

The spirituality of art therapists, a sacred space to better hear the song of dark times

La spiritualité de l'art-thérapeute, un espace sacré pour mieux entendre chanter les temps sombres

Nancy Couture and Lise Pelletier

The loss of meaning resulting from physical or psychological suffering gives rise to an existential void or distress that often seeks refuge in spirituality (Frankl, 1988/2012). Some authors agree that art has a soul-extending purpose (Farrelly-Hansen, 2012; Jung 1963/1973; Moon, 1997). Although we can acknowledge that the spiritual dimension is psychically innate, Kandinsky (1954/1989) stressed that art is a form of spiritual expression. Several studies suggest that incorporating spirituality into therapy can be beneficial in reducing stress, anxiety, and depression (Baetz and Toews, 2009; Malchiodi, 2013; McNiff, 2009; Oxhandler and Pargament, 2014; Paloutzian and Park, 2013; Sandmire et al., 2012). So, if artistic expression is a way for clients to connect with their spiritual resources, how is it for the art therapist who welcomes, day after day, suffering people? This question gave rise to a conversation between two women, art therapists, who are also art therapy professors, and who looked into the place of spirituality in their personal and professional lives. They set out to explore, in a written and illustrated dialogue, the importance of the spiritual experience in order to understand its outlines as a resource. The literature emphasizes that spirituality supports the practice of attentive listening and receptivity to the suffering of others, and helps cultivate a space where hope, courage, and benevolence can be activated. The purpose of this presentation is to document this experience, identify theoretical and practical elements related to art therapy, and determine the importance of exploring spirituality as a way to avoid compassion fatigue or the onset of secondary trauma. Lastly, it supports the key role that artistic expression plays in awakening the spirituality needed to keep singing through dark times.

La spiritualité de l'art-thérapeute, un espace sacré pour mieux entendre chanter les temps sombres

La perte de sens engendrée par la souffrance physique ou psychique fait naître un vide existentiel voire une détresse qui cherchera souvent refuge dans la spiritualité (Frankl, 1988/2012). Certains auteurs s'accordent pour reconnaître à l'art une fonction d'extension de l'âme (Farrelly-Hansen, 2012; Jung 1963/1973; Moon, 1997). Si du point de vue psychique nous convenons que la dimension spirituelle est innée, Kandinsky (1954/1989) de son côté souligne que l'art est une forme d'expression de la spiritualité. Plusieurs recherches supposent qu'une thérapie intégrant la dimension spirituelle présente des bénéfices en diminuant notamment le stress, l'anxiété et la dépression (Baetz et Toews, 2009; Malchiodi, 2013; McNiff, 2009; Oxhandler et Pargament, 2014; Paloutzian et Park, 2013; Sandmire et al., 2012). Or, si l'expression artistique est une façon pour les clients de se connecter avec leurs ressources spirituelles, qu'en est-il pour l'art-thérapeute qui accueille jour après jour des personnes aux prises avec leurs souffrances? Cette question est le point de départ d'une rencontre entre deux femmes art-thérapeutes et professeures en art-thérapie, interrogées par l'espace occupé par la spiritualité dans leur vie personnelle et professionnelle. Dans un dialogue à la fois écrit et illustré, elles ont entrepris d'approfondir l'importance de l'expérience spirituelle et d'en comprendre les contours en tant que ressource. La littérature souligne que la spiritualité soutient le travail d'écoute et de réceptacle de la souffrance de l'autre, permet de cultiver un espace où l'espoir, le courage et la bienveillance s'activent. La présentation vise à documenter cette expérience et à identifier des éléments théoriques et pratiques reliés à l'exercice de l'art-thérapie et l'importance de l'exploration de la spiritualité en tant que prévention de la fatigue de compassion ou de l'apparition d'un trauma secondaire. Enfin, elle soutient l'importance de l'expression artistique afin d'éveiller la spiritualité si essentielle pour continuer de « chanter les temps sombres ».

Biography

Nancy Couture holds a doctorate in social work and a master's degree in art therapy, and she is a professor of art therapy at the Université du Québec en Abitibi-Témiscamingue. In addition to her clinical practice, she is also an active visual artist. Her research activities focus on somatic art therapy and gerontology. Her main interests are the aging process, conjugality, and the connections between art therapy and some body-mind approaches. Spirituality has always played a key role in her personal and professional life. She has recently developed a keen interest in the intersectionality of art therapy and spirituality.

Lise Pelletier holds two master's degrees - one in social work and the other in art therapy - and is a professor in the Art Therapy department of the Université du Québec en Abitibi-Témiscamingue. After several years of practice as a clinician, she is particularly interested in the inclusion of spirituality in art therapy, in fostering empowerment, in using arts as tools of social intervention with marginalized peoples, and in the research into the social and ethical aspects of art therapy.

Recent publications and conference presentations

Couture, N., Dupuis, E. and Paquin, J. (2023). **An integrative experiment in art therapy and acceptance and commitment therapy with a group of women with fibromyalgia.** In: L. Pelletier and J. Lambert (eds.), *L'art-thérapie auprès des groupes. Réflexions théoriques et développements cliniques (Group Art Therapy. Theoretical considerations and clinical developments)* (p. 29-54). Presses de l'Université du Québec.

Lapointe, L. and Couture, N. (2023). **Self-awareness from Ehrenfried's holistic gymnastics, a somatic education approach, as seen with clay: an explorative case study. Research Report.** <https://depositum.uqat.ca/id/eprint/1425/1/gymnastique-holistique-rapport-2023.pdf>

Pelletier, L. and Cournoyer, M. (2015). **When art therapy rhymes with spirituality.**

Counseling et spiritualité / Counselling and spirituality, 34(1), 91-116.

Pelletier, L. (2015). **Art therapy, a deeply spiritual approach to the suffering of the soul.**

SpiritualitéSanté, 8(1), 20-24.

Pelletier, L. (2014) **Art therapy, spirituality and forgiveness: a mother's journey through her son's illness and suicide.** *Canadian Art Therapy Association annual conference*, Nelson, BC, September 19.