "travailler". "The specificity of the image does alert us to the underlying morphology of [a] psychological situation; namely the need to find a way of life to commensurate with one's intrinsic nature" (Conforti, p. 90).

Selon Swanson (1999), la prise de conscience du matériel archétypique dans un processus thérapeutique, peut constituer une voie d'entrée dans un travail thérapeutique profond, mais elle peut parfois, plus simplement, aider la personne à voir clair en elle-même, à se "remettre en mouvement", se dégager de la fixité de ses comportements, de ses émotions, et apporter des solutions, quand elle souffre parfois sans raison apparente.

L'art-thérapeute qui met de l'emphase sur le travail du matériel archétypique de ses clients pourrait se servir de la théorie de Jung et des post-jungiens, de techniques, d'approches pour développer ses propres façons de travailler. Les paragraphes suivants feront justement référence à des méthodes qui pourraient servir à faciliter la manifestation du matériel archétypique, pour que les liens entre le conscient et l'inconscient se tissent et qu'une croissance psychique puisse naître.

4. Personnages intérieurs et contes de fées

Il est des mouvements intérieurs qui, inconsciemment, font vivre à la personne une gamme de sensations ou

d'émotions venues d'on ne sait où. C'est le propre de l'archétype de provoquer de telles situations. C'est aussi pourquoi l'adulte et l'enfant, autrement dit l'humain, réagissent émotivement face à la rencontre des archétypes représentés. Pour illustrer cette affirmation, la publication et la ré-édition de contes pour enfants, la création de nombreux films, de pièces de théâtre (qui souvent à la base, ressemblent aux contes soi-disant pour les enfants) confirment la puissance de l'archétype et de sa représentation en rapport avec les mouvements psychiques humains. On retrouve, en effet, à l'intérieur de ces oeuvres, des symboles et personnages archétypiques qui font foi du besoin, de la curiosité qu'ils comblent, du questionnement qu'ils suscitent, de l'identification qu'ils créent. Mais que comblent ces oeuvres exactement? La possibilité de s'identifier à des personnages obscurs sans se sentir mal? Ou encore de trouver que l'on ressemble au héros? Peut-être... Il est clair, cependant, que ces formes d'art nourrissent un besoin évident chez l'humain, favorisent des "rencontres", font réagir, font sentir et vivre une gamme d'émotions variées sans que l'on sache toujours vraiment d'où elles viennent.

Les contes de fées, entre autres, depuis des millénaires, donnent une voix aux archétypes. Ils sont parfois le reflet de comportements humains exagérés et

laissent entrevoir des facettes unidimensionnelles de la personnalité individuelle (Fryrear & Corbit, 1999).

En art-thérapie donc, les contes de fées et les personnages qu'ils contiennent peuvent aider à identifier quels patterns archétypiques influencent la personne. Jung parle même des archétypes comme de véritables entités vivantes.

> Les archétypes étaient et sont des puissances psychiques vitales qui veulent être prises au sérieux et qui s'appliquent de la façon la plus étonnante à se mettre en valeur. Ils ont toujours été tutélaires et secourables, et si on les blesse, on risque les "perils of the soul". (Jung & Kerenyi,1993, pp. 98-99)

Être à l'écoute, respecter le matériel archétypique qui naît dans un dessin, une peinture, une sculpture semble essentiel à la croissance psychique. Dans un processus art-thérapeutique, il n'est pas nécessaire de se servir de contes de fées traditionnels, une personne peut aussi créer son propre conte au sein même d'un processus thérapeutique, avec ses personnages, personnages qui parfois pourront être "illuminants", des sortes de guides intérieurs, ou jadis menaçants. L'individu porte en lui des personnages,

facettes archétypiques propres à tout humain, qui dans un contexte thérapeutique, feront surface. Et c'est souvent un côté plutôt inconnu de ces personnages que l'on rencontre, souvent avec étonnement et surprise , lorsqu'on débute un processus art-thérapeutique.

5. Un exemple: Rencontre avec l'ombre

Il est utile d'illustrer ici, par un cas bien précis, comment un archétype peut se manifester dans un contexte thérapeutique. Au début d'une relation d'aide, avec, en tête, l'exploration du matériel archétypique, il y a de fortes chances que la personne (client/patient), tout en rencontrant son nouveau thérapeute, vienne aussi à la rencontre de son ombre, symbolisée dans ses images.

Pour arriver à mes fins, je ferai un bref rappel. Le héros solaire, l'arbre de la vie, le paradis, le magicien, la sorcière, etc., l'image archétypique, autrement dit, prend plusieurs aspects, plusieurs formes. On la trouve dans toutes les cultures du monde et elle franchit les barrières du temps, de l'espace. Cette image est une sorte de symbole de l'âme et de son évolution, des énergies primordiales qui ont toujours existé et qui se répètent sans cesse.

L'archétype est une matrice, qui forme la vie personnelle de l'humain. Par exemple, la relation mère/fils n'est pas seulement personnelle, elle est aussi universelle. D'autres types ou modes d'interactions sont aussi préformées par les archétypes. La relation qu'une personne entretient avec elle-même en est un autre exemple. Et quand quelqu'un vit un déchirement intérieur, une forme de déséquilibre psychique, il se peut fort bien que l'archétype de l'ombre se manifeste. Et une personne qui consulte une art-thérapeute dans cette situation se verra fort probablement "prise" à "reconnaître" cette facette d'elle pour pouvoir évoluer.

Selon Baierle (1978), l'ombre (côté inconscient) est un des premiers archétypes rencontrés dans le processus d'individuation. Elle peut apparaître dans un processus thérapeutique en se manifestant par le biais de symboles. L'ombre psychologique, habile dans ses déguisements, se présente souvent au conscient par le biais d'images oniriques. Souvent, elle est projetée sur une autre personne et peut contaminer d'autres figures de l'inconscient. L'art-thérapeute peut donc déceler dans le transfert de la personne, dans son propre contretransfert et dans les images, la manifestation de l'ombre. L'art-thérapeute bien outillé peut alors faciliter une prise de conscience

importante du fonctionnement psychique de l'individu en cheminement. La connaissance des facettes plus "noires" que représente l'ombre est un pas important dans la voie d'une évolution intérieure positive.

Selon Singer (1972), les contenus de l'ombre (les éléments humains que l'on rejette pour des raisons de morale, d'esthétisme, ou que l'on étouffe parce que cela ne correspond pas au principe conscient) s'opposent au Moi personnel. Mais ils représentent tout de même l'autre facette du Moi, pas celle du monde conscient, mais celle de la réalité psychique.

Dans un processus thérapeutique, l'intégration de l'ombre est le début d'une attitude objective face à sa propre personnalité.

> The breakthrough of the dark side [ombre], as the client struggles, manifests itself in paintings with a basic shift of the center of gravity on a downward direction toward the earth, the primitive, the evil, and the ugly. Paintings can record the phases of the journey. (Keyes, 1976, p. 80)

Selon Jung (1998), l'ombre se montre dans les rêves sous forme d'une sombre figure, dite inférieure au point de vue social, moral et spirituel. L'auteur poursuit en affirmant que la venue de l'ombre dans les rêves confronte la personne avec sa "partie inférieure", ce qui, dans un processus de prise de conscience, demande sévère critique de soi-même. La personne impliquée dans un processus art-thérapeutique aurait donc intérêt à prendre conscience de ces images oniriques de l'ombre et de les traduire par le biais des arts pour faciliter la rencontre, et éventuellement l'intégration positive de cette partie d'elle- même.

Une exploration des images oniriques par le biais des arts, dans un contexte thérapeutique, facilite la rencontre et le dialogue avec l'ombre et les manifestations archétypiques en général. Et pour poursuivre le dialogue, avec l'ombre rencontrée dans les rêves, par exemple, le technique jungienne de l'imagination active est aussi tout indiquée.

6. Poursuive le dialogue à l'aide des rêves

Comme il a déjà été dit, l'image archétypique est souvent porteuse d'une émotion intense, de numinosité, et la

manifestation immédiate de matériel archétypique que l'on trouve dans les dessins des personnes dans un processus art-thérapeutique. Les manifestations archétypiques se présentent par le biais des mythes universels, mais aussi dans nos rêves, nos rêveries, nos fantasmes. "Les symboles oniriques du processus d'individuation sont des images de nature archétypique qui apparaissent en songe et décrivent le processus de centrage, la constitution du nouveau centre de la personnalité" (Jung, 1970, p. 59).

Les rêves peuvent nous révéler un sens caché à nos épreuves, à nos souffrances. Les symboles qu'ils recèlent nous permettent d'entrevoir des voies nouvelles là où notre Moi restait bloqué et stagnait dans des problèmes incontournables. Ils nous guident vers la découverte de notre créativité vivante.

Selon Jung (1960b), lorsqu'on vit des moments cruciaux dans notre existence, on a tendance à rêver plus souvent.

> One meets the dream frequently in the decisive moments or periods of life: in childhood from the third to the sixth year, at puberty, from fourteen to sixteen; in the period of maturity from twenty to twenty-five; in middle life from thirty-five to forty; and before

> death. They also occur in particularly important psychological situations. It seems that such dreams come chiefly at those moments or periods when the man of antiquity or the primitive would deem it necessary to perform certain religious or magic rites, in order to procure favourable results or to propitiate the gods for the same end. (Jung, 1960b, p. 242)

Selon Jung (1960b), dans les étapes cruciales de la vie, les rêves seront porteurs d'images archétypiques, partout où l'équilibre est menacé ou affecté, soit à la suite de changements développementaux ou situationnels importants, soit à la suite de traumatismes ou d'affects qui déséquilibrent le fonctionnement psychique. "Ces circonstances ont ceci de commun: elles menacent plus ou moins momentanément et radicalement les fondements individuels de l'expérience et de la conscience " (Hébert, p. 106).

Explorer les contenus archétypiques et les images oniriques peut donc faciliter les transitions parfois pénibles lors des changements importants qu'un individu peut vivre au cours de sa vie. "Les productions typiques [images archétypiques] semblent en effet supporter ces périodes critiques, à la manière des rites magiques, religieux et

initiatiques des sociétés primitives. Ces productions soutiennent la personne dans l'organisation et l'intégration des exigences nouvelles " (Hébert, p. 107). Ces productions aident la personne : elles lui permettent de renouer avec l'expérience de l'humanité qu'elle porte en elle.

Le rêve, comme l'art, est donc une porte d'entrée dans les profondeurs de l'être, dans le monde inconscient, et les manifestations archétypiques qui s'y trouvent sont nombreuses.

7. L'imagination active : une technique invitante

Jung a longuement élaboré sur le sujet de la vie onirique, des images et des messages qui en découlent, mais il a aussi développé une "technique", cousine du rêve, qui elle aussi, par le biais d'images, ouvre la voie à l'archétype. C'est l'imagination active. "Peut-être la plus simple définition de l'imagination active serait de dire qu'elle nous donne l'occasion d'ouvrir des négociations, et de trouver un arrangement avec ces forces ou figures de l'inconscient" (Hannah, 1990, p. 24). Cette dernière peut prendre la relève, là où le rêve s'arrête ou devient trop incompréhensible. "The starting point for the flow of active imagination is marked by concentrating on an image, which

then becomes enriched with details" (Lusebrink, p. 149). Selon Lusebrink (1990), ces images (oniriques et issues d'une imagination active) ont leur propre logique, leur propre langage.

> The dream world should be listened to because it has abilities beyond our normal range and the everyday awareness should be listened to because it is the actor in this world. The dream world provides us with its unique view on the world and we bring our questions, our capacity for learning, and our ability to be surprised. This marriage of inner world and outer world can provide our lives with much needed insight, energy, passion, and meaning. (p. 149)

L'imagination active génère des images, des affects, des scènes qui sont utiles à la découverte de soi, du Soi, la structure fondamentale même, "l'archétype des archétypes", et peut alimenter le processus art-thérapeutique.

> At the outset one concentrates on a specific point, mood, picture or event, then allows a chain of associated fantasies to develop and gradually take on a dramatic character. Thereafter the images have a life

of their own and develop according to their own logic. (Samuels, Shorter & Plaut, 1986, p. 9)

Selon Lusebrink (1990), les images nées de l'imagination active ont un lien direct avec le Soi et semblent avoir leur propre destinée, indépendante du contrôle de la conscience. L'imagination active permettrait un "positionnement" entre la réalité concrète et celle du rêve, "at the threshold between our everyday sort of awareness and the dream world" (bodysoulandspirit.net). "A conscious connection can be established with the unconscious, particularly with the archetypal images, through the method of active imagination" (Lusebrink, p. 148).

Eisendrath (1977) affirme que par le biais d'une imagination active, les images plutôt nébuleuses ou fragmentées de certains rêves, par exemple, deviennent plus animées, plus dynamiques. De plus, l'imagination active, contrairement au rêve, fait appel aux forces du Moi conscient. "[The] use of active imagination in art therapy shows how in-depth psychotherapy naturally involves varied modes of expression and alternatives to ego's habitual speech" (McNiff, 1992b, p. viii). Ainsi, entrent en jeu des qualités telles que la concentration, l'investigation et

l'observation qui faciliteront le dialogue avec les images archétypiques, parfois "sans sens" véritable, issues de l'inconscient.

Selon von Franz (1993), l'imagination active peut intensifier et accélérer ce processus de manifestations archétypiques, ces éléments venus des inconscients personnel et collectif qui rencontrent le conscient. "A beneficial effect arises from attempting to objectivize (carefully observe) contents of the unconscious in the awake state and relate with them consciously" (p. 146). Selon Samuels (1997), l'imagination active équivaudrait à une suspension temporaire du contrôle exercé par le Moi: "a dropping down into the unconscious, and a careful notation of what one finds, whether by reflection or some kind of artistic self-expression" (p. 6).

Von Franz (1993) suggère donc d'écrire, de peindre, de sculpter ou de danser le phénomène qui se présente à nous dans une imagination active… ou dans un rêve, comme le suggérait Jung (1966) à ses patients. Selon Humbert (1993), par le biais de l'imagination active, Jung cherche "à obliger l'inconscient à s'objectiver dans une confrontation avec le conscient." (p. 89). Objectiver l'affect ou l'impulsion reliés aux images archétypiques qui

font surface. Les objectiver en donnant à l'image la forme d'un objet (dessin, sculpture, chant, poème…). Ainsi, l'imagination active porte fruit: l'individu peut regarder avec une certaine distance cet objet qui vient de lui.

Le but de l'imagination active demeure le même: établir le contact avec l'inconscient pour lui donner une occasion de s'exprimer (Hannah, 1993; Humbert, 1993). "Elle ouvre la voie aux forces de compensation et contribue ainsi à une autorégulation du psychisme. Elle donne le champ à une confrontation qui peut devenir une totale aventure intérieure" (Humbert, p. 103).

La psyché aurait tendance à s'autoréguler. McNiff (1992a) a nommé cette capacité en décrivant un personnage que chaque individu possède en lui, celui du shaman guérisseur . "The shamanic perspective affirms the archetypal nature of the primal expressions in the pictures, dances, sounds, and dramas emerging from our art-therapy" (McNiff, 1992a, p. 19). De plus, McNiff précise que la psyché est en quelque sorte guidée par elle-même; qu'elle reconnaît ce qui est bon pour elle. "I [prefer] to follow the lead of purposeful psyche, or guiding daimon (the daimon … is an archetypal agent … that speaks through us) as it

expresses needs to paint, perform, talk, reflect or seek help" (McNiff, 1992a, p. 10-11).

8. Pour une transformation du Moi…

Il existe donc différentes techniques pour "entrer en contact", tenter de reconnaître, puis intégrer le matériel symbolique archétypique dans un processus art-thérapeutique. Cela aura pour effet une transformation du Moi. L'exploration de l'image archétypique par le biais de l'exploration des rêves, puis de l'imagination active peuvent stimuler les contenus particuliers prêts à se manifester. McNiff (1992b), à ce sujet, écrit que les forces archétypiques ont en quelque sorte besoin des arts, de leurs matériaux pour se manifester, et réciproquement, les arts ont besoin de ces forces cachées qui les guident, ces "chimères" invisibles qui habitent l'individu, qui le poussent à créer. Des forces anciennes, qui habitent l'inconscient collectif depuis toujours, mais des forces nouvelles, les mêmes, qui interpellent la conscience pour la première fois.

Conclusion

J'ai lu pendant six mois, avant même de savoir pourquoi je lisais sur un sujet qui m'intriguait depuis longtemps. Un sujet qui me semblait mystérieux, mais qui finalement est devenu un guide pour moi, dans le cadre de ce travail. "Vous devez choisir ce qui vous fascine le plus", m'avait écrit M. Jean-Michel Crabbé. "Les livres ont leur propre destin" avait-il ajouté. Les écrits de Jung, des posts-jungiens, des art-thérapeutes travaillant avec les archétypes m'ont permis de prendre conscience de la non-rigidité du processus art-thérapeutique, même si ce processus, comme c'est le cas, est théorique.

Dans ma recherche, je crois que j'ai démontré l'importance que pourraient avoir les manifestations archétypiques dans un processus art-thérapeutique. Bien sûr, il n'est ici que question de théorie, mais combien d'entre vous, qui avez lu ce texte, avez reconnu ces moments numineux lorsque l'on crée, ce saisissement particulier face à une image onirique qui vous habite encore? Ou, par exemple, la réaction puissante d'un patient, d'une cliente face à l'image qu'elle vient de faire lors d'une séance en art-thérapie?

Jung et ses acolytes ont beaucoup écrit sur ce concept dans le domaine psychothérapeutique, mais les art-thérapeutes ont quelque peu délaissé le sujet. Cela m'a permis d'explorer les applications possibles dans un cadre art-thérapeutiques. En lisant sur le sujet ou en écrivant ce mémoire, j'ai cru entrevoir des pistes qui pourraient alimenter le domaine de la recherche en art-thérapie. J'ai tenté de faire des hypothèses. Par exemple, y aurait-il un lien à faire entre les gribouillis que l'on dessine, sans réfléchir (comme lorsqu'on parle au téléphone et que l'on prend le premier bout de papier à nos côtés et que l'on griffonne) et entre les traits que l'on reproduit dans les images produites dans un cadre art-thérapeutique? Ces lignes redondantes, ces patterns graphiques, dans lesquels on est parfois pris ("Je n'aime pas mes lignes, je voudrais dessiner autrement") pourraient-ils être une manifestation archétypique, témoignant de l'emprise de tel ou tel archétype sur la personne, faisant vivre des émotions frustrantes au client? Serait-il possible que les personnages, qui apparaissent dans les oeuvres d'un individu en art-thérapie démontrent la même chose que les gribouillis? Seraient-elles plausibles, ces hypothèses? Je n'en sais rien. Mais il est clair que l'archétype aurait intérêt à être mieux reconnu dans la discipline de l'art-thérapie.

Maloney (1999), dans sa recherche *Preference ratings of images representing archetypal themes: an empirical study of the concept of archetypes* trouve que le concept de l'archétype pourrait être étudié empiriquement, et qu'il devrait être étudié et raffiné comme les autres concepts psychologiques. "Mutually consistent perspectives can be fruitfully combined, enriching both analytical psychology and other psychological enquiries" (p. 112). Et quel domaine serait mieux outillé que l'art-thérapie pour s'impliquer dans une forme de recherche qui utilise les images archétypiques?...

Exprimer ses contenus archétypiques, les objectiver à travers l'art, dans un processus art-thérapeutique semble faciliter un certain mouvement intérieur, permettant un sain développement de son individualité, une réconciliation entre le Soi et le Moi, entre le divin et le primitif, entre son âme et son corps. Travailler avec les archétypes, en art-thérapie, contribuerait à donner la possibilité à la personne de s'ouvrir consciemment, lui permettant ainsi de bâtir l'oeuvre de sa vie: celle d'être unique au sein de sa collectivité.

Finalement, ce travail qui, a tout d'abord été une exploration dans les livres, est devenu une expérience

personnelle. C'est-à-dire que plus je lisais, plus j'avançais, moins je savais où cela allait me mener, mais plus j'étais convaincue que cela était le bon chemin. Bon nombre d'images ont refait surface en moi en écrivant ce mémoire; ma vie onirique a été très active pendant plusieurs mois. J'ai écrit sur ces images, les ai explorées artistiquement. J'ai écrit sur un sujet théorique, sur des applications pratiques possibles qui pourraient servir le domaine de l'art-thérapie. Ce travail, à ma très grande surprise, m'a permis de me découvrir une chose tout à fait formidable : mon identité en tant qu'art-thérapeute.

Bibliographie

Astor, J. (2000). Comment on "why it is difficult to see the anima as a helpful object." Journal of Analytical Psychology, 45(4), 561-564.

Baierle, G. (1978). Le mythe dans la psychologie de C. G. Jung. Cahiers internationaux de symbolisme, 35-36, 151-162.

Birenbaum, H. (1988). Myth and Mind. Lanham, MD: University Press.

Chevalier, J., & Gheerbrant, A. (1982). Dictionnaire des symboles. Paris : Laffont/Jupiter.

Conforti, M. (1999). Field, form, and fate: patterns in mind, nature, and psyche. Woodstock: Spring Publications.

Crow, E. (1986). Archetypes and assignments: Writing about personal archetypes aids students in writing composition papers and understanding literature. Paper presented at the annual meeting of the Conference on College Composition and Communication, New Orleans, LA.

Edinger, E. F. (1973). Ego and archetype. Baltimore, MD: Pelican Book.

Eisendrath, P. (1977). Active imagination: a separate reality. Art Psychotherapy, 4(2), 63-71.

Fryrear, J. L., & Corbit, I. E. (1992). Photo art therapy: A jungian perpective. Springfield, IL. : Charles C. Thomas.

Gordon, R. (1987). Archetypes on the couch. In N. Schwartz-Salant, & M. Stein (Eds.), Archetypal Processes in Psychotherapy (pp. 93-114). Wilmette, IL: Chiron Publications.

Hall, J. A. (1983). Jungian dream interpretation: A handbook of theory and practice. Toronto: Inner City Books.

Harding, M. E. (1961). What makes the symbol effective as a healing agent? In G. Adler (Ed.), Current trends in analytical psychology (pp. 1-17). London: Tavistock.

Hannah, B. (1990). Rencontres avec l'âme: l'imagination active selon C. G. Jung. Paris: Jacqueline Renard.

Hébert, G. (1990). La notion d'archétype dans la psychologie analytique de C. G. Jung: ses fondements empiriques et épistémologiques. Thèse non-publiée, Université du Québec à Montréal, Montréal.

Hillman, J. (1975). Re-visioning psychology. New York: Harper & Row.

Hillman, J. (1977). An inquiry into image. Spring, 62-89.

Hillman, J. (1983). Archetypal psychology. Dallas, TX: Spring Publications.

Humbert, E. G. (1983). Jung. Paris: Éditions universitaires.

Humbert, E. G. (1993). Écrits sur Jung. Paris: Retz.

Jacobi, J. (1961). Complexe, archétype, symbole. Neuchâtel, Suisse : Delachaux & Niestlé.

Jacobi, J. (1964). La psychologie de C. G. Jung. Lausanne: Éditions du Mont-Blanc.

Jarret, J. (1981). Schopenhauer and Jung. Journal of Analytical Psychology, 26(1), 193-205.

Jung, C. G. (1950). Types psychologiques. Genève: Librairie de l'université.

Jung, C. G. (1953). Two essays on analytical psychology. Collected works, 7. Princeton: Princeton University Press.

Jung, C. G. (1959). Archetypes of the collective unconscious. Collected works, 9. Princeton: Princeton University Press.

Jung, C. G. (1960a). The structure and dynamics of the psyche. Collected works, 8. Princeton: Princeton University Press.

Jung, C. G. (1960b). The psychogenesis of mental disease. Collected works, 3. Princeton: Princeton University Press.

Jung, C. G. (1962). L'homme à la découverte de son âme. Paris: Payot.

Jung, C. G. (1964). L'homme et ses symboles. Paris: Robert Laffont.

Jung, C. G. (1966). Ma vie. Paris: Gallimard.

Jung, C. G. (1969). Psychology and religion : West and east. Collected works, 11. Princeton, N.J. : Princeton University Press.

Jung, C. G. (1970). Psychologie et alchimie. Paris: Buchet/Chastel.

Jung, C. G. (1971). Les racines de la conscience: études sur l'archetype. Paris : Buchet/Chastel.

Jung, C. G. (1973). Dialectique du moi et de l'inconscient. Paris: Gallimard.

Jung, C. G. (1998). Sur l'Interprétation des rêves. Paris: Albin Michel.

Jung, C. G., & Kerenyi, K. (1993). Introduction à l'essence de la mythologie : l'enfant divin, la jeune fille divine. Paris : Payot.

Keyes, M. F (1976). Art processes evoking awareness of the shadow archetype. Art Psychotherapy, 3(2), 77-80.

Lusebrink, V. B. (1990). Imagery and visual expression in therapy. New York: Plenum Press.

Maduro, R. J., & Wheelright, J. B. (1992). Archetype and archetypal image. In R. P. Sugg (Ed.), Jungian literary criticism (pp. 181-199). Evanston, IL: Northwestern University Press.

Maloney. (1999). Preference ratings of images representing archetypal themes: An empirical study of the concept of archetypes. Journal of Analytical Psychology, 44(1), 101-116.

McNiff, S. (1992a). Art as medecine. Boston, MA: Shambhala Publications.

McNiff, S. (1992b). Foreword. In J. L. Fryrear & I. E. Corbit (Eds.), Photo art therapy: A jungian perpective (pp. v-ix). Springfield, IL. : Charles C. Thomas.

Odajnyk, V. W. (1984). The psychologist as artist: The imaginal world of James Hillman. Quadrant, 17(1), 39-48.

Rey-Debove, J. , & Rey, A. (Eds). (1996). Nouveau petit Robert [CD ROM].

Samuels, A., Shorter, B., & Plaut, F. (1986). A critical dictionary of Jungian analysis. London: Routledge.

Samuels, A. (1997). Introduction: Jung and the post-Jungians. In P. Young-Eisendrath & T. Dawson (Eds.), The Cambridge companion to Jung (pp. 89-100). Cambridge: Cambridge University Press.

Singer, J. (1972). Boundaries of the soul. New York: Doubleday & Company.

St-Amand, C. (1999). L'imagination active dans un processus d'art-thérapie : une étude de cas. Mémoire non-publié, Université Concordia, Montréal.

Stevens, A. (1994). Jung: l'oeuvre-vie. Paris: Éditions du Félin.

Swanson, R. H. (1999). Naturalizing the archetypes: Analysis, evaluation, and reconceptualization of archetypal psychology. Thèse de doctorat non-publiée, Florida State University, Floride.

von Franz, Marie-Louise (1993). Psychotherapy. Boston: Shambhala.

Whitmont, E. (1987). Archetypal and personal interaction in the clinical process. In N. Schwartz-Salant

& M. Stein (Eds.), Archetypal processes in psychotherapy (pp. 1-26). Wilmette, IL: Chiron Publications.

Williams, Y. B. (1999). The art of dying. Springfield, IL: Charles C. Thomas.

Young-Eisendrath, P. & Dawson, T. (1997). The Cambridge companion to Jung. Cambridge: Cambridge University Press.