

# Éco-anxiété : « Il faut transform

Sécheresse, inondations, canicule... La prise de conscience des bouleversements engendrés par le changement climatique, s'accompagne parfois d'une crainte, nommée éco-anxiété. Décryptage



**Emmanuel Petit, professeur de sciences économiques à l'Université de Bordeaux.**

CLAUDE PETIT / « SUD OUEST »

Recueilli par **Stéphanie Lacaze**  
s.lacaze@sudouest.fr

**E**mmanuel Petit est économiste, professeur à l'Université de Bordeaux, chercheur à Bordeaux school of economics (BSE). Il s'intéresse au rôle des émotions dans la science et la société et consacrera prochainement une conférence grand public sur l'éco-anxiété.

**Quelle définition donnez-vous de l'éco-anxiété ?**

Je ne vais pas donner une définition de psychologue. Je dirais que c'est une peur qui est objective – il y a une certaine réalité, il y a des fondements – mais qui est amplifiée par un excès d'information ou une agitation autour de cette question du changement climatique. J'ai l'impression que c'est quelque chose qui touche en majorité les jeunes. Pour une raison simple, la question du changement climatique les concerne principalement, pas seulement eux mais leurs enfants et petits-enfants. Du côté des plus anciennes générations, il y a peut-être une absence de perspective, qui est nécessaire par rapport à cette question.

**Il s'agit d'une émotion qui peut avoir des aspects à la fois positifs et négatifs. L'émotion est une réaction d'un individu avec son environne-**

ment, ici la question du climat. La peur est appropriée, quand elle indique qu'il y a un trouble et lorsqu'elle arrive à guider l'individu pour sortir de ce trouble. Mais pour cela, il faut que ce soit une émotion qui ne soit ni trop intense, ni trop insuffisante. L'éco-anxiété, en règle générale, est une émotion trop excessive. Elle bascule dans une forme d'impuissance.

**Alors comment répondre à cette peur du changement climatique, largement répandue comme le montrent plusieurs enquêtes récentes ?**

Il y a plusieurs réponses. La première, ce serait de contrôler les émotions par la raison, une forme de méthode Coué, comme les gens qui croient dur comme fer dans le progrès technologique. La deuxième façon, envisagée par les psychologues, c'est la régulation des émotions. Une autre voie existe, ce sont les stratégies de protection et de déni. L'émotion nous permet d'aller ailleurs et de ne pas voir les choses. Sartre explique cela dans son « Esquisse d'une théorie des émotions ». Il montre à travers un exemple : face à un ours, très vorace, qui va nous attaquer, il y a trois possibilités : on l'agresse – ce qui n'est pas une bonne idée – ou on s'enfuit. Troisième éventualité qu'on connaît tous, l'évanouissement. C'est une forme d'évasion. Le déni pourrait correspondre à cela.

**Existe-t-il des moyens de lutter contre cela ?**

Le fatalisme peut être associé à la collapsologie. Elle programme quelque chose qui est inéluctable, donc, cela conduit à une forme d'impuissance. Ma position par rapport à cela, c'est qu'il faut arriver à transformer l'émotion de façon dynamique. Le changement climatique, ce n'est pas forcément les images d'effondrement qu'on nous montre au cinéma ou à la télé-

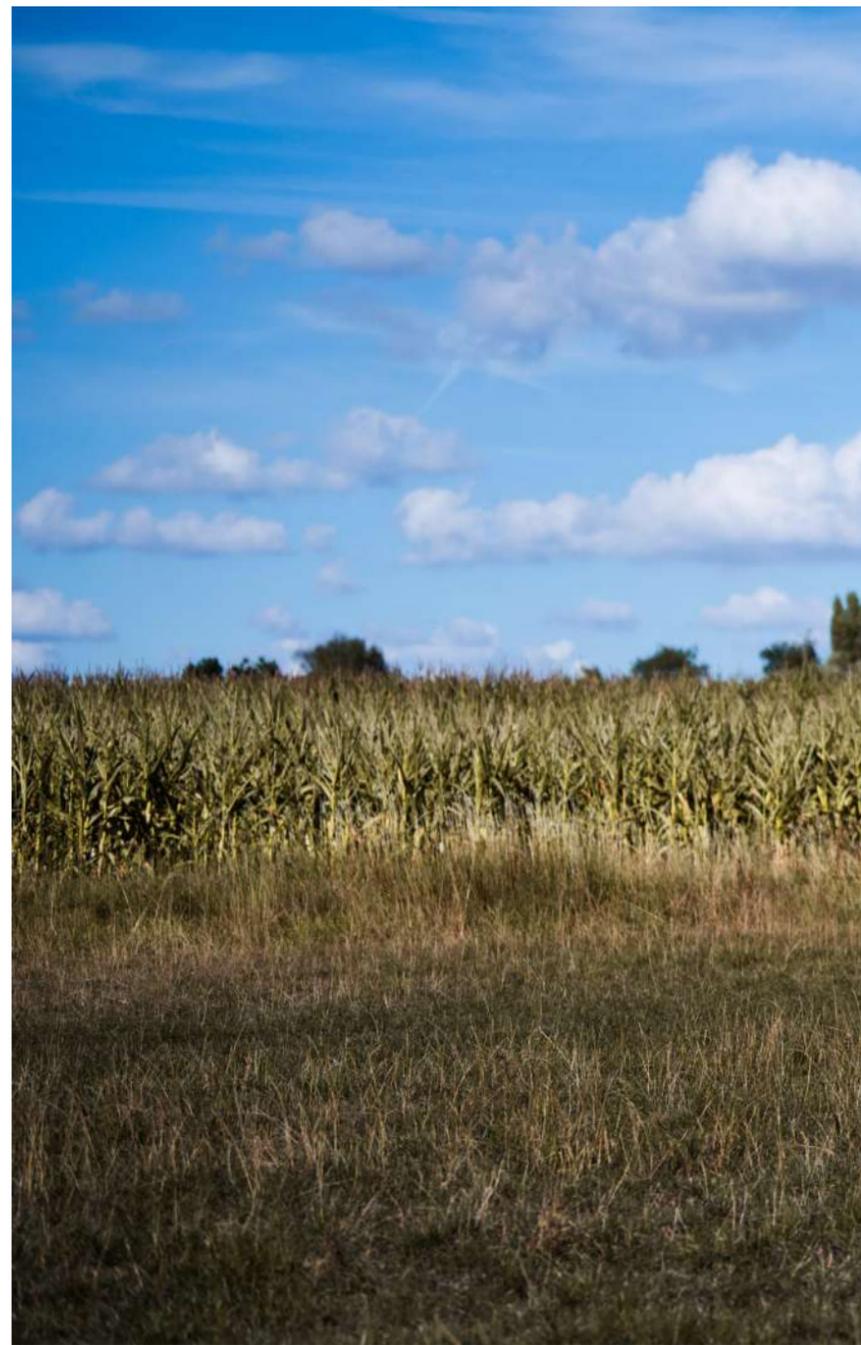
sion. On a la nécessité et les moyens d'agir. Le terme même d'émotion signifie se mettre en mouvement. Il faudrait transformer cette peur en engagement. Cela peut s'incarner par le biais d'une association, les Conversations carbone. Il s'agit d'un lieu où l'on réunit les gens pour réfléchir au problème, mais aussi pour exprimer leurs émotions. Cela permet de ne pas rester sur une peur trop intense. Quand vous avez une maladie, la première chose que vous dit votre médecin, c'est surtout de

**« Le changement climatique, ce n'est pas forcément les images d'effondrement qu'on nous montre au cinéma ou à la télévision »**

ne pas aller voir sur Internet. Il faudrait pouvoir faire cela pour le changement climatique et n'avoir que des informations relayées par des gens compétents. Ce serait mieux.

**Les jeunes sont appelés le 23 septembre à ne pas aller en cours et à participer à la grève pour le climat. Quel regard portez-vous sur ce mouvement ?**

C'est un mouvement qui me paraît nécessaire. C'est une bonne façon pour les jeunes de faire passer cette peur, c'est de la transformer, notamment sous forme de manifestations de colère comme Greta Thunberg. Mais je ne suis pas sûr que ce mouvement prenne une forme très ample cette fois. Peut-être qu'il y a des phénomènes d'usure, d'habitude ou de lassitude. Ce sont des mouvements bien vus dans la société, mais cela ne se traduit pas en actes. On



**Pour le chercheur, l'éco-anxiété touche en majorité les jeunes, « pour une raison simple, la question du changement climatique les concerne principalement ».** MAXPPP

ne prend pas en compte ces générations futures dans les décisions politiques.

**Justement quand on regarde l'action de nos dirigeants, on peut s'interroger. Pensez-vous qu'ils ne sont pas concernés par l'éco-anxiété ?**

On peut faire un constat d'une certaine forme d'inaction cli-

matique. En tout cas d'un engagement qui n'est pas suffisant au regard des enjeux. J'ai en tête, par exemple, la possibilité qu'une centrale à charbon ouvre au mois d'octobre. La difficulté du politique, c'est qu'il n'est pas sur un agenda qui correspond à celui de l'enjeu climatique. Il est sur des enjeux de

## Des jeunes partagés entre résignation et révolte

Premiers concernés par l'éco-anxiété, les jeunes entre 15 et 20 ans oscillent entre fatalisme et colère

Parmi les plus jeunes, le terme éco-anxiété résonne particulièrement. À la sortie des cours, à midi, devant ce lycée bordelais du centre-ville, ce n'est certes pas la première préoccupation des petits groupes qui déboulent l'estomac dans les talons. On s'interroge davantage sur le choix du « taco deux ou trois viandes » qui va être englouti pour le déjeuner. Pourtant lorsqu'on les interroge, les adolescents se disent tous concernés par le changement climatique et assument leurs contradictions en affirmant « manger moins de viande », mais pas aujourd'hui. Raphaël, 15 ans, suit l'actualité de près, il estime être plutôt bien informé sur le sujet. Mais selon lui, « ça ne sert à rien

d'avoir peur parce que de toute façon, il est déjà trop tard pour décélérer le changement climatique. On voit bien qu'on a passé un cap. L'Euphrate, un des plus grands fleuves du monde, est presque complètement desséché et ça n'inquiète personne. Tant que les politiques ne font rien, on pourra faire attention, des petits gestes, rien ne changera. La Russie s'en fiche du changement climatique, les États-Unis s'en fichent, la Chine aussi... »

**Course folle**

Liselotte, 19 ans, se dit clairement « hyper inquiète pour l'avenir ». Cette étudiante en graphisme ne comprend pas l'attitude de certains adultes qui, selon elle, s'apparente à

du déni face au changement climatique. « J'en parle avec ma mère, mais elle pense que je suis pessimiste. Je fais des études, mais si ça se trouve dans cinq ans, je ne pourrai même pas exercer mon métier parce que la terre ira trop mal pour continuer. » Assise en face, son amie Kathleen opine. « Quand on a vu les gros feux de forêt cet été ou quand on pense à la montée des eaux, cela fait vraiment peur. » Les deux jeunes femmes affirment limiter leur consommation au quotidien, refuser le plastique, trier leurs déchets... mais s'insurgent contre la course folle de notre société qui est prête à « réfrigérer des stades au Qatar pour la Coupe du monde de foot ».

**S. L.**



**Kathleen et Liselotte profitent d'une pause en terrasse en essayant de ne pas trop penser à l'avenir qu'elles voient sombre.** S. L.

# er la peur en engagement »



À Bordeaux, le 26 mars 2022. De la place de la Victoire à la place de la Bourse, une marche pour le climat qui voulait faire exister le sujet dans la campagne présidentielle.

ARCHIVES THIERRY DAVID / « SUD OUEST »

## Ils seront dans la rue pour réclamer un avenir

Une nouvelle journée mondiale de grève des jeunes pour le climat est organisée ce vendredi. En France et dans la région

Combien seront-ils à marcher de la place de la Victoire à la placette de Munich – au bord de la Garonne, aux Quinconces – ce vendredi en fin de journée ? Convoqué à 17 h 30, le défilé bordelais entend être le reflet des inquiétudes qui montent à propos du climat. « Il est mis sur pied par deux mouvements de jeunesse mais tout le monde est convié, bien entendu », précise Moé Kyoda, 20 ans, de Youth for Climate Bordeaux, la déclinaison locale du mouvement lancé par la Suédoise Greta Thunberg. Une autre association co-organise l'événement, les Jeunes écologistes Bordeaux Aquitaine.

Le rendez-vous s'insère dans le cadre d'une protestation sans frontières. Les jeunes du monde entier sont invités à faire grève pour le climat ce 23 septembre. En France, ils peuvent se déclarer sur la carte interactive de Fridays for Future. Elle est déjà piquetée de fanions à Bordeaux comme à Soustons dans les Landes, à Agen dans le Lot-et-Garonne et à Saintes en Charente-Maritime. Et, outre Bordeaux, des rassemblements sont programmés à Pau et à La Rochelle.

### Éviter le fatalisme

La date, celle du basculement dans l'automne, a quelque chose de symbolique au terme de l'été que l'hémisphère Nord s'apprête à solder. Entre canicules féroces et sécheresse en Europe et inondations dantesques au Pakistan, il n'aura jamais été autant question des dérèglements du ciel. Avec des sensations très concrètes. « Ici à Bordeaux, on a vu ces feux géants, on en a senti la fumée. Le réchauffement climatique entre dans les consciences »,

estime Lucy Argillos, 21 ans, des Jeunes écologistes.

Les deux jeunes femmes partagent de semblables préoccupations face à l'urgence qui les saisit à la gorge. Étudiantes en géographie, elles considèrent l'avenir de leur génération obéré par le péril climatique. « J'ai déjà fait le choix de ne pas avoir d'enfants. Je n'ai pas envie de donner naissance à des êtres vivants qui seront confrontés à ce monde-là », expose Lucy Argillos. « On a du mal à se projeter dans le futur avec les mêmes catégories que nos parents : avoir une maison, des enfants... On voit bien qu'on se dirige vers des conditions de vie plus difficiles, un confort amoindri au fil du temps. C'est de plus en plus anxiogène », renchérit Moé Kyoda.

Celle-ci craint que l'inquiétude ne se mue en fatalisme, poussé par la molle inaction des gouvernements « qui nous demandent des petites actions individuelles sans jamais mettre en œuvre de vraies mesures ». Cette journée du 23 septembre vise à éviter le repli sur soi et à mobiliser la jeunesse. « Ce n'est pas parce qu'elle ne donne pas son sentiment dans les urnes qu'elle ne se sent pas concernée », insiste Lucy Argillos.

Ce credo est à vérifier de visu. Les marches pour le climat ont connu des succès sporadiques depuis leur montée en puissance, à l'automne 2018. À l'époque, le contexte franco-français était éruptif avec la démission fracassante de Nicolas Hulot, alors ministre de la Transition écologique. De l'eau a coulé sous les ponts et Hulot est parti se claquemurer en Bretagne. Le climat, lui, n'a de cesse de brûler le pavé.

**Jean-Denis Renard**

court terme, lié aux nécessités économiques, à la guerre contre l'Ukraine. Il peut y avoir un effet à partir du moment où l'émotion s'empare de l'opinion publique. Pour le moment, on est à la moitié du chemin. Il y a une prise de conscience et une absence d'insouciance qui sont peut-être venues cet été, notamment en France. Cela peut créer des prises de décision beaucoup plus fortes sur le plan politique.

### Quelles pourraient être les actions à mettre en place ?

Il faut quelque chose qui s'inscrit dans la durée. J'ai bien aimé l'idée d'une climatologue de faire un plan Marshall du vélo. À partir du moment, où on verra des vélos partout, il y aura une prise de conscience plus forte et des signaux envoyés aux jeunes que les choses sont en train de changer.

Alors que là, on est toujours un peu dans une forme de dis-

sonance à ménager la chèvre et le chou. C'est très inquiétant parce que la priorité n'est pas à l'action, alors qu'il y a une communication politique autour de la sobriété. Mais il faut passer à une phase active plus forte et sans concessions par rapport à d'autres enjeux économiques.

Emmanuel Petit interviendra à Cap Sciences, à Bordeaux, le 15 octobre sur le thème « Que peut la peur face au changement climatique ? »

## Les sondages confirment que la peur gagne

Même si leurs résultats diffèrent, les enquêtes d'opinion menées ces dernières semaines semblent attester la montée des inquiétudes à propos du réchauffement climatique

Menée début juillet par l'Institut Harris Interactive pour le magazine « Challenges », en partenariat avec « Sud Ouest », la vaste étude intitulée « Le cœur des Français » a donné un résultat sans appel. Le dérèglement climatique était, à ce moment, le problème qui inquiétait le plus le pays. 86 % des 10 000 sondés – un échantillon considérable pour une enquête d'opinion – l'exprimaient ainsi. Début juillet, c'était avant les effets les plus spectaculaires de la sécheresse, notamment les incendies géants en Gironde, avant aussi les épisodes caniculaires longs et féroces qui ont posé une chape de plomb sur l'été. Les diver-

ses enquêtes sur le sujet qui ont été publiées ces dernières semaines n'aboutissent pas toutes à un résultat identique. Ce qui est logique, les questions n'étant pas formulées de la même manière.

En tendance, elles montrent toutefois une montée de l'inquiétude, voire de la peur face à des bouleversements du climat qui semblent hors de contrôle. Fin août, un sondage Odoxa/France Bleu indiquait que sept Français sur dix craignaient d'être personnellement affectés par un désordre climatique. 86 % se déclaraient inquiets pour le pays. Le même chiffre que chez Harris Interactive.

**J.-D. R.**



Les incendies de l'été ont fait évoluer les consciences.

FRANCK PERROGON