

# HUILEN IN DE SUPERMARKT

Thesis Annelot Bossink

*Creativiteit en Mentale gesteldheid.*

# INHOUD

	Inleiding
1.	Creativiteit
2.	Geschiedenis van onderzoek link tussen creativiteit en psyche.
3.	Verschillende stoornissen en voorbeelden.
3.1	bipolair (Vincent van Gogh and Edgar Allan Poe)
3.2	stemmingstoornis/depressie (Ernest Hemingway, Virginia Woolf, Robert Schumann, Mark Rothko's, Nicolas de Staël)
3.3	OCD (Michelangelo Buonarroti, is thought to have suffered from obsessive compulsive disorder.)
3.4	Schizofernie (Louis Wain)
3.5	Angststoornis (Edvard Munch's life was fraught with anxiety and hallucinations.)
4.	Recent onderzoek - Christopher Zara
5.	Conclusie
	Dankwoord

# Inleiding

De kunstacademie een bron vol creativiteit, maar net zo veel een bron van psychische problemen. Dit is mij na veel gesprekken met andere studenten opgevallen. De een doet er meer mee dan de ander, therapie, medicijnen of gewoon een eigen manier vinden om er mee om te gaan.

Ik ben een van die studenten al zo lang ik mij kan herinneren probeer ik om te gaan met mijn psychische problemen en ook met mijn creativiteit.

Als deze voorvallen riepen een vraag bij mij op; is er een connectie tussen creativiteit en psychische gesteldheid? En het is die vraag die mij stuurde naar een onderzoek en uiteindelijk deze thesis. Persoonlijk heeft dit onderzoek voor mij een inzicht gecreëerd in het omgaan met mijn creative geest en mijn problemen, voor anderen heeft dit tot nu toe ook geleid tot begrip en inzicht in het brein van creativelingen.

Ik hoop dat u door het lezen van deze thesis mogelijk ook een nieuwe visie krijgt op het begrip “de gekwelde artiest” en mogelijk met een nieuwe blik de kunst kunt beschouwen.

# Hoofdstuk 1

Wat is creativiteit?

de creativiteit zelfst.naamw. (v.) Uitspraak: [krejativi't it]

Talent om nieuwe dingen te verzinnen, om creatief te zijn.

Voorbeeld: `een cursus waar je leert je creativiteit de vrije loop te laten en je fantasie te gebruiken`

<http://www.woorden.org/woord/creativiteit>

Met originele oplossingen komen voor problemen die met de functie verband houden. Door verbeeldingskracht nieuwe werkwijzen bedenken.

<http://www.encyclo.nl/lokaal/10005>

Het Denkproces waardoor uit de menselijke Geest nieuwe Inzichten (via Inductie) tot stand komen. Vaak scheppen deze nieuwe inzichten de mogelijkheid om nieuwe Toepassingen (via Deductie) te maken, die werken, Mooi en/of Nuttig zijn.

Voorbeelden - Kunst scheppen, nieuwe Organisaties tot stand brengen, nieuwe Theorieën formuleren

<http://psy.cc/psy/wiki/pmwiki.php?n=Begrippen.Creativiteit>

Creativiteit heeft geen eenzijdig definiërend antwoord. Dit betekend echter niet dat het onmogelijk is om creativiteit uit te leggen maar elke uitleg zal een deel van de mening van de schrijver bevatten. Dit zal ook in deze thesis het geval zijn desondanks veel onderzoek en het lezen van verschillende standpunten kan ik daaruit alleen maar mijn eigen conclusie trekken.

Volgens Mihaly Csikszentmihalyi zijn er 3 factoren die creativiteit definiëren; een cultuur die symbolische regels bevat, een persoon die nieuwe dingen in het symbolisch gebied invoert en een aantal deskundigen dat deze

vernieuwingen herkent en beoordeelt. Mihaly noemt tevens (in zijn boek genaamd ‘creativiteit’) twee voor hem belangrijke redenen waarom creativiteit een belangrijk rol speelt in ons leven:

1. De meest interessante, belanghebbende en menselijke dingen komen voort uit creativiteit. Onze genetische samen stelling is voor 98 procent gelijk aan die van een chimpansee. Wat ons onderscheid van de chimpansee is onze taal, kunst, cultuur, normen en waarden, wetenschappelijk inzicht en technologie, en de manier waarop wij die kennis overdragen en uiten. Zonder creativiteit zouden deze dingen allemaal niet mogelijk zijn.

2. Om deel te kunnen uitmaken van iets dat groter is dan wijzelf. Het deel uit maken van een creatief proces of het beschouwen ervan geeft ons een bevrediging die niet te vinden is in andere ‘dagelijkse’ dingen.

Deze twee punten formuleren een beknopte definitie van wat creativiteit is maar ook geeft het een hint naar hoe creativiteit werkt in de oergevoelens van de mens. We willen ons graag onderscheiden en het gevoel hebben dat wij groter zijn dan onszelf of dat er iets groter is dan onszelf (zie religie).

Tegenwoordig wordt creativiteit anders bekeken. Schilders zijn niet meer nodig om iets vast te leggen, we hebben fotografie, we hoeven niet zelf meer onze kleding te maken daar hebben we

# Hoofdstuk 2

winkelketens en naaiateliers voor. We kunnen eigenlijk alles waar wij onze creativiteit bij nodig zouden hebben uitbesteden. Toch moeten wij in ons dagelijks leven onze creativiteit gebruiken al is het maar om een saai verslag van de dag op een leuke manier te brengen aan de eettafel. Daarmee wil ik duidelijk maken dat ik geloof dat er in ieder mens creativiteit zit, het verschil is dat sommige van ons ook de kunde hebben gekregen of ontwikkelen om dat te uiten, en dat is een cruciaal punt.

Om creativiteit te laten ontwikkelen hebben wij een omgeving nodig waarin dit kan groeien, dit houdt in; de middelen om dingen te leren, uit te voeren en te beoordelen. Men kan geen innovatieve creaties maken zonder kennis te hebben van wat er al bestaat, het materiaal om het te bouwen en het uiteindelijke product aan anderen te laten zien.

Houd in gedachten dat dit enkele visies zijn op de definitie van creativiteit.

Zoals hier boven een poging is gedaan om creativiteit uit te leggen valt op dat het een breed begrip is, het komt op alle vlakken voor. Nu gaat er meer gericht worden op de creativiteitsontwikkeling in de hersenen bij mensen uit het artistiek vakgebied en de psychische gesteldheid van de artiest. Doormiddelen van het bestuderen van onderzoeken in de de geschiedenis en recentere onderzoeken, het lezen van recensies van psychiaters over deze onderzoeken en gesprekken met artiesten.

Psychische gesteldheid.

Psychische gesteldheid: toestand waarin de geest zich bevindt (Van Dale).

Hoe staat het met het brein? Dit is in het kort de uitleg van psychische gesteldheid.

Zijn we gezond en reageren we normaal op situaties in het leven of zijn we meer neerslachtig en kunnen we slecht tegen veranderingen.

Al bijna een eeuw is men opzoek naar een mogelijk samenhang tussen dit onderwerp en de creatieve geest. We kennen allemaal het voorbeeld Van Gogh die zijn oor er afsneed maar ook componisten zoals: Robert Schumann had last van wanen en depressies. Maar is dit nou het geen dat hen zo succesvol heeft gemaakt als creatief persoon of staat dit los van elkaar?

## ONDERZOEKEN

Charlotte Waddell (professor en psychiater), heeft een ‘review paper’ geschreven over het mogelijke verband tussen creativiteit en psychische aandoeningen\*. Zij heeft negenentwintig studies onderzocht wat de volgende resultaten op leverde; 15 van de studies hadden geen bewijs voor de link, 9 vonden wel een mogelijke link en 5 van de studies hadden een onduidelijk uitkomst. De meeste studies hadden volgens haar ook wat fouten in de onderzoek methodes. Ondanks het weinige bewijsmateriaal bevonden de meeste onderzoekers toch wel dat er een positief of toevallig verband is tussen kunst en psychische problemen.

Een ander recent onderzoek (20120 in Zweden) door onderzoekers aan het Karolinska Instituut stelt vast dat er wel degelijk een verband is. Het team liet in 2012 zien dat er in families van kunstenaars en wetenschappers vaker schizofrenie en bipolaire stoornissen voorkomen. De studie volgde 1.2 miljoen patiënten en hen familie. Na dit uitgebreide onderzoek kwam het team tot de conclusie dat de gehele groep vaker te kampen had met psychische problemen en dat het percentage zelfdoding vijftig procent hoger ligt dan bij de algemene bevolking.

• REVIEW PAPER: Creativity and Mental Illness: Is There a Link?  
• Charlotte Waddell, MSc, MD, CCFP, FRCPC1 (maart, 1998)  
• [http://insciences.org/article.php?article\\_id=11058](http://insciences.org/article.php?article_id=11058) (orgineel Karolinska Institutet) Publication: Simon Kyaga, Mi

• kael Landén, Marcus Boman, Christina M. Hultman och Paul Lichtenstein "Mental illness, suicide and creativity: 40-Year prospective total population study" Journal of Psychiatric Research, corrected proof online 9 October 2012  
<http://www.brainpickings.org/2014/07/21/creativity-and-mental-illness/>

# Hoofdstuk 3

Om een eigen inzicht te krijgen in wat er omgaat in het brein van artiesten zullen we naar de individuen moeten kijken met een kleine introductie in de desbetreffende stoornis. Aangezien elke stoornis een andere invloed heeft op de manier van denken en doen. Vanwege deze grote verschillen in stoornissen is het gemakkelijker en overzichtelijker om ze een voor een uit te lichten.

## 3.1 Schizofrenie

Schizofrenie; functionele psychose die wordt gekenmerkt door wanen, hallucinaties, stoornissen in denken, emotie en gedrag.\*\* Niet te verwarren met MPS (Meerdere Persoonlijkheids Stoornis) waarbij de desbetreffende persoon daadwerkelijk meerdere persoonlijkheden ‘heeft’. Bij schizofrenie zijn er langere periodes van dissociatie van de werkelijkheid; psychoses. Schizofrenie kan zich op verschillende manieren uiten waarbij het paranoïde type het meest bekend is (men hoort stemmen en heeft wanen). Schizofrenie wordt meestal opgemerkt voor het 45e levensjaar en wordt veelal behandeld met antipsychotica in combinatie met intense therapie en trainingen.

Louis Wain, bekend om zijn tekeningen en schilderijen van katten, leed aan schizofrenie. Het kwam niet vanuit hemzelf in eerste instantie om katten af te beelden, het was zijn vrouw die hem vroeg dit voor haar te doen in haar laatste jaren van haar strijd tegen kanker. In zijn begin periode waren zijn tekeningen vrij realistisch, later begon hij katten in menselijk situaties af te beelden. Zijn werk begon op te vallen onder de menigte en zijn afbeeldingen werden ook gebruikt voor kinderboeken.

Het effect van schizofrenie kwam pas later in Wain’s leven naar voren en is duidelijk te zien in zijn werk. Hij begon steeds meer de connectie met de realiteit te verliezen.

De katten in de schilderijen gaan van grappig en herkenbaar naar een soort psychedelische, achterdochtige katachtige vormen. Hoewel dit werk in zijn tijd niet werd gewaardeerd maakte hij in de jaren zestig en zeventig een comeback door het psychedelische aspect van zijn schilderijen.

Adolf Wölfli een meester in de outsiders art (Art Burt) voordat deze stroming eigenlijk benoemd was. Wölfli is het eerste voorbeeld van een ‘patiënt’ wiens werk (terwijl hij het meest van zijn tijd in een inrichting doorbracht) serieus werd genomen.

Wölfli had een moeilijke jeugd hij werd zowel psychisch als seksueel misbruikt en werd op latere leeftijd opgepakt voor die zelfde daden die hij verrichten bij andere jongeren. De tweede keer dat hij hier voor werd gearresteerd deed hem in een psychiatrische inrichting belanden, waar hij de rest van zijn leven zou doorbrengen. Wölfli had last van agressieve psychoses en moest vaak de isoleercel in.

Tijdens zijn leven in de inrichting schreef hij vijftwintigduizend pagina’s vol met gedichten en verhalen, maakte viertienhonderd zestig tekeningen en 1560 collages, die later na zijn dood geëxposeerd werden door Jean Dubuffet in de Compagnie de l’Art Brut in Parijs. Zijn werk was veelal een soort spiegel van zijn hersenspinsels, chaotisch maar met een ritme. Zijn interesse in muziek komt ook veelal naar voren in zijn werk dit in combinatie met zijn angst voor leegte levert volle bijna psychedelische werken op.

## 3.2 Depressie

Depressie is de meest voorkomende stoornis, men kan spreken van een depressie als periodes van somberheid langdurig aanhouden. De stoornis kenmerkt zich door een verlies van levenslust

en een neerslachtige stemming, verminderde productiviteit, huilbuien en soms zelf suicidaliteit. Onbehandeld kan een depressie ook andere stoornissen veroorzaken zoals slaapstoornissen en eetstoornissen maar ook lichamelijke klachten; verandering van eetlust, hoofdpijn, vermoeidheid. Depressies worden veelal behandeld met therapie afgestemd op de stoornis en mogelijk in combinatie met medicatie.

Pablo Picasso was een kunstenaar met een ‘blauwe periode’. Vastgesteld was dat hij een leidde aan depressie tussen 1901 en 1904. In deze periode maakt hij veel werk met daarin de kleur blauw wat op dat moment zijn geestelijke gesteldheid weerspiegelde. Dit is tevens de periode waar Picasso over ging van klassieke kunst naar zijn bekende abstracte stijl.

Francisco Goya de bekendste en meest veelzijdige Spaanse kunstenaar uit de achttiende eeuw kreeg pas later in zijn leven last van depressies. Na het het zien en ervaren van het leed van de Napoleontische oorlogen en zijn verergerende doofheid, raakte hij pas aan het eind van zijn leven in een zware depressie. Tijdens zijn donkere tijden maakte hij de Pinturas negras (de zwarte schilderijen) een reeks van veertien schilderijen met een donkere en soms lugubere sfeer. Het was een uiting van zijn gesteldheid op dat moment, gedistantieerd van de mensheid en getraumatiseerd door de oorlogen. Het was zeer bijzonder voor de tijd om gevoelens terug te laten komen in kunst, maar het heeft voor hem uit eindelijk een van de meest bekende schilderijenreeksen opgeleverd.

## 3.3 Angststoornis

Angst is een onaangename gemoedstoestand maar nodig, het laat je weten dat er een bedreiging is en dat er actie ondernomen moet worden. Angst begint pas een probleem te worden als het zich herhaaldelijk voordoet of als het opspeelt als er eigenlijk geen bedreiging is. Op het moment dat die situaties zich voordoen en de angst veranderd van een waarschuwing naar een irrationele angst, kan men spreken van een angststoornis. Een angststoornis uit zich niet alleen in emoties en ander denkgedrag maar kan zich ook lichamelijk uiten; trillen, huilen, misselijkheid. Deze stoornis wordt veelal behandeld met kalmerende medicatie en cognitieve gedragstherapie.

Edvard Munch leefde n werkte in de tijd van het expressionisme, het uiten van gevoelens in kunst. Voor hem was dit gunstig aangezien hij naast een tragisch verleden (het overlijden van zijn moeder en zus) ook last had van een angststoornis. De paniek die hem op moment overviel schepte voor hem naast een onveilig gevoel ook nieuwe ideeën voor zijn werk (de schreeuw). Door het vastleggen van zijn angstmomenten en zijn vakbekwaamheid hier in werd hij een van de meest bekende kunstenaars van zijn tijd.

“I was walking along the street with two friends - the sun was going down - I felt a touch of melancholy. Suddenly the color of the sky changed to blood red. I stopped walking and leaned against a fence feeling tired to death - I saw the flaming clouds like bloodstained swords - the blue-black fjord and the city - my friends went on walking - I stood there trembling with fear - and I felt how a long unending scream was going through the whole of nature.”  
(de inspiratie voor ‘de schreeuw’ uit Munch’s dagboek, 22 January 1892)

## 3.4 Obsessieve Compulsive Stoornis

OCS of dwangstoornis is een psychische aandoening waarbij de desbetreffende persoon terugkerende dwanggedachtes, dwanghandelingen en dwanggevoelens ervaart. Het is een stoornis die wordt onderbedeeld in de angststoornissen. Deze aandoening kan zich op verschillende manieren uiten bijvoorbeeld; het dwangmatig controleren van deuren of het herhaald aanraken van objecten (uit angst dat er anders iets slechts gaat gebeuren) of het dwangmatig schoonmaken (uit angst voor bacteriën en ziektes). Deze stoornis wordt meestal behandeld doormiddel van speciale medicatie en gedragstherapie.

Michelangelo di Lodovico Buonarroti Simoni, een van de belangrijkste kunstenaars uit de Italiaanse renaissance, leed naast depressie ook aan een Obsessieve Compulsieve Stoornis. Hij sloot zich vaak dagenlang op in zijn atelier en was bekend om zijn afstandelijke en soms agressieve karakter. In de dagen die hij doorbracht in zijn atelier was hij obsessief gefocust op zijn werk, en dat terwijl hij ten alle tijden zijn laarzen aan hield, zelfs in bed. Het obsessieve van zijn stoornis is ook terug te zien in de perfectie van zijn werk en heeft mogelijk ook geleid tot zijn bekendheid.

### 3.5      bipolair

Een bipolaire stoornis valt in de categorie stemmingsstoornissen, het is een stoornis die afwisselende fases van depressie en manie heeft. In tegenstelling tot een depressie ervaart de persoon ook manische periodes, waarin iemand zich euforisch kan voelen. Een andere naam waaronder bipolaire stoornis beter bekend is heet dan ook manische depressie. Vanwege deze optimistische periodes is het moeilijk om deze stoornis vast te stellen en vaak hebben de personen die er aan leiden ook niet het idee dan hulp nodig te hebben. Bipolaire stoornissen worden voornamelijk met therapie en medicatie behandeld.

De manische periodes leveren artiesten die hieraan lijden vaak een productieve periode op, door het gevoel te hebben de wereld aan te kunnen zullen zij alles uit zichzelf willen halen om dit ook te laten zien. In die hypomanen fase komen vaak stromen van gedachtes voor en een diepte en variatie in hen gevoelsleven wat voor veel nieuwe inzichten en creativiteit kan zorgen. Helaas is er ook een duistere kant aan deze manie; de depressie. De overgang van manie naar depressie is vaak een slopende reis. Deze reis kan kwellend zijn voor velen, anderen gebruiken het juist bron van creativiteit.

Een goed ‘creatief’ voorbeeld van deze stoornis is Vincent van Gogh. Er zijn veel onderzoeken gedaan naar de psychische gesteldheid van de grote schilder met verschillende uitkomsten maar bijna alle uitkomsten wijzen naar een bipolaire stoornis. Met name in de laatste 2 jaar van zijn leven, waarin hij zeker 2 psychoses of hypermanie heeft gehad, zijn geleid geweest door deze stoornis. Uit de brieven van van Gogh valt ook op te maken hoe hij heen en weer schiet tussen verschillende stemmingen;

Nu de week om is schrijf ik U maar weer eens. Ik heb geregeld iedereen dag model gehad van ‘s morgens tot ‘s avonds en het model is goed. Mauve is eens komen kijken, en de Heer Tersteeg ook, en daar ben ik blij om. Nu heb ik al dien tijd met waterverf gewerkt, en ik krijg daar hoe langer hoe meer plezier in.

Etten, Friday, 26 August 1881 \*\*\*

‘Weer terug hier voelde ook ik me nog erg terneergeslagen en bleef de storm diejullie bedreigt, ook op mij drukken. Wat te doen? Kijk, ik probeer gewoonlijk tamelijk goed gehumeurd te zijn, maar ook mijn leven is aan de wortel aangetast, ook ik sta niet meer stevig op mijn benen.’  
Vincent aan Theo, Auvers-sur-Oise, ca. 10 juli 1890 \*\*\*

Het tweede citaat komt uit een brief die hij schreef terwijl hij in St Remy verbleef (een psychiatrisch ziekenhuis waar hij zichzelf had laten opnemen) duidelijk is in deze brief dat hij in een flink depressieve periode zat. Niet lang na het schrijven van deze brief pleegde hij zelfmoord. Maar wat heeft dit leed van Gogh gebracht? Tijdens zijn leven als kunstenaar heeft hij slecht een werk verkocht, wellicht omdat toen zijn blik op de wereld nog niet werd gewaardeerd. Tegenwoordig kunnen we zien wat voor meesterwerken hij heeft geproduceerd. Veel van zijn werken kwamen uit voort uit zijn manische periodes, waar hij de liefde voor schilderen omarmde en de energie en levenslust had om alles op een doek te zetten; productief. Desondanks het feit dat hij tijdens zijn manische periodes zo veel maakte was het toch tijdens zijn depressies dat hij zijn (nu) meeste bekende werken maakten (de zonnebloemen, De La Sirene At Asnieres, Irissen). \*\*\*\*In die werken is ook duidelijk meer frustratie en onrust terug te zien, grovere stroken en fellere kleuren dan voorheen in zijn werk. Het laat zijn emotionele staat zien, hij gaat niet meer voor esthetisch maar voor gevoel, zijn manier van communiceren.

\*\* Psychiatrie van diagnose tot behandeling, W. Vandereyken en R. van Deth. Bohn Stafleu Van Loghum, Houten 2004

\*\*\*<http://vangoghletters.org>

\*\*\*\*Psychological Reflections of Vincent Van Gogh's Art Posted on April 17th, 2010 door Dr Ruwan M Jayatunge

# Hoofdstuk 4

## 4. Recent onderzoek - Christopher Zara

The creating brain: The neuroscience of genius den boek door Nancy C. Andreasen. In dit boek is een groot deel gewijd aan het onderzoek naar bipolaire en schizofrene stoornissen onder artiesten. In haar onderzoek heeft ze ook gekeken naar eerdere onderzoeken op dit gebied (zoals; Van Gogh's Letters, Sylvia Plath's, Leo Tolstoy's diary of derpression en Virginia Woolf's suicide note) en die betrokken bij haar eigen studie naar dit onderwerp. Na het lezen van deze onderzoeken kwam zij met de volgende vraag;

EN: "Did mental illness facilitate [these creators'] unique abilities, whether it be to play a concerto or to perceive a novel mathematical relationship? Or did mental illness impair their creativity after its initial meteoric burst in their twenties? Or is the relationship more complex than a simple one of cause and effect, in either direction?"\*

NL: "Heeft een psychische aandoening de [deze scheppers'] unieke vaardigheden vergemakkelijkt, of het nu gaat om een concert spelen of om een nieuwe wiskundige relatie waar te nemen? Of heeft geestesziekte hen belemmert om hun creativiteit na de eerste explosieve uitbarsting in de jaren twintig? Of is de relatie complexer dan een eenvoudige één van oorzaak en gevolg, in beide richtingen?

Door de huidige kennis op het gebied toe te passen op eerder onderzoek verkreeg zij meer interesse in dit onderwerp en voerde eigen testen uit. Dit inspireerde ook anderen om zich meer te investeren in dit onderwerp. (zie Kay Jamison en Joseph Schildkraut)  
Wat Andresen in haar onderzoek vond was niet het bevestigen van de 'gekwelde artiest' maar het tegenovergestelde; de mensen die ze had onderzocht waren niet succesvol omdat ze psychische problemen hadden maar desondanks.

"Although many writers had had periods of significant depression, mania, or hypomania, they were consistently appealing, entertaining, and interesting people. They had led interesting lives, and they enjoyed telling me about them as much as I enjoyed hearing about them. Mood disorders tend to be episodic, characterized by relatively brief periods of low or high mood lasting weeks to months, interspersed with long periods of normal mood (known as euthymia to us psychiatrists). All the writers were euthymic at the time that I interviewed them, and so they could look back on their periods of depression or mania with considerable detachment. They were also able to describe how abnormalities in mood state affected their creativity. Consistently, they indicated that they were unable to be creative when either depressed or manic."