

Fanny Audibert

Sortir du déni climatique, entrer en action

Analyse et leviers d'action pour une transition institutionnelle et citoyenne

Éditions Oxus

Extraits provisoires

Table des matières

<i>Pourquoi ce livre</i>	12
<i>Partie 1</i>	16
<i>Comprendre les mécanismes de l'inaction en matière climatique, les pièges de l'émotion et du raisonnement</i>	16
<i>Chapitre 1 – Les racines de l'inaction : des affects viscéraux</i>	17
Le déni climatique	17
Le déni est plus compliqué qu'on ne le croit.....	19
Un mensonge vital	21
L'éco-anxiété.....	23
La peur et l'impuissance	25
<i>Chapitre 2 – Les raisonnements biaisés, lorsque notre identité est en jeu</i>	27
Constructions et représentations sociales.....	27
Modèles mentaux, biais de confirmation et raisonnement motivé	28
Ce qui est en jeu : la réticence à perdre ses valeurs	30
L'autocatégorisation.....	32
<i>Chapitre 3 – Pourquoi notre inquiétude s'érode</i>	35
Une menace difficile à voir et à se représenter	35
Être rescapé ou témoin du danger ne suffit pas	36
Une préoccupation difficile à maintenir sur le long terme	37
Avoir des enfants a pu favoriser le déni plutôt que l'action climatique.....	39
<i>Chapitre 4 – Comment nous nous leurrons sur l'opportunité de nos actions</i>	42

Une mauvaise estimation des alliés et des opposants : le « faux consensus »...	42
... et l'ignorance pluraliste.....	43
Silence et méta-silence.....	45
L'effet de témoin.....	46
La boucle des réseaux sociaux	48
Le biais de l'action unique	52
Sur les actions « radicales ».....	53
Partie 2 – Communications officielles sur le climat : un mauvais départ, une poursuite médiocre	57
Chapitre 5 – Le climat : une trop faible représentation dans les médias français. 58	
« Je ne sais rien » : le problème de la formation des journalistes.....	59
De l'« acte de foi » à la recherche du consensus : le lissage progressif de l'information climatique	63
Une poignée d'intérêts privés favorisant le climatodénialisme	65
« Le dogme flasque de l'impartialité »	67
Résultat : « la maison brûle »..., et la frilosité des médias de masse	69
Une tendance à la hausse	71
Pour aller plus loin	72
Chapitre 6 – Les faux-semblants de l'évolutionnisme.....	74
Le striatum : un « bug humain » ?.....	74
Remises en question.....	77
Le bonheur est-il dans le pré ?	82

Les pièges de l'évolutionnisme.....	82
Chapitre 7 – Faux pas politiques et lobbys industriels, pourquoi nous voyons le problème	
à l'envers	88
Un problème strictement individuel ?	88
Un problème d'émission..., mais jamais de production.....	91
Le problème des lobbys industriels	93
Chapitre 8 – Du côté des activistes, des efforts parfois contre-productifs	97
Un problème strictement environnemental ?	97
Un domaine fermé ?	99
« It's the economy, stupid »	101
L'effet ours polaires : des malentendus durables	103
Les informations scientifiques, un impact... mesuré.....	105
Cerveau émotionnel et cerveau analytique	106
Partie 3 – Passer à la pratique.....	110
Chapitre 9 – Un préalable, se disposer à l'action pour encourager le changement	111
Agir pour soi : d'abord, se renseigner	111
Chercher l'action concrète et efficace.....	113
Se tourner vers les autres : tous pour un.....	116
Un pour tous !	116
Et tous <i>pour</i> tous !.....	118
« <i>Climate conversations</i> » : une nécessité	120
Chapitre 10 – Comment désamorcer les biais	122

Le messenger importe plus que le message	122
1. L'un des nôtres	122
2. Quelqu'un de fiable.....	123
3. C'est une affaire personnelle	124
4. « Je vous ai compris ! »	125
5. Inutile de vous opposer frontalement à celui qui vous écoute.....	126
6. Souligner ce qui rapproche, plutôt que ce qui divise.....	126
7. Inclusion	128
8. Choisir un cadre pertinent.....	128
9. ... actuel et surtout local, de préférence	130
10. Chercher ce qui bloque	131
11. Et s'il faut combattre le déni et les infox ?	132
Des avantages d'une discussion en groupe	133
1. Deux vertus du groupe : apprendre et se motiver.....	134
2. Exploiter les identités de groupe : pour un discours ciblé	135
3. Précautions à garder en tête face à un groupe	136
Chapitre 11 – Construire un récit mobilisateur pour l'avenir	139
Des valeurs universelles	139
Un récit inspirant	142
1. Du concret	143
2. La peur.....	144
3. ... mais aussi l'espoir	144
4. Enfin, et surtout : des solutions tangibles !	148
5. Un cas d'école : « l'effet domino » autour de Guillermo Fernandez.....	149
Chapitre 12 – Ce qui a marché, ce qui marchera.....	152
Pour les plus déterminés, la réponse de Margaret Klein Salamon : l' « emergency mode »	152

1. Qu'arrive-t-il lorsqu'on est en « emergency mode » ?.....	153
2. Un exemple à l'échelle nationale : la préparation états-unienne à la seconde guerre mondiale.....	155
3. La nécessité d'une mobilisation mondiale	156
4. L'exemple d'ACT UP	158
5. Objectifs	159
6. Communiquer la vérité	161
7. Le Climate Emergency Movement : moyens et acteurs.....	162
Grands groupes, pouvoirs publics, médias : l'indispensable pression de la société civile	163
1. Trop peu.....	163
2. ... mais 89 % quand même !.....	164
3. Faire pression	166
Une expérience concluante : la Convention citoyenne sur le climat	168
Un futur (heureux) est plus que possible : il est prévu	172
Annexes	174
Annexe 1– Le mantra de George Marshall.....	175
Annexe 2 – Dérèglement climatique : pourquoi vouloir agir ?.....	181
Parce que le dérèglement climatique est entièrement provoqué par l'homme	181
Pour préserver le vivant.....	181
Pour soutenir les actions en justice qui ont cours en ce moment	182
La responsabilité gouvernementale	182
La responsabilité du secteur privé	184
Pour le bien-être que l'engagement apporte.....	185
Pour favoriser l'emploi et préserver l'économie	185

Le climat : une menace pour l'économie	185
Plus on attend, plus ça coûtera cher.....	186
Une opportunité pour créer des emplois.....	186
...et favoriser la croissance	187
Pour des raisons de santé	187
Le déclin de la biodiversité a d'ores et déjà des conséquences sur notre santé.....	187
La pollution ne laisse personne indemne.....	187
Une législation encore trop souvent irresponsable.....	188
La fonte du permafrost entraînera une libération de gaz et de métaux lourds dans l'atmosphère.....	189
Pour des raisons de justice sociale	190
L'empreinte carbone des plus riches est démesurément plus grande que celle des plus pauvres.....	190
Les premiers à souffrir : les plus défavorisés	191
...tandis que les plus riches travaillent à se préserver des conséquences climatiques	192
Pour mettre fin à l'alliance de la finance et du pétrole	193
Les compagnies pétrolières, qui ont tôt appris leur responsabilité.....	193
... s'enrichissent toujours de façon obscène aujourd'hui sans changer de cap	193
Une partie des banques financent un monde où nous souffrons déjà du dérèglement climatique.....	194
Verdict : peut mieux faire	196
Pour dénoncer les discours, les actions et les législations répressifs envers scientifiques et activistes	197
Des paroles aux actes : une répression à tous les étages.....	197
Invoker le climat : illégal chez nos voisins immédiats, s'exposer à des violences chez nous	198
Pour éviter les catastrophes en série qui nous guettent à l'horizon 2030 (et non 2050).....	199
Des phénomènes climatiques extrêmes deviendront la norme	200
Des souffrances psychologiques intenses	200
Notre système alimentaire n'est pas prêt à soutenir de telles menaces	201

La menace d'un effondrement global	202
... jusqu'au chaos	203
Le malheur des uns ne fera pas le bonheur des autres	204
Les changements à venir auront des répercussions bien au-delà de notre génération	204
Annexe 3 – Le Monde d'hier ?.....	205
Annexe 4 – Pour se renseigner ailleurs : médias verts	209
Presse.....	209
Indépendants	209
... et aussi.....	214
Podcasts (dont indépendants)	215
Sur France Inter	216
Sur le site du Muséum national d'Histoire naturelle.....	217
Annexe 5 – Activisme en faveur du climat : associations, leaders d'opinion et autres	218
Quelques associations de défense de l'environnement.....	218
Deux collectifs	220
Quelques leaders d'opinion.....	220
... et influenceurs (sur Youtube)	221
Glossaire	223
Remerciements.....	230
Notes de fin d'ouvrage	231

Pourquoi ce livre

Un beau jour que je sortais du train à Reims, mon regard a été attiré, sur la place de la gare, par une affichette aux couleurs violentes, qui informait sur les effets du dérèglement climatique..., et qui faisait vraiment peur. Je me rappelle le choc que j'ai éprouvé. Je me rappelle aussi que le choc a laissé la place à la colère et à l'indignation : « Mais ils n'ont pas honte de dire des choses comme ça sur la place publique ! »

Dans les jours qui ont suivi, une impression de malaise persistante a pris le relais. J'aurais pu facilement la faire disparaître, en effectuant des recherches pour savoir si l'information était juste. (Elle l'était.) Je ne l'ai pas fait. Parce que j'estimais que j'avais été victime de quelque chose de violent, et que la réaction la plus légitime, c'était d'aller de l'avant, comme si de rien n'était.

Jusque-là, j'avais eu conscience de la gravité de la question climatique, ou du moins je le croyais. Je savais que c'était un enjeu déterminant pour notre avenir, et j'applaudissais tous ceux qui œuvraient en sa faveur ; mais dans mon esprit, « notre avenir » était loin, les menaces étaient vagues. Et le jour où j'ai reçu ce choc à Reims n'a rien fait pour me sortir de mon état de semi-ignorance. J'avais seulement rejeté en bloc l'information, avec les anonymes qui avaient fait leur possible pour m'en instruire. C'était alors l'hiver 2020.

Pour que je reçoive une gifle décisive, il a fallu attendre l'été 2021. C'est là que, à force de lire des articles sur la question du réchauffement climatique, en particulier dans *The Guardian*, j'ai fini par tomber sur quelques faits (que je n'évoquerai pas non plus ici) qui, non seulement me convainquirent de l'urgence de la situation, mais surtout me remplirent d'angoisse et d'anxiété. Deux émotions qui ne me furent pas d'une grande aide à l'heure de répondre à la question : que faire ?

Commenté [CG1]: Pour info : Je rassemble certaines parties en paragraphe car la mise en page sera aérée : l'interlignage est un peu plus faible que celui que j'ai installé mais assez proche et les interparagraphe sont également importants : c'est plus confortable pour le lecteur.

Bien sûr, si vous estimez que des parties n'auraient pas dû être rassemblées, vous me dites et on rectifie. Je préviendrai également la correctrice d'opérer ces modifications et d'être vigilante à la construction des paragraphes.

Commenté [CG2R1]: CORRECTION
Autrice OK et informée, pourriez-vous y être attentive Hélène s j'en ai raté certains ?

C'est pourtant à partir de ce moment, et après quelques tentatives hasardeuses, que j'ai pu entreprendre des démarches qui m'ont paru plus constructives. Parmi leurs résultats, il y a le livre que vous avez entre les mains.

La petite expérience personnelle que je viens de rapporter m'avait donné quelques enseignements. D'abord, le dérèglement climatique est, en lui-même, un phénomène assez simple à comprendre (on trouve sur Internet des vidéos de 5 minutes, voire de 52 secondes pour vous l'expliquer). Peu d'efforts suffisent à saisir son enjeu, ou à progresser dans la compréhension qu'on en a, et pourtant, ces efforts sont rarement accomplis jusqu'au bout. Il est si facile de fermer la porte à ses vérités dérangeantes... voire d'ignorer complètement le sujet !

En même temps, le déni ou l'évitement n'est pas sans raison d'être. Grâce à cela, j'avais pu mener une vie paisible, faire aboutir nombre de projets sans me laisser terrasser par des émotions négatives comme la peur ou le sentiment d'impuissance. C'est une réaction normale, humaine. *Pourtant, à long terme, elle est contre-productive.* Si elle subsistait chez tout le monde, on ne réagirait jamais contre quoi que ce soit ! Or, les menaces que le dérèglement climatique fait peser sur nos existences doivent impérativement être déjouées.

Telles étaient mes réflexions – somme toute très basiques – sur le sujet. Seulement, j'ai été chercheuse en sciences humaines. J'ai donc l'habitude d'aller à la pêche aux informations, une fois que la motivation est au rendez-vous.

C'est ce qui fait que je me suis lancée dans des recherches touchant à **l'aspect psychologique de la communication sur le climat. Quels mécanismes précis y a-t-il derrière le refus de se confronter à ce problème pourtant essentiel ? Quels sont les moyens pour contrer cette attitude, ou plutôt, quels sont les moyens efficaces de communiquer sur ce sujet ? Et, par conséquent : quels sont les moyens qui ne le sont pas ?**

Dans les discours qu'on entend sur la nécessité de parler de dérèglement climatique, l'aspect psychologique tend à prendre plus de place que par le passé, mais il est encore trop réduit. On imagine assez peu que les psychologues peuvent détenir un rôle central au moment de s'attaquer

aux questions environnementales. Les psychologues eux-mêmes, de leur propre aveu, n'y pensent pas vraiment. Pourtant, leurs aptitudes les rendent plutôt bien placés pour savoir comment persuader et convaincre les gens de modifier leur **comportement**. Même s'il est évident que **les leviers relèvent de différents domaines comme la politique, le développement économique, la consommation individuelle et familiale, etc., tous ont pour fondements des attitudes humaines** qui sont, elles du ressort de la psychologie (souvent couplée avec la sociologie) : prédispositions, structures sociales, croyancesⁱⁱ...

En outre, beaucoup de gens ne font pas confiance aux messages sur les risques qui proviennent de scientifiques ou de personnalités politiques. Or, *la confiance est terriblement importante* si l'on veut entraîner un changement de comportement, à plus forte raison que ce changement implique un coût. Plusieurs d'entre nous ont aussi pu faire l'expérience de tentatives pour aborder le sujet autour d'eux... avec des conséquences (querelles, malentendus ou simple désaccords) qui leur ont fait regretter leur démarche ! Sans compter tous ceux – et souvent les mêmes – qui ont tout bonnement renoncé à lancer le sujet, et ont l'impression de mener leur vie en taisant quotidiennement une inquiétude légitime. Les psychologues peuvent aider à comprendre les sources de la défiance et à faire passer des messages efficacementⁱⁱⁱ.

C'est bien pour cette raison qu'il existe des ouvrages, des revues, mais aussi des sites internet, qui sont *exclusivement* consacrés à la question des problèmes de communication autour du climat, très riches en ressources et en conseils de toutes sortes sur le versant psychologique de cette très vaste question climatique. On ne soupçonne généralement pas la quantité d'études sur la question^{1,iv}. C'est dire s'il est crucial d'en prendre quelque peu connaissance. Je ne peux évidemment pas prétendre à l'exhaustivité.

Commenté [CG3]: CORRECTION

Pour info, et rappel de la charte OXUS : Mettre en forme les notes selon notre charte :

- bibliographie et ressources en notes de fin
- précision sur le texte en note de bas de page

¹ Pour m'en tenir ici aux ouvrages dédiés : relativement rares avant l'an 2000, ils deviennent de plus en plus nombreux par la suite, tout particulièrement à partir de 2011. C'est un champ d'études qui ne cesse de s'étendre.

J'ai voulu montrer, entre ces pages, que la psychologie peut nous aider à concevoir une communication plus efficace, ce dont nous avons cruellement besoin.

Extraits provisoires

Partie 1

**Comprendre les mécanismes de l'inaction en matière climatique,
les pièges de l'émotion et du raisonnement**

Extraits provisoires

Chapitre 1 – Les racines de l’inaction : des affects viscéraux

« Vouloir agir pour le climat, c’est pourtant simple. Il suffit de réfléchir ! »

« Ceux qui ne font rien ne pensent qu’à eux ! »

C’est facile à dire ; mais bien sûr, les choses sont loin d’être aussi simples. Ainsi, ce n’est nullement par manque de cœur qu’on se retrouve souvent englué dans l’inaction. Parfois, c’est même tout le contraire ! Peut-être pensez-vous, que le déni n’aurait eu aucune chance de vous arriver ? On va voir si je parviens à vous faire envisager les choses autrement...

Quant au raisonnement, sachez qu’il n’a rien d’une route toute droite et lumineuse qu’il suffit de suivre si on a un peu de bonne foi. Laissez-moi vous parler brièvement des **biais cognitifs**, c’est-à-dire des processus de réflexion qui peuvent modifier nos perceptions et empêcher de prendre des décisions objectivement rationnelles. Ils sont présents dans notre vie quotidienne, personne n’y échappe. Tout ce qui concerne le climat en suscite un très grand nombre, qui bloque souvent le passage à l’acte pour s’attaquer au problème. Pourquoi tous ces biais ? Principalement, parce que le sujet est si ample, si inquiétant, et donc si important^v. Un très beau cercle vicieux... Vous voyez pourquoi les émotions et la raison ne sont pas toujours nos alliés ? Eh bien, ça ne fait que commencer.

On aurait tort de ne voir, dans le déni, qu’un avatar de l’obscurantisme, dont les lumières de la raison devraient éradiquer jusqu’à la possibilité. C’est une réaction qui a sa raison d’être, qui est universelle, et qu’il importe de comprendre. Quant à ceux qui croient que le bon sens ou les arguments rationnels peuvent en venir à bout, ils ont tort. C’est, avant tout, une affaire d’affects.

Le déni climatique

Si l’on veut parler du déni en matière de climat, il va falloir s’arrêter un instant à la sémantique.

Aujourd’hui, une expression très largement utilisée – et volontiers reprise par tous ceux qui s’opposent à l’écrasant consensus scientifique sur le dérèglement climatique – est celle de « climato-scepticisme », avec son dérivé, « climato-sceptique^{vi} ». Or, « scepticisme » et « déni » ne sont absolument pas synonymes.

En effet, le **scepticisme** – dont le meilleur antonyme serait « crédulité » – est une attitude consistant à **suspendre son jugement** : on doute d’une information, on la soumet à un examen critique, qui n’est parfois que le prélude à son acceptation. Le scepticisme a donc plutôt bonne presse : il fait d’ailleurs partie de la formation de tout bon journaliste, et s’inscrit pleinement dans une démarche scientifique reposant sur l’analyse et la validation ou la réfutation des faits^{vii}.

Quant au **déni**, en voici une définition, au moins provisoire : il désigne le fait de **refuser automatiquement une affirmation**, quelle que puisse être la preuve qui peut être avancée pour l’étayée : c’est une affaire de croyance, et non de rationalité^{viii}.

En matière climatique, le déni consiste à affirmer, en dépit de toutes les preuves et les manifestations du phénomène, que le dérèglement climatique n’existe pas, et/ou que la responsabilité humaine dans son accomplissement est au mieux exagérée, au pire infondée^{ix}. Lorsque je parlerai du déni dans les pages suivantes, c’est principalement à cela que je me référerai.

Quel nom, alors, faut-il donner à cette attitude ? On voit qu’on ne peut pas parler de « climato-scepticisme ». En français, **les scientifiques se sont mis, ces dernières années, à parler de « déni climatique », ce qui est effectivement bien plus approprié** : ceux qui s’y illustrent sont donc des « **climato-dénialistes** » (sur le modèle de l’anglais, *climate denialers*), néologisme nécessaire pour faire de cette notion une identité^x. Il faut dire aussi qu’on a préféré – à gauche comme à droite – écarter soigneusement la désignation « négationnisme » (avec son dérivé « climato-négationniste »), puisqu’il est largement attaché à l’histoire de la seconde guerre mondiale et du génocide dont fut victime la communauté juive^{xi}.

Le terme « climato-scepticisme », alors, correspond-il à une gamme d’attitudes existante ? La réponse est oui. Même si cette étiquette, « **sceptique** », est revendiquée par les déniéristes en raison de ses connotations positives, elle convient à un ensemble de positions bien distinctes des leurs. En effet, les sceptiques ne nient pas l’existence du dérèglement climatique ni qu’il est d’origine humaine. Leur remise en question porte sur un ou plusieurs des points suivants :

Commenté [CG4]: AUTRICE/CORRECTION : Suite à votre réponse j’ai précisé le sens de la phrase en ajoutant " « sceptique », " pour bien recadrer le sujet même de ce qui a "de connotation positives" ; on verra si c’est bien compréhensible et grammaticalement acceptable avec la correctrice :)

connaît-on avec assez de fiabilité ce qu'il en adviendra ? Les répercussions en seront-elles aussi catastrophiques, voire aussi dangereuses que les scientifiques l'avancent ? Est-il impératif de mettre en place des politiques ambitieuses et exigeantes pour le contrer ? etc. Les climato-sceptiques, au sens propre du terme, composent en fait un groupe d'une très grande variété d'idées^{xii}.

La langue anglaise a toutefois un atout sur la nôtre : elle élargit en effet le spectre, en proposant, en sus des déniastes et des sceptiques, une troisième attitude possible, qui est celle des « *contrarians* » : **ce sont tous ceux qui font entendre, dans certains médias, leur scepticisme voire leur déni en matière climatique, et qui sont généralement animés par des intérêts corporatistes, ou rattachés à des milieux conservateurs, voire extrémistes, parfois antivax^{xiii}**. Qu'ils expriment ou non une conviction sincère, ils ont pour rôle de porter la contradiction (d'où leur nom) à ceux qui transmettent les avis faisant consensus parmi les scientifiques sur la question : ils contribuent à semer le doute. Je reviendrai sur ce sujet dans ma deuxième partie.

Le déni est plus compliqué qu'on ne le croit

En réalité, du point de vue des sciences psychologiques, le déni est un phénomène un peu plus complexe. En effet, il peut recouvrir des formes multiples. Certains auteurs^{xiv} font la distinction entre :

- le **déni littéral** : nier les faits et prétendre qu'une chose ne s'est pas produite ou est fausse ;
- le **déni interprétatif** : un événement traumatique est assimilé par l'esprit au prix d'une distorsion des faits ou d'une mise à distance émotionnelle ;
- le **déni d'implication** : la conscience d'un fait n'est pas intégrée dans la vie quotidienne ou ne se traduit pas par une action ou un comportement spécifiques : ce qu'on nie, ce sont les retombées psychologiques, politiques, morales...

D'autres auteurs^{xv} parlent :

- de **rationalisation** : se persuader qu'une menace annoncée aura des retombées bénéfiques.
- d'**isolation** : c'est ce que l'on appelle aussi la dissonance cognitive, dont nous parlons plus loin ;
- de **dissociation** : être conduit à systématiquement penser à autre chose, etc.

...et il y a encore d'autres classifications possibles !

La rationalisation définie ci-dessous rapproche beaucoup les climato-dénialistes des climato-sceptiques qui, eux, s'interrogent sur l'opportunité supposée du réchauffement de la planète. La seule différence est que les uns y croient, tandis que les autres ne statuent pas. Cela montre à quel point ces catégories peuvent être subtiles et variées. Surtout, on voit qu'**on ne peut pas réduire le déni au refus de regarder une situation en face**. Dans toutes ces définitions, on constate que la menace est là. En fait, **si le déni existe, c'est qu'il y a reconnaissance de la menace comme telle**. Ce que l'on refuse, inconsciemment ou même consciemment, c'est d'être submergé par ce que cette menace nous inspire. George Loewenstein² explique que notre réaction instinctive, en pareil cas, est d'atténuer la peur, même si cela implique d'éviter le problème lui-même : « La frontière entre ne pas croire à l'existence du problème et le craindre au point d'être paralysé est extrêmement mince^{xvi} »

Dans tous les cas, **la fonction du déni est la même : il s'agit d'un ensemble de stratégies mises en place par l'esprit pour mettre à distance la gravité d'une situation, afin de protéger le moi et de lui permettre de vaquer à ses occupations quotidiennes** ; bref, de mener sa vie sans céder à la panique. Le déni a donc une indiscutable utilité pratique... dont je

Commenté [CG5]: CORRECTION

Idem, info : notre charte invite les lecteurs à avoir des informations courtes et biographiques concernant les auteurs cités. Permet au lecteur un cadre et un contexte des idées avancées et citées

Si vous notez une biographie manquante, merci de me le signaler en commentaire, soit c'est un oubli soit c'est voulu avec l'autrice

² George Loewenstein (1955-) est un économiste et professeur de psychologie états-unien à l'université Carnegie-Mellon.

Diplômé de Yale, il est connu pour être spécialisé en économie comportementale et neuroéconomie. Il est également un arrière-petit-fils de Sigmund Freud.

reconnais avoir moi-même largement bénéficié.

Un mensonge vital

Je vous propose un détour par l'anthropologie (aidée par beaucoup d'autres disciplines, sciences « dures » comprises) pour mesurer à quel point le déni correspond à une attitude viscérale, profondément enracinée dans notre manière d'être... En réalité, elle est même *indispensable*. C'est dire combien on aurait tort de sous-estimer le déni ou de ne pas le prendre en compte.

Ce qu'il y a, au fond de la peur et du mal-être qu'inspire le dérèglement climatique, ce sont bien sûr la peur et le mal-être inspirés par l'idée de notre propre mortalité, à la fois en tant qu'individu et en tant qu'espèce. La jeune génération en est bien consciente^{3,xvii}, tout comme les scientifiques qui travaillent sur ces questions^{4,xviii}. Cependant, c'est ce qui rend ce sujet si difficile à affronter : envisager sa propre mort ou celle de ses proches est tout sauf aisé. C'est bien à cela que sert la fameuse formule « ça n'arrive qu'aux autres » !

Dans les années 1970, l'anthropologue Ernest Becker⁵ allait s'emparer de cette thématique dans deux œuvres fondatrices. Sa théorie, inspirée notamment de la psychanalyse, partait du principe que l'homme était prédisposé à éliminer toute pensée de sa mort, notamment en rationalisant la menace (en niant le risque personnel ou en le rejetant dans le lointain, par exemple). Selon Becker, l'impératif de conjurer notre finitude était même à l'origine de la plupart des mythologies, croyances, conceptions du monde, etc., qui assurent une perpétuation symbolique du Moi. Bref, le déni de la mort est un « mensonge vital [...] qui nous amène à investir nos

³ En Australie, un quart des enfants pensent que la planète sera détruite avant qu'ils n'atteignent l'âge adulte.

⁴ D'après un sondage du Future of Humanity Institute, réalisé auprès d'experts universitaires sur les risques mondiaux, il y aurait 19 % de risques que l'espèce humaine disparaisse avant la fin du siècle.

⁵ Ernest Becker (1924-1974) était un anthropologue, psychologue, psychothérapeute et écrivain états-unien. Il est connu pour son livre *The Denial of Death* pour lequel il a reçu le prix Pulitzer de l'essai en 1974 (Wikipédia).

Commenté [CG6]: Ailleurs vous ne l'avez pas présenté entre guillemets, comment voulez-vous harmoniser ? Sinon nous pouvons laisser cette décision à la correctrice

- moi
- « moi »
- Moi

Commenté [CG7R6]: CORRECTION

L'autrice a choisi que nous harmonisions par :
Moi ; j'ai vérifié les occurrences, mais sait-on jamais si j'en ai oublié

efforts dans la culture et le groupe social pour créer un sentiment de permanence et de survie au-delà de la mort^{xi} ». C'est la « théorie de la gestion de la peur » (*terror management theory*). Depuis, nombreuses sont les expériences (plus de trois cents !) qui ont révélé la mise en place de mécanismes semblables (rationalisation, négation) en présence d'un rappel de notre mortalité^{xx}.

Il n'y a pas que les sciences humaines qui l'affirment. Selon la professeure de neurosciences Janis L. Dickinson⁶, c'est précisément cela qui permet de comprendre nos réactions face au changement climatique. **La représentation consciente ou inconsciente de notre finitude qui s'y adjoint entraîne forcément l'activation de défenses psychiques immédiates**, avec leurs conséquences^{xxi}.

De façon inattendue – et en même temps très cohérente avec la théorie de Becker –, la peur profonde, d'origine immémoriale, que réveille en nous le sujet du chaos climatique, conduit même à « accorder une image démesurée au statut, à l'argent et à l'image que nous avons de nous-mêmes^{xxii} »... de quoi rejeter les plus sceptiques d'entre nous, ou les plus désireux d'oublier, dans un mode de vie souvent si peu compatible avec les impératifs écologiques^{xxiii} !

Ainsi, de telles associations, si enfouies, aussi inconscientes qu'elles soient, sont toutefois inéluctables, et **quiconque veut sensibiliser autrui à la cause du dérèglement climatique va fatalement se heurter à cette peur...**, ainsi qu'aux mécanismes de défense dont elle provoque la mise en place. C'est une donnée constitutive de notre humanité. Elle explique, en bonne partie, les polarisations que ce sujet est encore susceptible d'entraîner dans les mentalités et les attitudes... Elle éclaire ce qui rend particulièrement difficile de mobiliser les foules de façon efficace et rationnelle malgré la menace^{xxiv}.

Commenté [CG8]: AUTRICE + CORRECTION pour harmonisation et réécriture Pour info, partout, et même si c'est de plus en plus accepté et que vous vous adressez au lecteur directement, j'essaye d'enlever les conjonctions de coordination en début de phrase.

Commenté [CG9]: AUTRICE
J'ai ajouté ceci en bio, est-ce que ça vous convient ?

⁶ Janis L. Dickinson est professeure et écologue comportementaliste intéressée par la sélection sexuelle et la coopération entre les oiseaux et les humains (dans les environnements en ligne) à l'université Cornell (Ithaca, États-Unis).

L'éco-anxiété

Nous venons de voir que le déni, quelle que soit la forme qu'il prenne, procède avant tout d'une appréhension qui ne dit pas forcément son nom. Eh bien, en matière climatique, le déni a une lointaine parente, dont le nom est de plus en plus prononcé ces dernières années : c'est l'éco-anxiété.

En termes cliniques, l'anxiété se définit par « une préoccupation accrue orientée vers le futur, doublée de la sensation que les événements se déroulent de façon imprévisible et incontrôlable. Elle peut inclure la peur, l'hypervigilance et la panique^{xxv} ». L'éco-anxiété, qui en est une déclinaison, a reçu sa définition officielle en 2017 : « Détresse émotionnelle, mentale ou physique face à la crise climatique ; peur chronique de la catastrophe environnementale^{xxvi}. »

En dépit d'une définition que l'on pourrait qualifier de « clinique », la médecine est formelle : il ne s'agit nullement d'une maladie, pouvant faire l'objet d'un diagnostic proprement dit^{xxvii}. C'est plutôt une réponse inévitable, « et même saine^{xxviii} », aux menaces écologiques. L'inquiétude est la réaction normale à ces dernières : elle se produit dès que l'on reçoit un minimum d'informations sur le sujet (au sein de sa famille, via Internet, ou dans un contexte scolaire), ce qui explique que l'éco-anxiété puisse être si répandue. Celle-ci s'accroît évidemment du constat de la très vaste complexité d'un problème d'échelle planétaire, où l'initiative individuelle paraît n'avoir qu'un impact limité. **Dans ces conditions, se renseigner plus encore sur le sujet n'apaise pas forcément l'inquiétude^{xxix}**, et dernier facteur aggravant : la conscience de l'inaction qui persiste en dépit de l'urgence, notamment de la part de ceux qui pourraient exercer leur pouvoir pour changer les choses^{xxx}.

Le fait que l'éco-anxiété touche un nombre important, et même croissant, d'individus, ne doit cependant pas masquer quelques disparités. En effet, on a pu constater que certaines catégories s'inquiétaient plus que d'autres, comme les minorités ethniques, qui savent malheureusement qu'un monde où les ressources seront de moins en moins le bien de tous ne leur laissera qu'une portion congrue, ou encore les femmes : elles évaluent le risque de la même façon que les