

ÉCOANXIÉTÉ ET CONCEPTS ASSOCIÉS

Document rédigé par Rachel Guibord dans le cadre de sa maîtrise en
anthropologie à l'UdeM- 2022

ÉCOANXIÉTÉ ET CONCEPTS ASSOCIÉS	1
1. Les définitions de l'écoanxiété.....	2
2. Autres termes reliés	3
Anxiété climatique.....	3
Solastalgie	3
Éco-émotions.....	4
3. Références:.....	7

1. Les définitions de l'écoanxiété

La réflexion sur l'anxiété liée aux problèmes écologiques a commencé à véritablement prendre de l'ampleur après 2007. Le domaine émergent de la psychologie du climat, qui comporte de nombreux sous-domaines, a porté des discussions sur divers types d'anxiété (1). Ces discussions ont produit plusieurs définitions et une variété de termes associés à l'écoanxiété.

Les travaux de certains chercheurs, notamment ceux du philosophe australien de l'environnement Glenn Albrecht (2–4), ont particulièrement contribué à l'attention portée sur l'écoanxiété. Albrecht a suggéré que le stress chronique sur les écosystèmes est susceptible de produire un stress chronique chez les humains, pouvant entraîner certains syndromes de santé mentale « psychoterratiques », c'est-à-dire liés à la terre, aux dommages et aux changements environnementaux. Il spécifie une série de syndromes « psychoterratiques » tels que l'écoanxiété, l'écoparalysie (une incapacité à agir sur les défis environnementaux), la solastalgie (la détresse chronique que les gens éprouvent en réponse à un changement environnemental négatif d'un lieu familier) et l'éconostalgie (une perception qu'un emplacement géographique était meilleur dans le passé). Il décrit ces syndromes comme étant d'origine existentielle et non biomédicale, reflétant l'idée que les perceptions du changement plutôt que l'expérience sensorielle directe sont la cause de la réponse émotionnelle.

Aujourd'hui, les définitions de l'écoanxiété les plus largement citées sont celles des psychologues présents dans un rapport publié en 2017 par l'American Psychological Association (APA) et EcoAmerica, *Mental Health and Our Changing Climate* (5) et celles de Glenn Albrecht (2,3). Ces définitions soulignent un caractère généralisé de l'écoanxiété comme réaction à grande échelle planétaire:

- "L'écoanxiété : Une peur chronique de la catastrophe environnementale" (Clayton et al., 2017, p.68).
- "Écoanxiété, le sentiment généralisé que les fondements écologiques de l'existence sont en train de s'effondrer" (Albrecht, 2012, p. 249).

Ces formes d'écoanxiété, décrite par Albrecht comme étant « généralisée », ont des symptômes tels que le stress post-traumatique et l'anxiété d'état. La forme typique de l'écoanxiété n'est donc pas complètement définie. Elle est parfois considérée comme étant liée à l'inquiétude ou alors comme étant davantage liée à une forte anxiété. Par exemple, Agoston et al. (2022) et Pihkala (2020) décrivent l'écoanxiété comme étant un type particulier de stress et d'inquiétude, lié à la crise écologique, qui peut être interprété dans le cadre de la psychologie existentielle et psychodynamique ainsi que des sciences

sociales (6). D'autre part, Clayton et Karazsia (2020) ont exploré l'« anxiété liée au changement climatique » et l'ont définie comme une forme d'anxiété plutôt forte, à distinguer d'une inquiétude moins intense (7). Une autre définition de proposée par Clayton et al. (2017) décrit l'écoanxiété comme une forme de peur chronique, constante et forte (5).

À l'extérieur de la recherche, dans les médias par exemple, il y a encore plus de différences dans les définitions, usages, et traits attribués aux termes relatifs à l'écoanxiété et le terme est souvent mal compris.

2. Autres termes reliés

Depuis la popularisation de l'écoanxiété et des événements historiques récents, les médias et les réseaux sociaux proposent de nombreux récits sur l'écoanxiété et l'anxiété climatique (8,9). La reconnaissance dans les médias est à un tel point que le magazine Grist a qualifié l'anxiété climatique de "plus grande tendance de la culture pop" de 2019 (10). Un nombre croissant de nouvelles traitent de l'écoanxiété et de l'anxiété climatique, notamment chez les enfants et les jeunes. Il est rapporté que les gens présentent divers types de symptômes d'anxiété en raison de la dégradation de l'environnement et de la crainte que l'avenir des humains soit menacé. Si l'écoanxiété et l'anxiété climatique sont devenues les termes les plus souvent utilisés, il existe de nombreux autres termes connexes qui ont également gagné en visibilité : solastalgie, deuil écologique, désespoir environnemental, écoulpabilité, traumatisme écologique, etc.(11). Il semble que la plupart des gens utilisent aujourd'hui l'écoanxiété (et l'anxiété climatique), mais d'autres propositions ont été faites et le besoin pour différents termes continue d'être exploré (12,13).

Anxiété climatique

Selon Pihkala, l'anxiété climatique serait le terme le plus étroitement liée et assimiler à l'écoanxiété, surtout par le grand public (11). La différence entre les deux termes est présente dans certaines études et réflexions : l'écoanxiété peut être utilisée pour décrire toute anxiété liée à la crise écologique, et l'anxiété climatique désigne une anxiété qui est liée de manière significative au changement climatique. Il convient de noter que les frontières entre ces descriptions sont souvent floues, notamment parce que le changement climatique a un effet sur de nombreux autres problèmes écologiques. Ainsi, la littérature sur l'anxiété climatique est souvent fortement liée ou applicable à la notion de l'écoanxiété.

Solastalgie

La solastalgie est un des concepts développés par Glenn Albrecht (syndromes « psychoterratiques »). Il a été proposé pour clarifier la détresse induite par l'environnement par opposition à la nostalgie (4). La

solastalgie peut être utilisé pour décrire la détresse produite par les changements environnementaux qui ont un impact sur les individus alors qu'ils sont directement connectés à leur environnement ou l'angoisse ou le désespoir ressentis lors de la réalisation que l'endroit dans lequel on habite ou et que nous aimons se détériore de manière chronique et que le confort que nous tirons de l'état de notre environnement disparaît de manière progressive (2). À la vitesse et l'échelle courante du changement climatique, il est important de comprendre que ce phénomène est en lien avec la santé publique (14). Selon Galway et al., une considération en profondeur de la solastalgie est essentielle aujourd'hui, les communautés et individus de la planète témoignent de plus en plus la dégradation chronique et dramatique d'environnements et subissent plusieurs impacts associés (15).

La solastalgie est un exemple d'une tentative de mieux capturer l'expérience vécue par rapport au changement climatique. Lorsque l'on considère les expériences vécues, l'écoanxiété, ou certaines de ses définitions, ne reflètent pas exactement ces perspectives. Par exemple, plusieurs chercheurs soutiennent que les expériences de communautés autochtones se rapprochent davantage à la solastalgie que l'écoanxiété en raison de leurs liens aux lieux et à la terre (12,16).

Il y a un manque de recherche pour mieux comprendre l'ampleur du phénomène de solastalgie et les impacts dans l'expérience des individus et communautés. Il pourrait être important de différencier les causes exactes car pour le moment, l'écoanxiété est souvent utilisée comme un terme inclusif de tous ces phénomènes (6). Pour le grand public, la solastalgie est souvent similaire à l'écoanxiété.

Éco-émotions

Une attention croissante est portée aux sentiments reliés aux engagements sociaux avec le changement climatique et leurs rapports aux actions qu'on entreprend et la production des faits (5,17–22). La relation entre les études sur l'écoanxiété et la recherche sur les émotions et l'affect écologique continue d'être analysée. L'écoanxiété s'avère souvent être liée à la peur et à l'inquiétude, mais plusieurs incluent une discussion sur son caractère d'anxiété existentielle.

Ces études se sont concentrées principalement sur quatre émotions fondamentales : le deuil, l'anxiété, l'apathie et l'espoir. L'ampleur et la profondeur du deuil ressenti en relation avec les dommages et les pertes écologiques, comparativement à l'attention portée au deuil en contexte des relations interhumaines, sont les sujets de plusieurs études récentes (17,18). La recherche sur d'autres émotions n'a commencé que plus récemment, comme par exemple la question de la culpabilité de la contribution des individus au changement climatique ou la honte des dommages climatiques causés par l'humanité plus largement. Des sentiments complexes et souvent concurrents peuvent être vécus ensemble et fluctuer en réponse à des événements personnels et mondiaux (11). Ces expériences ont été

considérées comme des réponses compréhensibles, cohérentes et saines face aux menaces auxquelles nous sommes confrontés, mais ces menaces peuvent aussi être vécues comme un facteur de stress psychologique incessant (23–25). L'anxiété climatique peut être liée à de nombreuses émotions, notamment la peur (26), la colère (27), le chagrin (Agoston et al. 2022), le désespoir (11), la culpabilité et la honte (28) ainsi que l'espoir(29,30), bien que la présence et l'expérience de celles-ci par rapport au changement climatique varient d'une personne à l'autre.

Dans l'éventail d'émotions et de réactions possibles face au changement climatique, l'apathie apparaît parmi d'autres réponses comme l'anxiété ou le deuil. Quand que l'on considère la proportion approximative de ce disent écoanxieux, il reste à considérer la proportion non négligeable qui ne considère pas que le changement climatique comme un problème grave. Certains chercheurs suggèrent qu'un manque d'intérêt pour le changement climatique est socialement organisé en faisant valoir que la non-réponse n'est pas une question de manque d'intelligence ou d'inhumanité, mais une réaction à des informations trop dérangementantes pour intégrer dans la vie(21,31). En 2015, la proportion approximative de ceux qui ne considèrent pas que le changement climatique soit un problème très grave a été estimée d'être 46%(32).

Cunsolo et Ellis (2018) proposent le concept du deuil écologique ou écochagrin pour décrire les pertes subies ou anticipées, y compris la perte d'espèces, d'écosystèmes et paysages significatifs dues à des changements environnementaux aigus ou chroniques(33). Agoston et al. (2022) soulignent aussi le sentiment de perte d'identité liée aux perturbations des systèmes de connaissances environnementales et relie ce sentiment à la solastalgie.

Les écopsychologues Buzzell and Chalquist (2019) explique qu'il serait important de remarquer que l'« éco-peur » peut être un sentiment sain dans ce qu'on voit comme étant les symptômes de l'écoanxiété ou anxiété climatique (34). Cet argument revient aux débats de l'utilité des écoémotions et à la pathologie possible de l'écoanxiété. Plusieurs chercheurs soulignent aussi que les frontières entre la peur et l'anxiété deviennent facilement floues surtout en ce qui concerne les menaces mondiales et leur représentation dans les médias(26,34,35). Les peurs liées aux environnements et aux enjeux environnementaux ont également été explorées à travers diverses utilisations du concept d'« écophobie » (36).

Un autre phénomène important est l'écoculpabilité qui survient lorsque les gens se rendent compte qu'ils ont violé les normes de comportement personnelles ou sociales. Dans son livre, *Ecologies of Guilt in Environmental Rhetorics* (2019), Tim Jensen, appelle la recherche à repenser la culpabilité environnementale pour mieux confronter les diverses manières par lesquelles la culpabilité est attribué

dans le discours environnemental. Il fait la différence entre la culpabilité personnelle et celle attribuée aux communautés ou à l'espèce humaine (28).

Malgré le nombre croissant de recherches explorant les émotions associées au changement climatique, il n'est pas encore clair si ces états émotionnels ou ces syndromes de santé mentale sont nécessairement inadaptés ou si certains l'étaient plus que d'autres (Agoston et al. 2022). Plusieurs études évaluent ces émotions par leurs capacités d'inciter l'action environnementale ou des différences de comportements. Par exemple, selon certaines études, évoquer la culpabilité pourrait conduire à un comportement pro-environnemental (28,37). Cependant, il semble que des différences interculturelles entre les émotions qui sont les plus susceptibles de motiver un comportement pro-environnemental peuvent exister. Par exemple, une étude a montré que des sentiments dirigés vers les autres comme l'empathie pour des victimes étaient plus probables de motiver l'action chez des répondants allemands, tandis que des sentiments comme la tristesse et la culpabilité étaient plus probables de motiver chez les répondants français (38).

3. Références:

1. Doherty TJ, Clayton S. The psychological impacts of global climate change. *American Psychologist*. 2011;66(4):265.
2. Albrecht G. Chronic Environmental Change: Emerging 'Psychoterratic' Syndromes. In: Weissbecker I, éditeur. *Climate Change and Human Well-Being: Global Challenges and Opportunities* [Internet]. New York, NY: Springer; 2011 [cité 14 déc 2022]. p. 43-56. (International and Cultural Psychology). Disponible sur: https://doi.org/10.1007/978-1-4419-9742-5_3
3. Albrecht G. Psychoterratic Conditions in a Scientific and Technological World. In: *Ecopsychology: Science, Totems, and the Technological Species*. MIT Press; 2012.
4. Albrecht G, Sartore GM, Connor L, Higginbotham N, Freeman S, Kelly B, et al. Solastalgia: the distress caused by environmental change. *Australasian Psychiatry*. 1 janv 2007;15(sup1):S95-8.
5. Clayton S, Manning C, Krygsman K, Speiser M. *Mental Health and Our Changing Climate Report* [Internet]. 2017 [cité 3 déc 2022]. Disponible sur: <https://ecoamerica.org/mental-health-and-our-changing-climate-2021-edition/>
6. Pihkala P. Anxiety and the Ecological Crisis: An Analysis of Eco-Anxiety and Climate Anxiety. *Sustainability*. janv 2020;12(19):7836.
7. Clayton S, Karazsia BT. Development and validation of a measure of climate change anxiety. *Journal of Environmental Psychology*. 1 juin 2020;69:101434.
8. L'écoanxiété : quand le sort de la planète vous angoisse [Internet]. 2019 [cité 20 oct 2022]. Disponible sur: <https://curio.ca/fr/catalogue/7756a2d1-e3df-4171-b7d5-85f4f8bcf92b>
9. ICI.Radio-Canada.ca ZE. Radio-Canada.ca. Radio-Canada.ca; 2022 [cité 14 déc 2022]. L'écoanxiété : un malaise à étudier et pour lequel on peut s'outiller. Disponible sur: <https://ici.radio-canada.ca/nouvelle/1877777/ecoanxiete-etude-sfu-ubc-changement-climatique-racisme-ecologique>
10. McGinn M. Grist. 2019 [cité 14 déc 2022]. 2019's biggest pop-culture trend was climate anxiety. Disponible sur: <https://grist.org/politics/2019s-biggest-pop-culture-trend-was-climate-anxiety/>
11. Pihkala P. Toward a Taxonomy of Climate Emotions. *Frontiers in Climate* [Internet]. 2022 [cité 13 déc 2022];3. Disponible sur: <https://www.frontiersin.org/articles/10.3389/fclim.2021.738154>
12. Coffey Y, Bhullar N, Durkin J, Islam MS, Usher K. Understanding Eco-anxiety: A Systematic Scoping Review of Current Literature and Identified Knowledge Gaps. *The Journal of Climate Change and Health*. 1 août 2021;3:100047.
13. Soutar C, Wand APF. Understanding the Spectrum of Anxiety Responses to Climate Change: A Systematic Review of the Qualitative Literature. *International Journal of Environmental Research and Public Health*. janv 2022;19(2):990.

14. Hayes K, Blashki G, Wiseman J, Burke S, Reifels L. Climate change and mental health: risks, impacts and priority actions. *International Journal of Mental Health Systems*. 1 juin 2018;12(1):28.
15. Galway LP, Beery T, Jones-Casey K, Tasala K. Mapping the Solastalgia Literature: A Scoping Review Study. *International Journal of Environmental Research and Public Health*. janv 2019;16(15):2662.
16. McNamara KE, Westoby R. Solastalgia and the Gendered Nature of Climate Change: An Example from Erub Island, Torres Strait. *EcoHealth*. 1 juin 2011;8(2):233-6.
17. Cunsolo Willox A, Harper SL, Ford JD, Landman K, Houle K, Edge VL, et al. « From this place and of this place: » climate change, sense of place, and health in Nunatsiavut, Canada. *Soc Sci Med*. août 2012;75(3):538-47.
18. Head L. Hope and grief in the Anthropocene: Re-conceptualising human–nature relations. Routledge; 2016.
19. Hulme M. Geographical work at the boundaries of climate change. *Transactions of the Institute of British Geographers*. 2008;33(1):5-11.
20. Jasanoff S. A New Climate for Society. *Theory, Culture & Society*. 1 mars 2010;27(2-3):233-53.
21. Norgaard KM. Living in Denial: Climate Change, Emotions, and Everyday Life. MIT Press; 2011. 300 p.
22. Smith G, Roy D, Stephens P, Casaer J, Jansen P, Blanco-Aguiar JA. MAMMALNET – Citizen Science Data Collection from a One Health Perspective. *One Health Cases*. 6 juill 2023;2023:ohcs20230021.
23. Falceto De Barros E, Falceto OG, Zandavalli RB, Souza DO. Eco-anxiety: a new disease or a « new normal »? *Trends in Psychiatry & Psychotherapy*. août 2022;1.
24. Clayton S. Climate anxiety: Psychological responses to climate change. *Journal of Anxiety Disorders*. 2020;74.
25. Gousse-Lessard AS, Lebrun-Paré F. Regards croisés sur le phénomène « d'écoanxiété » : perspectives psychologique, sociale et éducationnelle. *Éducation relative à l'environnement Regards - Recherches - Réflexions* [Internet]. 27 janv 2022 [cité 20 oct 2022];(Volume 17-1). Disponible sur: <https://journals.openedition.org/ere/8159>
26. McQueen A. The Wages of Fear? Toward Fearing Well About Climate Change. In: Budolfson M, McPherson T, Plunkett D, éditeurs. *Philosophy and Climate Change* [Internet]. Oxford University Press; 2021 [cité 14 déc 2022]. p. 0. Disponible sur: <https://doi.org/10.1093/oso/9780198796282.003.0008>
27. Stanley SK, Hogg TL, Leviston Z, Walker I. 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 mars 2021;1:100003.

28. Jensen T. Ecologies of guilt in environmental rhetorics [Internet]. Cham, Switzerland: Palgrave Macmillan; 2019 [cité 4 déc 2022]. (Palgrave Studies in Media and Environmental Communication). Disponible sur: <https://search.ebscohost.com/login.aspx?direct=true&scope=site&db=nlebk&db=nlabk&AN=2284031>
29. Ojala M. Hope and climate change: the importance of hope for environmental engagement among young people. *Environmental Education Research*. 1 oct 2012;18(5):625-42.
30. Li CJ, Monroe MC. Exploring the essential psychological factors in fostering hope concerning climate change. *Environmental Education Research*. 3 juin 2019;25(6):936-54.
31. Lucas C, Davison A. Not 'getting on the bandwagon': When climate change is a matter of unconcern [Internet]. 2019 [cité 14 déc 2022]. Disponible sur: <https://journals.sagepub.com/doi/10.1177/2514848618818763>
32. Stokes B, Wike R, Carle J. Global Concern About Climate Change. 5 nov 2015 [cité 14 déc 2022]; Disponible sur: <https://policycommons.net/artifacts/618787/global-concern-about-climate-change/1599783/>
33. Cunsolo Willox A, Ellis NR. Ecological grief as a mental health response to climate change-related loss. *Nature Clim Change*. avr 2018;8(4):275-81.
34. Buzzell L, Chalquist C. It's Not Eco-Anxiety – It's Eco-Fear! [Internet]. 2019 [cité 25 janv 2023]. Disponible sur: <https://www.chalquist.com/post/it-s-not-eco-anxiety-it-s-eco-fear>
35. Maran DA, Begotti T. Media Exposure to Climate Change, Anxiety, and Efficacy Beliefs in a Sample of Italian University Students. *International Journal of Environmental Research and Public Health*. janv 2021;18(17):9358.
36. Fisher B, Turner RK, Morling P. Defining and classifying ecosystem services for decision making. *Ecological economics*. 2009;68(3):643-53.
37. Rees JH, Klug S, Bamberg S. Guilty conscience: motivating pro-environmental behavior by inducing negative moral emotions. *Climatic Change*. 1 juin 2015;130(3):439-52.
38. Caillaud S, Krauth-Gruber S, Bonnot V. Facing Climate Change in France and Germany: Different Emotions Predicting the Same Behavioral Intentions? *Ecopsychology*. mars 2019;11(1):49-58.