

L'«ÉCO-ANXIÉTÉ»: DESCRIPTION DU PHÉNOMÈNE ET PRÉSENTATIONS D'INTERVENTIONS EN MILIEU SCOLAIRE

Oriane Sarrasin, Institut de psychologie (UNIL)



CONTENU

- Qu'est-ce qu'est l'éco-anxiété?
- L'éco-anxiété, une réponse saine?
- L'éco-anxiété, un moteur au changement?
- Comment intervenir auprès des enfants et des jeunes?

QU'EST-CE QUE L'ECO-ANXIETE ?

« L'éco-anxiété est un état de malaise psychologique et parfois physique de degré variable, caractérisé par l'appréhension d'une menace plus ou moins éloignée dans le futur et significativement associée à la catastrophe écologique, elle-même perçue comme incertaine, difficilement prévisible et peu contrôlable »

Gousse-Lessard et Lebrun-Paré (2022)

QU'EST-CE QUE L'ECO-ANXIETE ?

« L'éco-anxiété est un **état de malaise psychologique et parfois physique de degré variable**, caractérisé par l'appréhension d'une menace plus ou moins éloignée dans le futur et significativement associée à la catastrophe écologique, elle-même perçue comme incertaine, difficilement prévisible et peu contrôlable »

Gousse-Lessard et Lebrun-Paré (2022)

« SEULEMENT » DE L'ECO-ANXIÉTÉ ?

Inquiétudes pour le climat

Les soucis ressentis et exprimés pour le climat, l'environnement, etc.

Clayton & Karazsia (2020); Coffey et al. (2021); Gousse-Lessard & Lebrun-Paré (2022); Ojala et al. (2021); Stanley et al. (2021)

« SEULEMENT » DE L'ECO-ANXIÉTÉ ?

Inquiétudes pour le climat

Les soucis ressentis et exprimés pour le climat, l'environnement, etc.

Tristesse écologique

La tristesse et le sentiment de deuil ressentis face à la perte/destruction de lieux appréciés, d'éco-systèmes et d'espèces

Clayton & Karazsia (2020); Coffey et al. (2021); Gousse-Lessard & Lebrun-Paré (2022); Ojala et al. (2021); Stanley et al. (2021)

« SEULEMENT » DE L'ECO-ANXIÉTÉ ?

Inquiétudes pour le climat

Les soucis ressentis et exprimés pour le climat, l'environnement, etc.

Colère écologique

Colère ressentie face aux destructions de l'environnement, etc.

Tristesse écologique

La tristesse et le sentiment de deuil ressentis face à la perte/destruction de lieux appréciés, d'éco-systèmes et d'espèces

Clayton & Karazsia (2020); Coffey et al. (2021); Gousse-Lessard & Lebrun-Paré (2022); Ojala et al. (2021); Stanley et al. (2021)

« SEULEMENT » DE L'ECO-ANXIÉTÉ ?

Inquiétudes pour le climat

Les soucis ressentis et exprimés pour le climat, l'environnement, etc.

Colère écologique

Colère ressentie face aux destructions de l'environnement, etc.

Clayton & Karazsia (2020); Coffey et al. (2021); Gousse-Lessard & Lebrun-Paré (2022); Ojala et al. (2021); Stanley et al. (2021)

Tristesse écologique

La tristesse et le sentiment de deuil ressentis face à la perte/destruction de lieux appréciés, d'éco-systèmes et d'espèces

Anxiété climatique

Emotions ressenties

Détérioration émotionnelle et cognitive

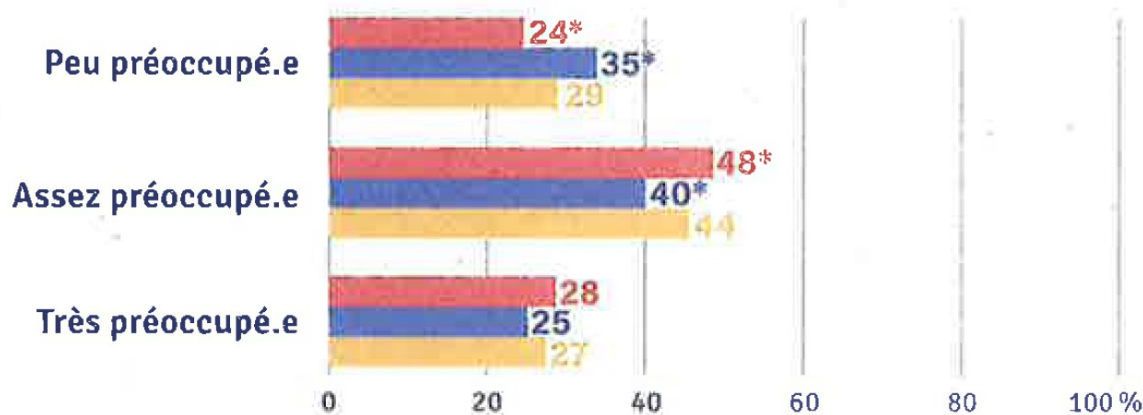
Détérioration fonctionnelle

FACTEURS PRÉDISANT L'ANXIÉTÉ CLIMATIQUE

- Avoir des valeurs biosphériques et universelles
 - Etre jeune
 - Etre une femme
 - Avoir un niveau de formation élevé
 - Etre exposé·e aux conséquences du changement climatique
-
- Liste non-exhaustive (voir par ex. Gousse-Lessard & Lebrun-Paré, 2022; Ojala et al., 2021)

QUI RESSENT DE L'ANXIÉTÉ CLIMATIQUE?

Dans quelle mesure êtes-vous préoccupé.e par le changement climatique ? (en %)



Enquête menée en 2021 auprès de 909 jeunes, en gymnase (53%) et école professionnelle (47%)
Revue Durable (2022)

L'ECO-ANXIETE, UNE RÉPONSE SAIN ?

« L'éco-anxiété est un état de malaise psychologique et parfois physique de degré variable, caractérisé par **l'appréhension d'une menace plus ou moins éloignée dans le futur et associée significativement à la catastrophe écologique**, elle-même perçue comme incertaine, difficilement prévisible et peu contrôlable »

Gousse-Lessard et Lebrun-Paré (2022)

L'ECO-ANXIETE, UNE RÉPONSE SAIN ?



Une peur disproportionnée ou une réaction saine ? (par ex., Crandon et al., 2022)

A social-ecological perspective on climate anxiety in children and adolescents

Tara J. Crandon ^{1,2} ✉, James G. Scott ^{1,3,4}, Fiona J. Charlson ^{2,3} and Hannah J. Thomas ^{1,2,3}

Experiences of 'climate anxiety' are considered an adaptive response to a real threat, as well as a potential cause of impairment. To date, little attention has been paid to how children and adolescents may be uniquely predisposed to climate anxiety, despite

[Accueil](#) | [Environnement](#) | Réchauffement climatique: Deux milliards de personnes pourraient être exposées à une chaleur extrême

Réchauffement climatique

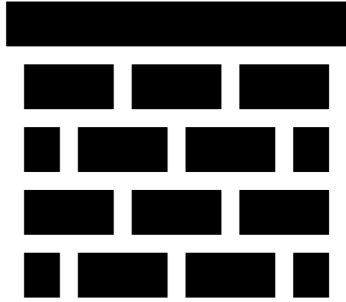
Deux milliards de personnes pourraient être exposées à une chaleur extrême

Avec une augmentation de 2,7° de la température de la terre, une étude prédit que d'ici 2100, 22% de la population pourrait se retrouver hors de la zone de confort climatique.

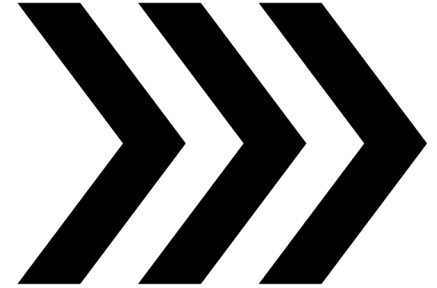
L'ÉCO-ANXIÉTÉ, UN MOTEUR AU CHANGEMENT?

« L'éco-anxiété est un état de malaise psychologique et parfois physique de degré variable, caractérisé par l'appréhension d'une menace plus ou moins éloignée dans le futur et significativement associée à la catastrophe écologique, elle-même perçue comme incertaine, **difficilement prévisible et peu contrôlable** »

Gousse-Lessard et Lebrun-Paré (2022)

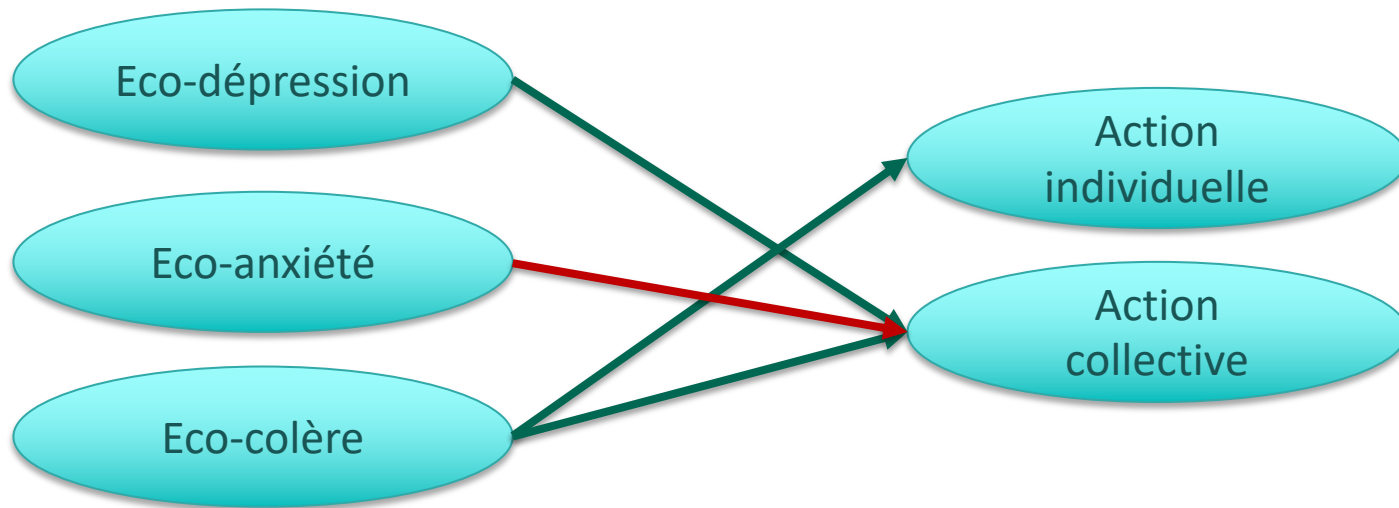


**Anxiété
destructive ou
anxiété
constructive ?**



Verplanken et al. (2020)

L'ÉCO-ANXIÉTÉ, UN MOTEUR AU CHANGEMENT?



Lien positif; lien négatif (Stanley et al., 2021)

L'ÉCO-ANXIÉTÉ, UN MOTEUR AU CHANGEMENT?

How climate change is framed and taught in school. Schools have an important role to play in supporting young people's engagement in climate change mitigation. Action can be an 'antidote' for climate anxiety²⁷. Education geared towards action, rather than fear-based information, empowers youth with tangible strategies that they can collectively implement⁶⁴. This process establishes a meaningful role and agency for children and adolescents, allowing for adaptive rather than maladaptive responses²⁷. Conversely, not providing a safe space to engage in dialogue about climate change (which can help a young person feel understood) isolates children and adolescents within their own experience of anxiety. This silence also communicates that discussing the topic is unnecessary or futile⁶⁵.

L'action comme
antidote à l'éco-anxiété

Inciter à l'agentivité

Crandon et al. (2022)

INTERVENTIONS EN MILIEU SCOLAIRE

Plusieurs méta-analyse et revues de littérature sur les interventions « environnementales » pour les enfants et les adolescent·es

- Les interventions ont globalement un effet sur les connaissances, sur les attitudes, sur les intentions de comportement et les comportements auto-rapportés (van de Wetering et al., 2022)
- Deux points qui caractérisent les interventions efficaces: (1) un accent mis sur les informations personnellement pertinentes (2) l'utilisation de méthodes actives et engageantes (Monroe et al., 2019)
- L'éco-anxiété et son accompagnement s'articulent sur plusieurs niveaux: individuel, micro/méso-système, macro-système, chrono-système (Crandon et al., 2022)

UN EXEMPLE D'INTERVENTION



youth



Article

The Relationships between Adolescents' Climate Anxiety, Efficacy Beliefs, Group Dynamics, and Pro-Environmental Behavioral Intentions after a Group-Based Environmental Education Intervention

Oriane Sarrasin *, Johanna L. A. Henry , Cécile Masserey and Florence Graff



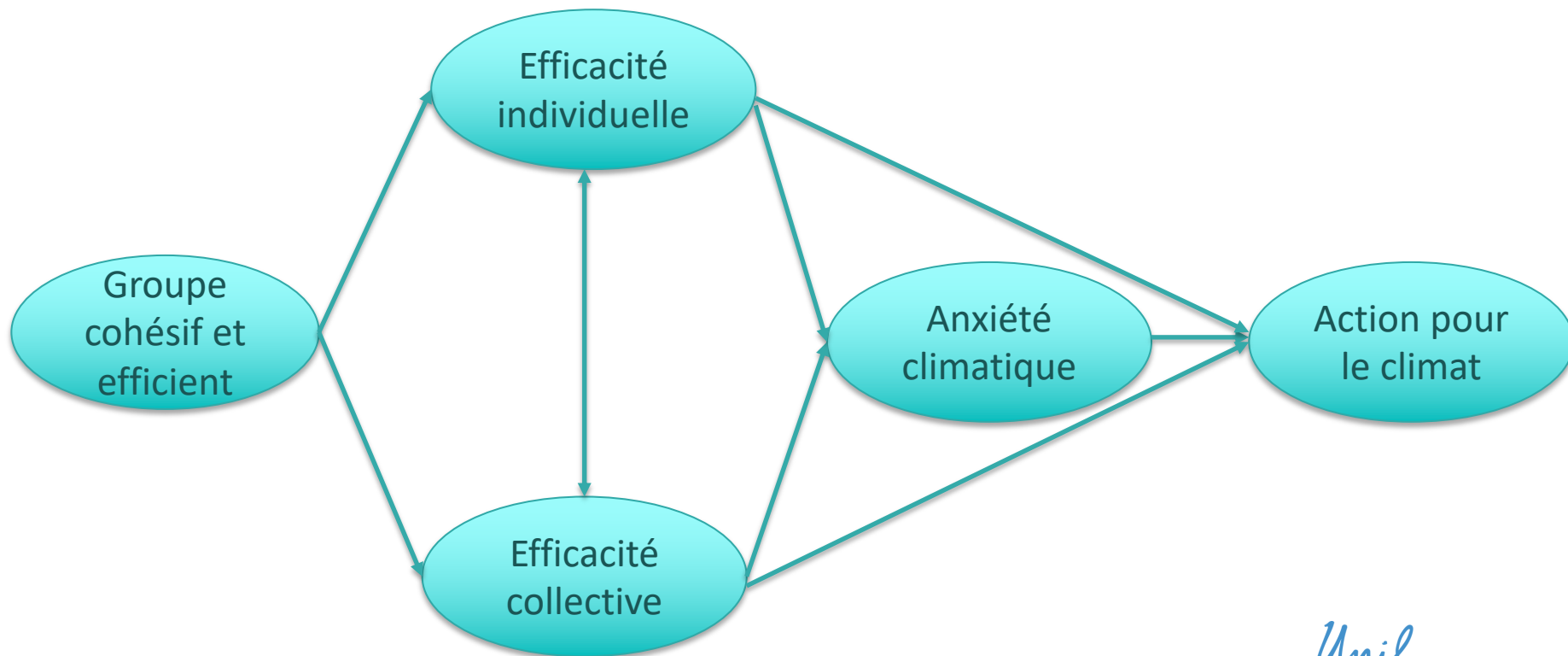
UNIL | Université de Lausanne

QUESTIONS DE RECHERCHE

Comment faire travailler des adolescent·es sur le changement climatique tout en maintenant un sentiment d'efficacité personnelle et collective ?

Est-ce que des interventions en groupe sont à même de faire naître un sentiment d'efficacité chez des adolescent·es?

MODELE THEORIQUE



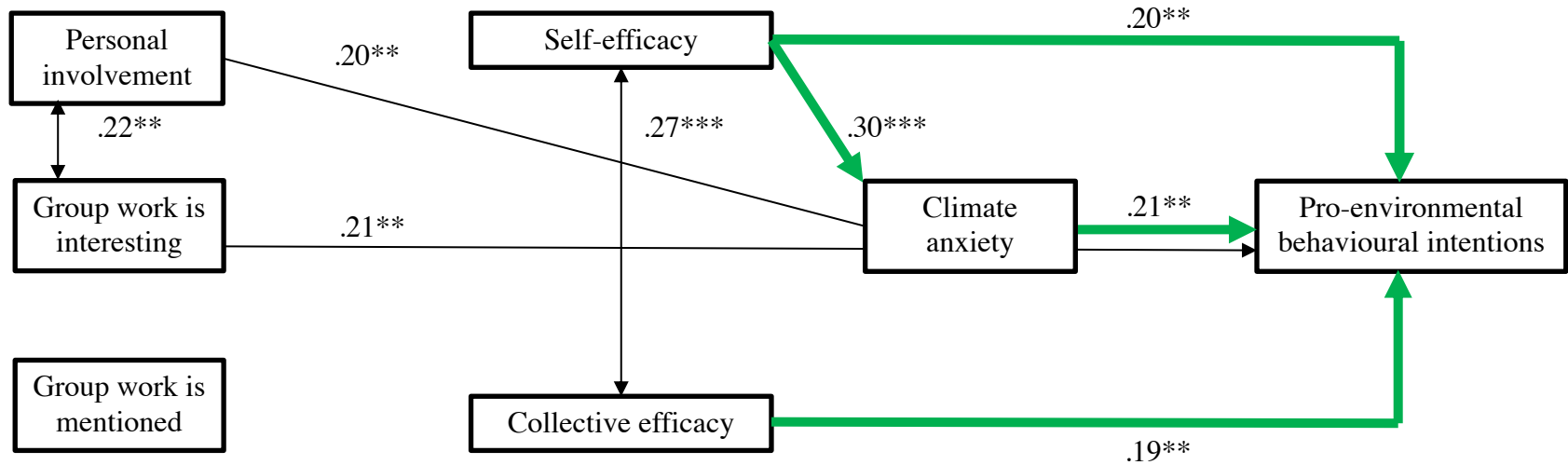
DONNÉES

Questionnaires remplis par les jeunes après l'intervention ($N = 150$);
moyenne d'âge = entre 13 et 14

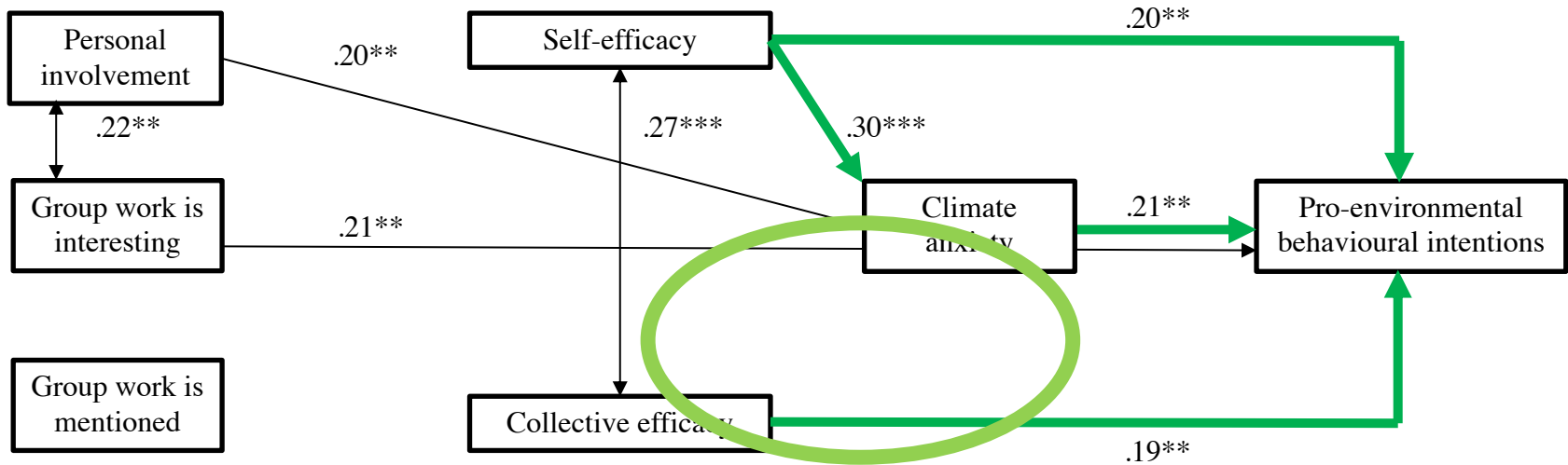
Observations par plusieurs membres du projet, pendant 3/4 interventions

Entretien avec des enseignant·es volontaires ($N = 3$) en complément d'information

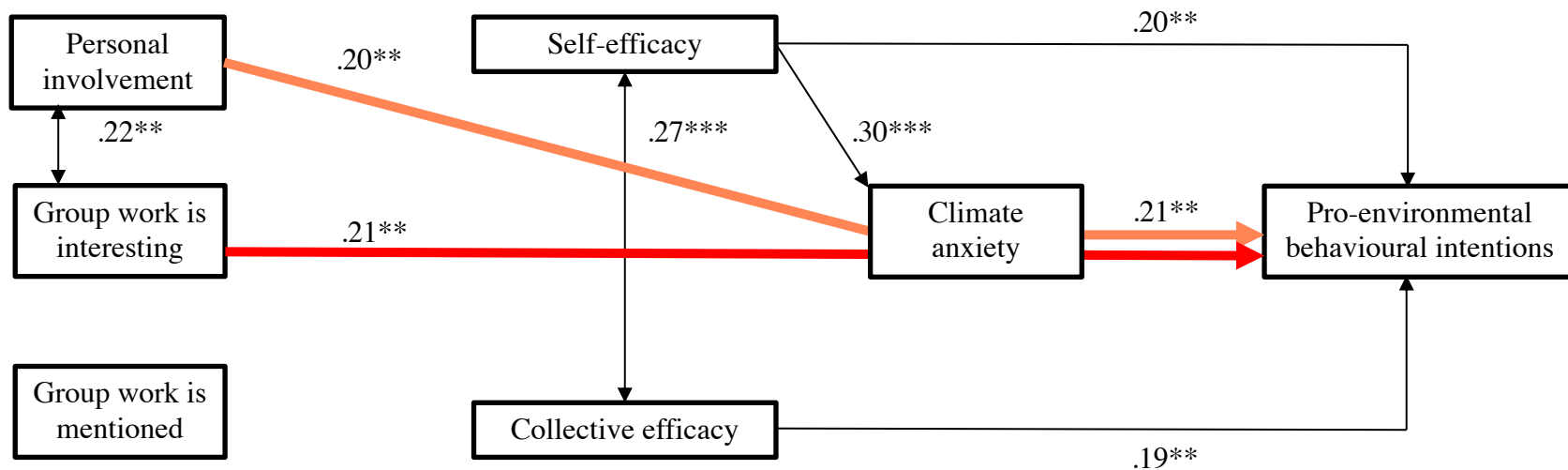
RÉSULTATS



RÉSULTATS



RESULTATS



!! Sans lien avec les sentiments d'efficacité !!

RETOUR SUR LES QUESTIONS DE RECHERCHE

Eco-anxiété et sentiment d'efficacité (personnelle et collective) peuvent co-exister, et mènent à une volonté de s'engager pour l'environnement
L'efficacité personnelle, mais non la collective, est liée (positivement) à l'éco-anxiété

Les perceptions (subjectives) d'implication dans le travail de groupe est lié, directement et indirectement, aux intentions de comportements.
Peu de liens ont été révélés avec les observations externes sur le travail de groupe

CONCLUSION

- Il est indéniable que l'éco-anxiété, largement définie, peut être liée à des **souffrances importantes**; il est cependant conseillé **de ne pas l'individualiser et la pathologiser**
- Un certain niveau de **préoccupation est nécessaire** à l'action climatique et environnementale, surtout si cette première est accompagnée par un sentiment d'efficacité
- Les interventions pour stimuler l'action devraient être engageantes et favoriser le **sentiment d'agentivité** des participant·es

Merci pour votre attention!

oriane.sarrasin@unil.ch



RÉFÉRENCES (1/2)

- Clayton, S., & Karazsia, B. T. (2020). Development and validation of a measure of climate change anxiety. *Journal of Environmental Psychology*, 69, 101434.
- Coffey, Y., Bhullar, N., Durkin, J., Islam, M. S., & Usher, K. (2021). Understanding eco-anxiety: A systematic scoping review of current literature and identified knowledge gaps. *The Journal of Climate Change and Health*, 3, 100047.
- Crandon, T. J., Scott, J. G., Charlson, F. J., & Thomas, H. J. (2022). A social–ecological perspective on climate anxiety in children and adolescents. *Nature Climate Change*, 12, 123-131.
- van de Wetering, J., Leijten, P., Spitzer, J., & Thomaes, S. (2022). Does environmental education benefit environmental outcomes in children and adolescents? A meta-analysis. *Journal of Environmental Psychology*, 101782.
- Gousse-Lessard, A. S., & Lebrun-Paré, F. (2022). Regards croisés sur le phénomène «d'écoanxiété»: perspectives psychologique, sociale et éducationnelle. *Éducation Relative à l'Environnement*, 17, 1-17.
- Ojala, M., Cunsolo, A., Ogunbode, C. A., & Middleton, J. (2021). Anxiety, worry, and grief in a time of environmental and climate crisis: A narrative review. *Annual review of environment and resources*, 46, 35-58.
- Les jeunes et l'écologie. *La Revue Durable* 2022, 67, 15–34.
- Monroe, M. C., Plate, R. R., Oxarart, A., Bowers, A., & Chaves, W. A. (2019). Identifying effective climate change education strategies: A systematic review of the research. *Environmental Education Research*, 25, 791-812.

RÉFÉRENCES (2/2)

Sarrasin, O., Henry, J. L., Masserey, C., & Graff, F. (2022). The relationships between adolescents' climate anxiety, efficacy beliefs, group dynamics, and pro-environmental behavioral intentions after a group-based environmental education intervention. *Youth*, 2, 422-440.

Stanley, S. K., Hogg, T. L., Leviston, Z., & Walker, I. (2021). From anger to action: Differential impacts of eco-anxiety, eco-depression, and eco-anger on climate action and wellbeing. *The Journal of Climate Change and Health*, 1, 100003.

Verplanken, B., Marks, E., & Dobromir, A. I. (2020). On the nature of eco-anxiety: How constructive or unconstructive is habitual worry about global warming?. *Journal of Environmental Psychology*, 72, 101528.