

Éco-anxiété : enjeu psychologique, social, ou politique ?

avec

Hao Tam Ho, Jean-Michel Hupé,
Jean Le Goff et Lena Silberzahn

le 6 mars 2024
à la Maison de l'Île de France.



Un compte-rendu
dessiné de Yug.



Jean Michel Hupé, atecopel.
Introduit le sujet en quelques
mots.

L'éco-anxiété est à la mode
ça se voit dans les librairies
et dans le business autour...



...mais elle suscite une
vision critique dans le milieu
militants parlant plutôt
d'écologie et d'anxiété
politique...

...préfèrent valoriser les
émotions plutôt que les pathologies
en soulignant leur côté
mobilisateur et politique

Si je suis Macron - anxieux du
fait de politiques qui nous
font aller dans le mur, en quoi
méditer, me reconnecter à la nature
et faire des petits gestes va
m'aider?

Est-ce qu'on conseille aux Poutine-
anxieux d'aller faire un balade
en forêt?

Pien sûr il y a une différence entre
les victimes d'un régime autoritaire
et celles de la destruction de l'habitat
humain...



...la différence c'est qu'on
peut espérer fuir la Russie,
ou que Poutine va bien
finir par mourir pour lui
-ses place à un meilleur
régime politique; avec
les ravages écologiques
il n'y a pas de planète
B, nulle part où s'échap
-per et les dommages
sont irréversibles...



Bon ben là on a
compris que la soirée
ne visait pas l'éco-
-apaisement... j)



Hao Tam Ho décrit quelques articles édifiants sur l'éco-anxiété issus de la psycho expérimentale et de la psycho sociale...

Mais le "mieux" est ce qu'elle présente ensuite...



La neuroscience qui émerge actuellement me semble très inquiétante. Elle ne se

contente plus de chercher à comprendre les réactions individuelles, elle vise ouvertement à modifier les réactions (voire la société) en injectant des résultats dans les politiques gouvernementales et éducatives...



Ci-dessous un exemple (le favori de Jean-Michel)

(pardon?)

Mentalizing with the future: Electrical stimulation of the TPJ increases sustainable decision making. Langerbach et al., Cortex (2022)



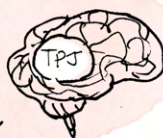
① Les "décisions durables"...



② "... exigent une" mentalisation inter-générationnelle"...



③ "... qui est liée à la jonction temporo-pariétale droite (selon des tas de refs.)



④ On peut favoriser les décisions durables!



④ si on active le TPJ par une stimulation transcrânienne à courant continu...



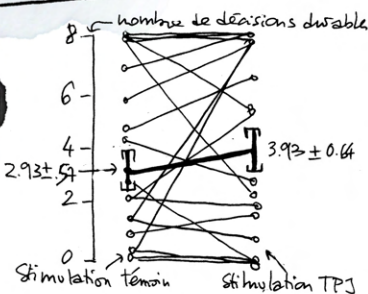
Ensuite ils font jouer les cobayes à un jeu débile - sur la pêche...

décision plus ou moins durable

Alors t'en pêches combien de thons rouges?



enfin ils affichent des résultats statistiquement non significatifs...



L'article conclut que le TPJ droit est impliqué "causalement" dans la prise de décision durable et espère que les résultats inspireront des actions (formation, "entraînement à la mentalisation") fondées sur les neurosciences pour "améliorer le fonctionnement du TPJ droit"!



FAUT-IL FINANCER ET PUBLIER CE GENRE DE RECHERCHES?





Jeân Le Goff, psychosociologue :
"Comment ne pas
sûser An éco-anxiété"

À la fin de ma thèse, tout le
monde me parlait d'éco-anxiété.
Je me suis demandé ce que je
faisais avec ce terme...

1- Le reprendre pour augmenter
mon audience et continuer
mes travaux ;

2- Voir ce que ce mot donnait à l'usage...

"...et donc, après quelques années,
je me dis que ce mot ne nous
aide pas du tout..."

vidéom, quelques préimporés
porter par ce mot

(1) Il porte un projet de maîtrise : il faut être
gestionnaires de notre vie psychique.



et ils en
rencontrent
plein...

J'interviens dans le secteur
social, on organise des groupes
d'analyse des pratiques autour
de situations difficiles qu'ils/elles
rencontrent...

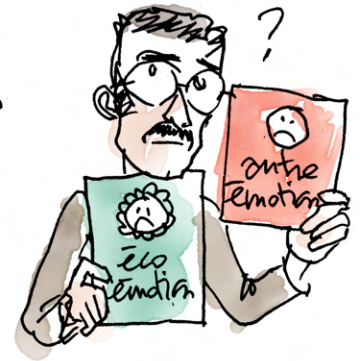
Jamais dans ce cadre, il
n'a été question d'aider les
salariés à gérer l'anxiété,
la colère, la tristesse

(2) le terme Anxi entend qu'il y
aurait des "éco-émotions"
distinctes du reste des émotions



(3) il porte une vision appauvrie
de la vie psychique, comme si nous
étions transparents à nous même.

Cf. les études sur questionnaires
présentées par Tam, et leurs limites...



Je pense que ça nous amène
à confondre la source et
l'objet de l'anxiété...

un ours
polaire
(l'objet)



Pour finir, je trouve que derrière
certaines critiques de l'éco-anxiété
il y a la crainte qu'aborder les affects
soit individualisant, pathologisant et
dépolitissant...

"...mais on peut aussi faire des affects
une ressource pour aider à penser et
à agir.





Lena Silberzahn : sur la
marche écoféministe de 1980

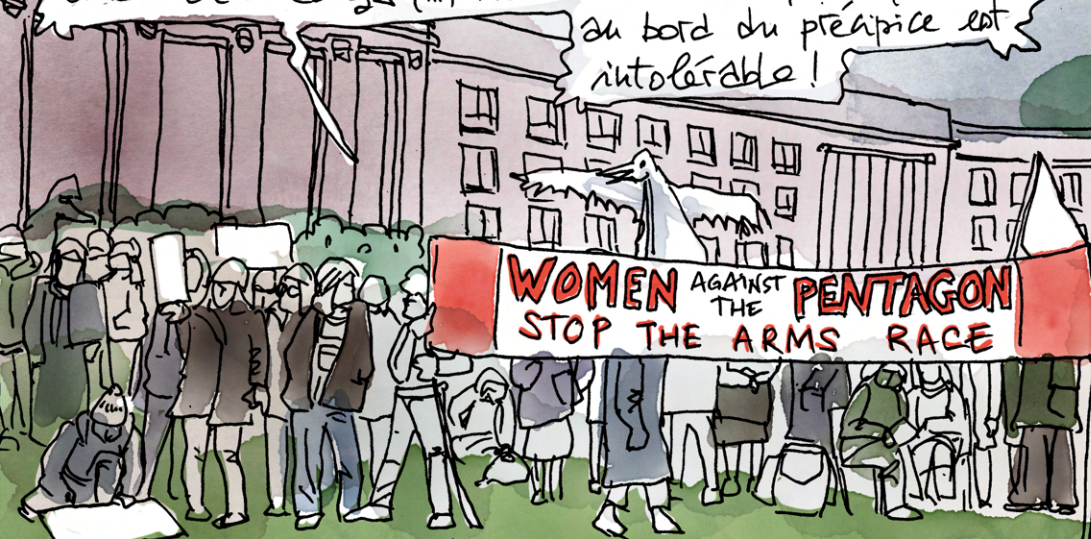
une des expériences d'aggrégation &
de politisation des affects les plus
abouties de l'histoire : une véri-
table contre-politique de la peur.

- (1) Libérer la parole et légitimer
la peur au sein du collectif
- (2) à l'extérieur, mettre en scène
la peur dans le message & actions

Les écoféministes travaillent sur
la peur pour créer de la joie !



Nous nous rassemblons parce que nous avons peur (...) Nous
sommes venues ici pleurer nos morts et hurler notre rage !
"Nous vous protégeons" disent-ils alors que nous n'avons jamais
autant été en danger (...) Nous sommes ici parce que vivre
au bord du précipice est
intolérable !



Novembre 1980 - Marche écoféministe au le Pentagone.

"...des questions pour conscientiser la peur,
mais pas de QCM !! Des questions sub-
-jectives, personnelles, ouvrant sur
une vraie discussion politique..."



Finalement, c'est le contraire de
la catharsis, c'est mettre en scène les
affects pour pousser les spectateurs à réagir...

Qu'est-ce que ça nous apprend ?

- (1) Contre la médicalisation et
la marchandisation des affects
- (2) ne pas invisibiliser la catastrophe
lointains dans le temps et l'espace
(une démarche pluri intersectionnelle)



- (3) ne pas légitimer les
tentations sécuritaires.



Que pensez-vous de la distinction entre peur et anxiété? Pour moi, la peur est mobilisatrice, l'anxiété inhiberait plutôt à ne pas bouger.

Et le terme "solastalgie"? Je l'ai découvert dans un roman d'Hélène Leclercq ("Partout le feu", Verdier, 2022)



Oui, y a des travaux de Glenn Albrecht sur la solastalgie.



On dit que la peur concerne un objet, que l'anxiété non, mais je crois que le sens des mots dépend de chacun, du cadre dans lequel on travaille.

Je sais pas si ça vous apporte grand chose tout ça...

Discussion.

L'éco-anxiété est une peur spécifique mais qui concerne un problème tellement vaste qu'elle apparaît sans objet précis. On pourrait parler de "peur liquide" pour reprendre le terme de Sigmund Bauman.



En sujet de Glenn Albrecht, rappelons que son travail concerne l'Australie et la destruction de l'environnement par une compagnie privée. Je crois qu'une autre réaction pourrait être... la colère!

Avec solastalgie on reste dans un vocabulaire dépolitisant...



Hou... libérer la peur, c'est pas un peu dangereux ? L'humain est irrationnel, pourrait y avoir des mouvements de foule incontrôlables par le gouvernement, ça pourrait dégénérer...

La peur = instrument de contrôle social ou outil de libération ?...



Même de la contradiction, c'est pour ça qu'on est là et qu'on tient un discours parfois un peu provoc...

Bon donc on est un peu dans un contre-discours. Cependant j'ai relu récemment des articles sur l'éco-anxiété en psychologie et en neurosciences et, franchement, ça mérite juste des applaudissements ! Le travail en SHS me paraissent beaucoup plus intéressants...



La manipulation de la peur, c'est l'exercice du tyran. Je travaille sur la capacité émancipatrice de la peur, c'est sa l'impasse de la politique !

Et les mots de foules qui débordent le gouvernement, c'est mon bnt en fait ! j)

C'est pas facile d'aborder la affectif, on a tjrs la crainte d'être sub-mesuré. C'est pareil dans les groupes mais l'expérience, ça conduit finalement à des choses collectives...



Je suis un peu moins négative, je ne dirais pas qu'il n'y a aucun espoir dans ce domaine, mais, à mon sens, le problème est qu'il n'y a pas de tradition d'analyse critique, d'évaluation de répétabilité. Ce n'est pas récent, mais rien ne change.

Où finalement l'éco-anxiété ne serait qu'un symptôme d'un pb plus large qui affecte les deux domaines...



Moi, je me dis que les idées éco-féministes peuvent être tout à fait appropriées par des hommes...



Ah oui ! oui, tout à fait ;)

Dans ma famille, je suis cataloguée « éco ». « Toi t'es éco, t'as le droit d'avoir tes idées mais c'est pas notre problème »



Où c'est bien le problème du terme éco-anxiété : Je ne suis pas anxieux parce que je suis éco, mais parce que l'humanité va disparaître !



Vous avez raison, le mot éco-anxiété, vu son succès, est un point d'entrée important.

Oui, ce terme ne m'aide pas dans mon travail, mais bien sûr un thérapeute peut être d'un avis différent,



Je suis psychologue clinicienne, je voulais
transmettre de la défiance actuelle de
l'humanisme dans la psychologie et
la psychiatrie avec malheureusement une
tendance à individualiser et sur-pathologiser

D'ailleurs je vous
recommande un article
très clair de François
Gonon ("La psychiatrie
biologique, une bulle
Apriantative?", Esprit, 2011).



Oui, je souhaitais élargir un peu
le débat vers la sociologie, peut-
être à la manière d'Éva Illouz
sur l'amour ("La fin de l'amour",
Seuil, 2020)

Mais je trouve qu'il y a quelque chose
d'éminemment dangereux derrière ce
mot d'éco-anxiété. C'est le risque d'une
sur-pathologisation des affects qu'on voit
déjà à l'œuvre en psychiatrie.



Pour rebondir sur ce point, tous les articles mentionnés
par Tam commencent par un truc du genre: "C'est pas
pathologique" mais quand même!

J'aimerais faire plus de sociologie. Avec Tam,
on est partis d'une étude sociologique sur le
deuil que j'ai trouvée géniale ("Loving in Denial",
Kari Marie Nergaard, MIT Press, 2011). Ça m'a
beaucoup apporté que les études de psychologie —
mais je ne veux pas alimenter la guerre entre
disciplines! j)



Je vais essayer de
formuler ce que je...



A force de
réfléchir...

Est-ce qu'on perd pas
un peu l'objectif?

...de trouver les moyens
d'agir face à... tout ça?



Alors je peux parler de "café climat": ce
sont des groupes de parole, sans visée
thérapeutique, ni but pratique immédiat.
Juste voir ce qui se passe quand on
écoute nos émotions...

Faire une sorte de "Travail qui relie"
(cf. J. Macy) sur nos émotions en dehors
d'un cadre politique et de confiance ça
ne me va pas. Dans l'écotéisme c'est
très clair avec qui et pourquoi on fait ça!

Qu'est-ce qu'on fait de tout ça dans l'action
politique et le militantisme? Moi, j'ai assumé
complètement la visée de se mettre en mot,
de trouver la puissance collective pour
détruire ce qui nous détruit!



Mais je trouve très inspirant de rechercher dans le passé
ce qui a été fait, comme le mouvement des femmes
aux États-Unis contre la menace nucléaire dont a parlé Léna

Quand elle parle de comment sortir de l'inaction, Kari
Nergaard défend l'imagination sociologique, regardera
qui nous fait peur en face, penser à des mondes différents.

Bon on en revient à la discussion, comme ce
qu'on fait là ce soir (mais c'est un premier pas).

Attends, n'importe qui
est angoissé, y a des
milliardaires qui se
font construire les
bombes!





L'atelier d'écologie politique francilien est un collectif de membres de l'enseignement supérieur et de la recherche de toutes disciplines qui s'intéresse aux enjeux de l'écologie politique.

Si vous souhaitez participer à l'atelier écopolien sur la base du manifeste disponible en ligne, vous pouvez nous contacter à l'adresse courriel ci-dessous. Cette adresse est aussi à disposition de toute personne ou organisme souhaitant contacter l'atelier.

Contact: ecopolien-contact@le-pic.org
www.ecopolien.org



@gnylobesnerais
yugbd.blogspot.com