

Résultats d'un sondage auprès des étudiant.e.s de la HETS sur l' éco-anxiété, réalisé en automne 2023

Leuenberger Olivia-Etudiante HETS/FR PT 22

Contexte

Dans le cadre du mois de la durabilité de novembre 2023, qui portait sur la thématique de la durabilité et de la santé mentale, j'ai réalisé un sondage sur la problématique émergente de l'éco-anxiété avec le groupe Eco-Time, sous la supervision de Rahma Bentirou Mathlouthi.

Pourquoi ce sujet ?

L'éco-anxiété se définit comme « sentiment d'anxiété ou préoccupation ressentis par une personne devant les bouleversements causés par les changements climatiques et l'appréhension de leurs conséquences » (Office québécois de la langue française, 2021). Ces sentiments incluent, entre autres, l'angoisse, la peur, la colère, l'injustice, la culpabilité, l'impuissance.

La problématique de l'éco-anxiété est de plus en plus médiatisée dans la population générale. Elle concerne aussi de plus en plus de personnes. Selon une enquête réalisée auprès de 10'000 jeunes entre 16 et 25 ans par Statista (2022), 75% des répondant-e-s considèrent le changement climatique comme effrayant. Ce ressenti est plus marqué dans les pays du Sud qui sont plus directement concernés par les effets du changement climatique. L'éco-anxiété est cependant encore peu abordée dans les réflexions en travail social sous nos latitudes.

Le but du sondage était alors d'explorer la manière dont l'éco-anxiété est perçue par les étudiant-e-s en travail social de la HETS-FR, de repérer des besoins de formation par rapport à cette thématique, d'offrir des pistes de réflexion pour reconsidérer le travail social sous l'angle de nouvelles problématiques.

Méthodologie

Le public cible du sondage était les étudiant-e-s en travail de la HETS-FR de toutes les volées confondues. Pour construire les questions, j'ai utilisé Google Forms. Le sondage a été envoyé par le biais de Outlook aux étudiant-e-s en travail social et relayé à travers des groupes WhatsApp informels.

Structure du sondage

1. Quel est votre âge ? (réponse unique)

- 19 ans ou moins
- 20-24 ans
- 25-29 ans
- 30-34 ans
- 35-39 ans
- 40 ans ou plus

2. Dans vos lieux de travail ou de stage, avez-vous été confronté-e à des questions liées à la durabilité et aux changements climatiques ? (réponse unique)

- Régulièrement
- Quelques fois
- Très peu
- Jamais

3. Sur une échelle de 1 à 5, quel intérêt portez-vous aux questions liées à l'environnement ? (réponse unique)

- 1
- 2
- 3
- 4
- 5

Où 1 correspond à « aucun » et 5 à « beaucoup »

4. Avez-vous déjà entendu parler de l'éco-anxiété auparavant ? (réponse unique)

- Oui
- Non

5. Selon la définition fournie en introduction, vous sentez-vous concerné-e par les sentiments d'éco-anxiété ? (réponse unique)

- Oui
- Modérément
- Pas vraiment
- Pas du tout

6. Si vous avez répondu par « oui » ou « modérément », quel genre de sentiments ressentez-vous principalement ? (choix multiple)

- Angoisse, peur
- Colère, injustice
- Impuissance, culpabilité
- Autre (décrire)

7. Si vous avez répondu par « oui » ou « modérément », qu'est-ce qui vous aide à faire face à vos sentiments éco-anxieux ? (réponse libre)

8. Avez-vous des commentaires, remarques, anecdotes à partager ? (réponse libre)

9.

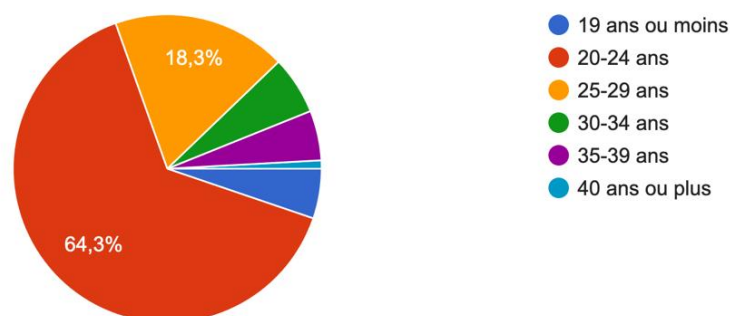
Résultats

Au total, 115 personnes ont participé au sondage.

1. Quel est votre âge ? (réponse unique)

Quel est votre âge ?

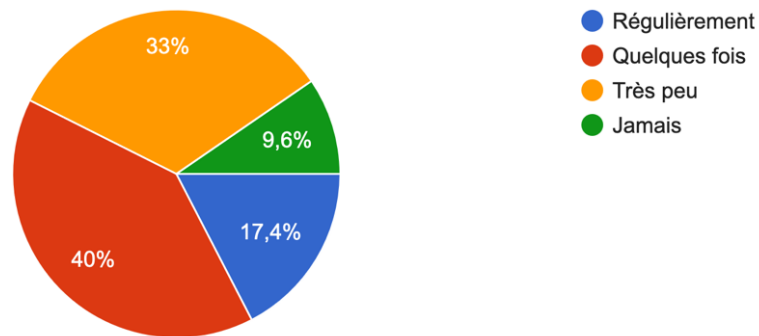
115 réponses



2. Dans vos lieux de travail ou de stage, avez-vous été confronté-e à des questions liées à la durabilité et aux changements climatiques ? (réponse unique)

Dans vos lieux de travail ou de stage, avez-vous été confronté-e à des questions liées à la durabilité et aux changements climatiques ?

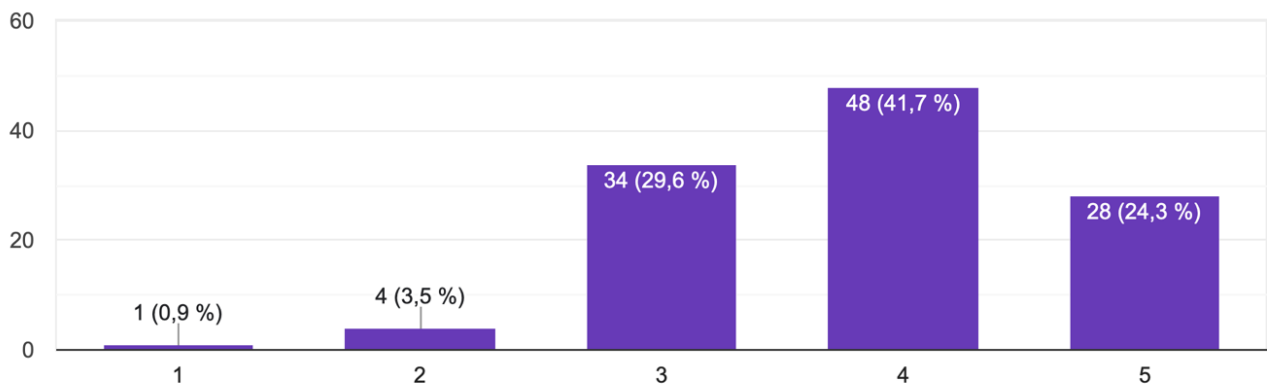
115 réponses



Sur une échelle de 1 à 5, quel intérêt portez-vous aux questions liées à l'environnement ? (réponse unique)

Sur une échelle de 1 à 5, quel intérêt portez-vous aux questions liées à l'environnement ?

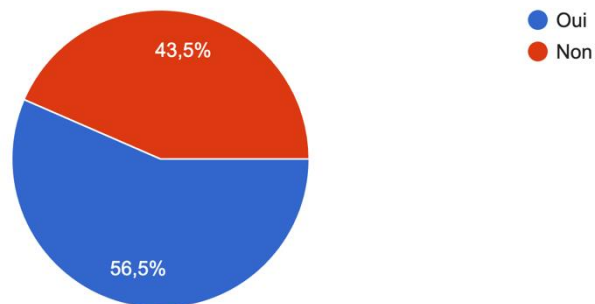
115 réponses



3. Avez-vous déjà entendu parler de l'éco-anxiété auparavant ? (réponse unique)

Avez-vous déjà entendu parler de l'éco-anxiété auparavant ?

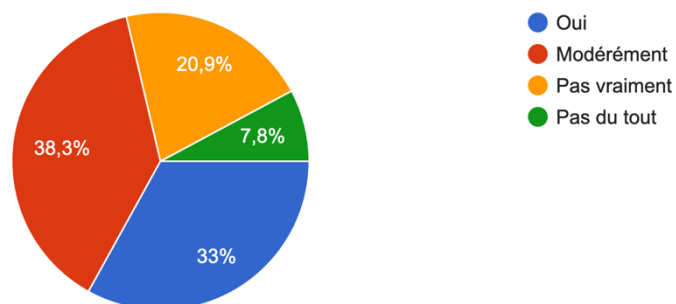
115 réponses



4. Selon la définition fournie en introduction, vous sentez-vous concerné-e par les sentiments d'éco-anxiété ? (réponse unique)

Selon la définition fournie en introduction, vous sentez-vous concerné-e par les sentiments d'éco-anxiété ?

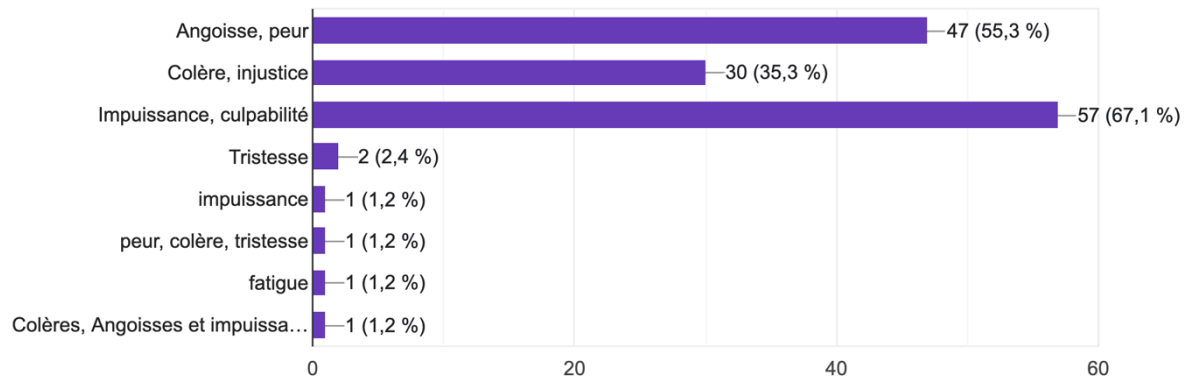
115 réponses



5. Si vous avez répondu par « oui » ou « modérément », quel genre de sentiments ressentez-vous principalement ? (choix multiple)

Si vous avez répondu par « oui » ou « modérément », quel genre de sentiments ressentez-vous principalement ?

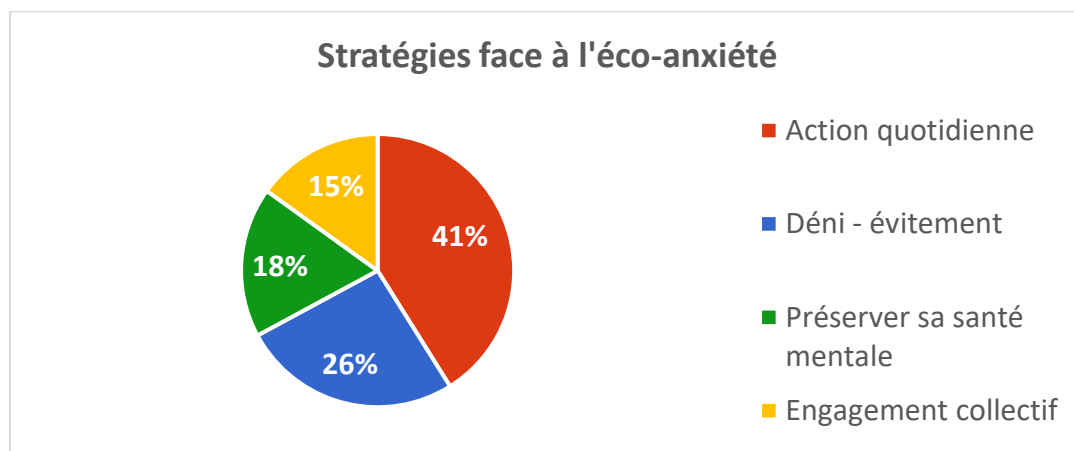
85 réponses



6. Si vous avez répondu par « oui » ou « modérément », qu'est-ce qui vous aide à faire face à vos sentiments éco-anxieux ? (réponse libre)

Pour cette question, il y a eu 61 réponses. Pour des raisons de lisibilité, j'ai regroupé les réponses selon quatre catégories en fonction des stratégies adoptées¹, à savoir :

- **Actions quotidiennes** (30 réponses)
- **Déni – évitement** (19 réponses)
- **Préserver sa santé mentale** (13 réponses)
- **Engagement collectif** (11 réponses)



¹ Les réponses qui pouvaient être considérés dans plusieurs catégories (ex : « actions quotidiennes » et « engagement collectif ») ont été « comptées » dans toutes les catégories concernées.

Voici des exemples de réponses pour chacune des stratégies :

Déni-évitement :

- « Pas grand-chose malheureusement au vu de l'état actuel de la planète »
- « Que ce sont les générations futures qui seront énormément touchées, dans des centaines d'années »
- « Rester sur le moment présent sans penser au futur... »

Préserver sa santé mentale :

- « Continuer à conscientiser les problématiques environnementales sans prendre tout sur mes épaules, faire mon maximum pour contribuer à mon échelle à un monde plus durable et surtout être fière de moi et de ce que je fais »
- « Que je ne suis pas responsable de tout, mais que je fais ma part »
- « Essayer de faire de mon mieux et éviter de trop regarder des infos angoissantes »

Action quotidienne :

- « Je peux jardiner, alors je fais en sorte de préserver voir encourager la biodiversité du milieu »
- « Modifier mon train de vie, réfléchir à comment je peux "faire ma part" »
- « Avoir une conscience écologique, faire attention à sa manière de consommer, s'éloigner de la société de surconsommation, mettre en place des gestes écologiques dans son quotidien (tri des déchets, essayer de consommer le plus local possible, privilégier les transports publics, ...) »

Engagement collectif :

- « M'engager bénévolement pour des ONG qui défendent l'environnement »
- « Militer à mon échelle, partager à mon entourage et dans mon travail mes préoccupations par rapport à la durabilité. »
- « En discuter avec d'autres jeunes »

7. Avez-vous des commentaires, remarques, anecdotes à partager ? (réponse libre)

- « Personnellement, ce sont des questions qui interviennent beaucoup quand j'essaie d'imaginer ou de construire mon avenir. C'est aussi lié à des craintes sur un plan politique, en voyant des dirigeant-e-s qui prônent/appliquent des systèmes autoritaires. »
- « Je pense que ce sont les aspects macro-sociaux qui peuvent entraîner un véritable changement. »
- « Avant je laissais couler l'eau pendant que je me lavais les dents maintenant je suis consciente des problèmes écologiques et j'essaie de faire de petites actions comme pas laisser couler l'eau pour rien afin de participer à la réservation des ressources et pas à leur gaspillage. »

- « Merci d'en parler car il y a sûrement plusieurs personnes touchée sans qu'elle sache ce qu'elle ressens réellement. »
- « Ça me fait peur de me dire que c'est déjà compliqué à l'heure actuelle alors j'ose pas imaginer nos futurs enfants »
-

Interprétations

Certains éléments de réponse ont retenu mon attention. Tout d'abord, seul-e-s 17% des répondant-e-s sont confronté-e-s à des problématiques environnementales au travail de manière régulière (question 2). On observe également que 44% des participant-e-s ne connaissent pas le terme de l'éco-anxiété (question 4). Sur la base de ces résultats, on peut émettre deux hypothèses :

1. *Les effets du changement climatique et de l'éco-anxiété ne se font pas encore trop ressentir dans le domaine du travail social en Suisse.*

En Suisse, il y a de plus en plus de coulées de boue, de hausse des températures, de fonte des glaciers (Confédération suisse, s. d.). Cependant ces changements ne sont pas aussi conséquents que les catastrophes naturelles que connaissent d'autres régions du monde.

2. *Le changement climatique n'est pas perçu comme étant responsable de mutations sociales et le travail social n'est pas perçu comme ayant un rôle à jouer dans les problématiques environnementales*

Le changement climatique est pourtant responsable de mutations sociales : migrations climatiques, hausse des inégalités, etc. (Saint-Jean, 2020). En Suisse, à l'heure actuelle, le travail social est conçu comme étant séparé des problématiques environnementales alors que dans d'autres régions du monde, ces questions font partie intégrale de la discipline, comme c'est le cas au Canada (Schibli, 2020).

On observe également 72% des répondant-e-s se sentent concerné-e-s par l'éco-anxiété (question 5), que les sentiments les plus présents sont l'impuissance, la culpabilité (question 6). Les stratégies pour faire y faire face sont plutôt de l'ordre individuel que collectif. Seules 15% des personnes mentionnent s'engager collectivement pour canaliser leur éco-anxiété. Ces résultats peuvent s'expliquer par deux autres hypothèses :

1. *Les répondant-e-s n'ont pas conscience que des solutions macros sont envisageables pour aborder l'éco-anxiété*

Il est fréquent dans les discours écologiques de placer les solutions sur les individus, de les responsabiliser (ex : il faut faire le tri, consommer plus durablement, économiser l'énergie, ne pas prendre l'avion), alors que la problématique du changement climatique et de l'éco-anxiété, et leurs solutions, dépassent les individus.

2. Les répondant-e-s ne possèdent pas les outils nécessaires pour aborder l'éco-anxiété de manière collective/communautaire

La problématique de l'éco-anxiété est relativement nouvelle et les recherches encore rares, tout comme les solutions proposées.

Conclusion

Sur la base de ce sondage, on peut voir que le sentiment d'éco-anxiété est bien présent parmi les futur-e-s travailleur-e-s sociaux et que pour le domaine du travail social et de la formation HETS, il est nécessaire de :

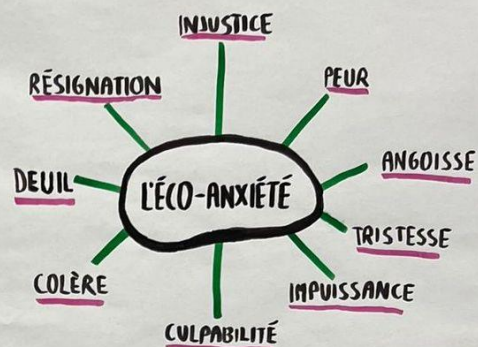
- Repenser le travail social à la lumière des mutations sociales actuelles
- Se préparer à de nouveaux défis apportés par le changement climatique, dont l'éco-anxiété
- Traduire les sentiments d'éco-anxiété dans des actions en travail social
- Développer des stratégies d'accompagnement pour aborder ce malaise avec des personnes éco-anxieuses

TRAVAIL SOCIAL ET ÉCO-ANXIÉTÉ



POURQUOI CE THÈME ?

MIGRATIONS FORCÉES, DÉTÉRIORATION DE LA QUALITÉ DE VIE, ACCROISSEMENT DE SENTIMENTS ANXIEUX... LES CHANGEMENTS CLIMATIQUES IMPACTENT DE FAÇON INCONTESTABLE LA SOCIÉTÉ ET SES HABITANT-E-S. CES AFFICHES ONT POUR BUT D'EXPLORER LA POSITION DU TRAVAIL SOCIAL FACE À CES NOUVELLES PROBLÉMATIQUES SOCIALES, NOTAMMENT L'ÉCO-ANXIÉTÉ QUI TOUCHE DE PLUS EN PLUS DE PERSONNES.



(SAINT-JEAN, 2020)

DÉFINITION ÉCO-ANXIÉTÉ

SENTIMENT D'ANXIÉTÉ OU PRÉOCCUPATION RESSENTIS PAR UNE PERSONNE DEVANT LES BOULEVERSEMENTS CAUSÉS PAR LES CHANGEMENTS CLIMATIQUES ET L'APPRÉHENSION DE LEURS CONSÉQUENCES (OFFICE QUÉBÉCOIS DE LA LANGUE FRANÇAISE, 2021)



LaDroite, Alexandre Sheldis, 14 septembre 2023. La Banque mondiale prévoit ainsi que, d'ici 2050, l'Afrique subsaharienne pourrait compter jusqu'à 86 millions de migrants climatiques; l'Asie de l'Est et Pacifique, 49 millions; l'Asie du Sud, 40 millions; l'Afrique du Nord, 29 millions; l'Amérique latine, 17 millions; et l'Europe de l'Est et Asie centrale, 5 millions. (Photo: Arndten Dey/AFP)



L'Osé avec AFP, 29 août 2023. Un épisode de pollution atmosphérique, le 7 juin 2023 à New York. (Photo: ANGELA WEISS / AFP)



NPR, Tim McDonnell, 20 juin 2018. À Kiribati, une république insulaire du Pacifique central, de grandes parties du village Eta (ci-dessus) ont succombé aux inondations de la mer. (Photo: Jonas Grønner/LightRocket)

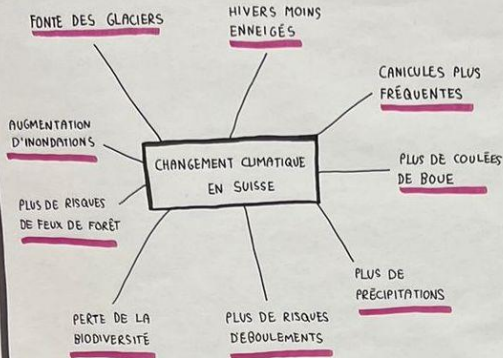


Les taux d'éco-anxiété sont plus élevés parmi les jeunes des pays du Sud (Statista, Claire Villers, 26 octobre 2023)

ÉCO-ANXIÉTÉ EN SUISSE ?

SOMMES-NOUS CONCERNÉ-E-S ?

EN SUISSE, LES EFFETS DU CHANGEMENT CLIMATIQUE NE SONT PEUT-ÊTRE PAS AUSSI EXTRÊMES QUE DANS D'AUTRES PAYS, CEPENDANT ILS SONT BIEN PRÉSENTS :



(CONFÉDÉRATION SUISSE, S.D.)

DES PISTES DE RÉFLEXION POUR ABORDER CES MUTATIONS SOCIALES

JUSTICE CLIMATIQUE (SCHIBLI, 2020)

"LA JUSTICE CLIMATIQUE EXIGE QUE NOUS RECONNAISSONS L'INTERCONNEXION ENTRE LES HUMAINS ET LEUR ENVIRONNEMENT, ET QUE NOUS ADMETTIONS QUE L'IDENTITÉ EST FAÇONNÉE PAR LES CONDITIONS CULTURELLES, SOCIALES, POLITIQUES ET ENVIRONNEMENTALES [...]. LES TRAVAILLEURS SOCIAUX ONT UN RÔLE TRÈS IMPORTANT À JOUER DANS L'HUMANISATION DU CHANGEMENT CLIMATIQUE EN METTANT EN ÉVIDENCE LES LIENS ÉTROITS QUI EXISTENT ENTRE CE DERNIER ET LES INÉGALITÉS SOCIALES [...]."

TRAVAIL SOCIAL ÉCOLOGIQUE - PENSER MACRO

"LE TRAVAIL SOCIAL POURRAIT JOUER UN RÔLE DE SOUTIEN DES POPULATIONS À LA FOIS DANS LA GESTION DES RISQUES FACE AUX CHANGEMENTS CLIMATIQUES ET DANS L'ADOPTION DE NOUVELLES PRATIQUES PROTÉCTORIQUES ET DE FAÇONS DE VIVRE PLUS DURABLES" (CITÉ DE DOMINELLI, 2020)

"POUR AVOIR UN EFFET À LARGE ÉCHELLE, UN TEL TRAVAIL NE DOIT PAS SE FAIRE AU NIVEAU INDIVIDUEL, MAIS PLUTÔT AU NIVEAU DES GROUPES ET STRUCTURES DE LA VIE EN SOCIÉTÉ."

(SANTOS, REPETTI, FANEL-FUX, 2020)

L'ÉCO-ANXIÉTÉ DANS LES MÉDIAS SUISSES



"Une violente tempête, avec des vents atteignant jusqu'à 217 km/h, s'est abattue sur la Chaux-de-Fonds ce lundi 24 juillet. Le phénomène n'a duré que quelques instants, mais les dégâts sont impressionnants" (Daniel Dross, Lelia Fernandez, 24 juillet 2023). Photo: Keystone.



"Les orages ont provoqué de grosses inondations ce mardi soir à Croisier. Des torrents d'eau et de boue déferlent à travers le village. Personne n'a été blessé [...]. Plusieurs familles doivent en revanche être relogées en raison des dégâts d'eau mais aussi à cause des coupures d'électricité. La police assure l'état de sécurité de la population pour héberger les personnes qui en ont besoin" (David Leonetti Lopez, 23 juin 2023). Photo: Laurent Gillieron/Keystone.

LES SUISSES NE SONT PAS ÉPARGNÉ-E-S PAR LES INQUIÉTUDES LIÉES AUX CHANGEMENTS CLIMATIQUES ET AUX CATASTROPHES NATURELLES. CE SUJET SUSCITE DE PLUS EN PLUS D'ATTENTION DANS LES MÉDIAS, SOULIGNANT LA NÉCESSITÉ DE RECONNAÎTRE ET DE TRAITER CETTE ANXIÉTÉ LIÉE À L'ENVIRONNEMENT AU SEIN DE LA SOCIÉTÉ SUISSE.



"Le réchauffement climatique peut être une source d'angoisse, de tristesse ou de dépit, provoquant l'anxiété. Pour apprendre à gérer ses émotions et s'engager pour le climat, des ateliers d'écopsychologie fleurissent en Suisse romande" (Lili Erard, 8 avril 2023). Illustration: Alexander Spang.

"LES QUESTIONS CLIMATIQUES TELLES QUE LA FUSION DES GLACES ET L'AUGMENTATION DE LA TEMPÉRATURE SE MÉLÈNT À DES PROBLÉMATIQUES ÉCONOMIQUES COMME LA BAISSSE DU TOURISME D'HIVER, LES DIFFICULTÉS POUR LES PAYSAN-NE-S ET LES VITICULTEUR-ICES DE FAIRE FONCTIONNER LEURS EXPLOITATIONS. ELLES SONT AUSSI LIÉES AUX CONDITIONS SOCIALES AVEC LE MANQUE DE RESSOURCES FINANCIÈRES ET LES INSECURITÉS ÉCONOMIQUES À LONG TERME POUR LES FAMILLES DONT LES REVENUS DÉPENDENT DES SECTEURS ÉCONOMIQUES CONCERNÉS."

(SANTOS, REPETTI, FANEL-FUX, 2020)



"La logique est implacable: le réchauffement global entraînera une diminution de la couche neigeuse et le recul des glaciers. Avec quelles conséquences pour le tourisme hivernal dans les Alpes ?" (Patrick Monay, 8 décembre 2015). Photo: Chantal Deruy.



"Si le climat continue de changer, c'est possible que le riz remplace d'autres cultures", a déclaré à Keystone ATS Leandro Galindo, ingénieur agronome. Le maraîcher, qui travaille avec son frère Maxime et ses parents, a testé l'expérience" (ATS, 10 août 2015). Photo: Keystone.

ADAPTER LA FORMATION

DANS UN SONDAGE SUR L'ÉCO-ANXIÉTÉ MENÉ AUPRÈS DES ÉTUDIANT-E-S EN TRAVAIL SOCIAL, 66% DES RÉPONDANT-E-S MONTRENT UN GRAND INTÉRÊT POUR LES QUESTIONS LIÉES À L'ENVIRONNEMENT. 53% AVAIENT DÉJÀ ENTENDU PARLER D'ÉCO-ANXIÉTÉ ET 74% SE SENTENT AFFECTÉ-E-S PAR CES SENTIS ÉCO-ANXIEUX, PRINCIPALEMENT L'IMPUISSANCE ET LA CULPABILITÉ. POUR FAIRE FACE À CETTE ÉCO-ANXIÉTÉ, LES ÉTUDIANT-E-S PRIVILÉGIENT DES ACTIONS INDIVIDUELLES PLUTÔT QUE COLLECTIVES. INTÉGRER LE CHANGEMENT CLIMATIQUE DANS LA FORMATION EN TRAVAIL SOCIAL PERMETTRAIT AUX



"Personnellement, ce sont des questions qui interviennent beaucoup quand l'escale climatique ou de coopération nous amène. C'est aussi lié à des crises sur un plan politique, en voyant des dirigeants qui se préparent/appliquent des systèmes autoritaires."

"Je pense que ce sont les aspects macroéconomiques qui peuvent entraîner un véritable changement."

ÉTUDIANT-E-S DE BIEN COMPRENDRE LES LIENS ENTRE ÉCO-ANXIÉTÉ, MUTATIONS SOCIALES ET ENVIRONNEMENT, DÉLARGIR LEUR VISION DU TRAVAIL SOCIAL ET DU RÔLE QU'IL PEUT AVOIR AU NIVEAU COLLECTIF, DE SE PRÉPARER AUX ENJEUX ACTUELS ET FUTURS DU TRAVAIL SOCIAL, DE CONSCIENTISER LEUR ÉCO-ANXIÉTÉ ET CELLE DES BÉNÉFICIAIRES.



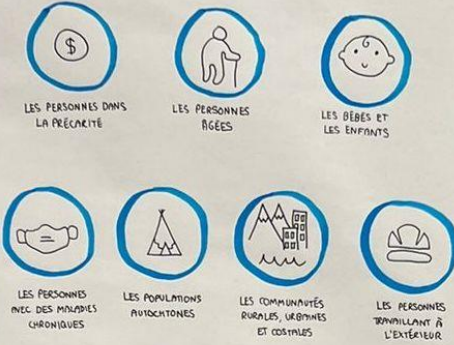
POUR ACCÉDER AUX RÉFÉRENCES :



IMPACTS DU CHANGEMENT CLIMATIQUE

INÉGALITÉS SOCIALES

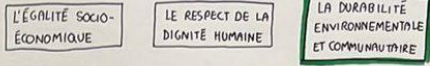
NOUS NE SOMMES PAS AFFECTÉ·E·S DE LA MÊME MANIÈRE PAR LES CHANGEMENTS CLIMATIQUES. LES PERSONNES DÉJÀ VULNÉRABLES RISQUENT D'ÊTRE ENCORE PLUS MARGINALISÉES.



(NSW GOVERNMENT, 2023)

QUELLE POSITION DU TRAVAIL SOCIAL ?

REPENSER LE TRAVAIL SOCIAL :



(HEIS, 2022 - AGENDA MONDIAL POUR LE TRAVAIL SOCIAL ET LE DÉVELOPPEMENT SOCIAL)



(SCHILLI, 2020)

L'ÉCO-ANXIÉTÉ EN IMAGES



« Il y a eu plusieurs déplacements à Kiribati, simplement en raison des effets du changement climatique (...). Tout cela signifie que le vais doit partir et s'installer dans un autre pays, ce qui me blesse profondément. Cela me rend très triste parce que j'aime ma culture et mon identité, mais aussi mon école. Il y a eu aussi quelque part et que je ne peux jamais revenir parce que Kiribati a disparu, submergé par la montée des eaux ? » (Kirsta Moore, 5 juin 2016, traduit de l'anglais). Photo : Vlad Sokhin



« En raison de leurs liens étroits avec la terre et de leur dépendance à l'égard de la pêche, de la chasse et de la cueillette, les populations indigènes sont particulièrement vulnérables aux effets du changement climatique. Aujourd'hui, les communautés autochtones d'Amérique du Nord adoptent des plans d'action pour le climat afin de protéger leur mode de vie » (Nicolas Jones, 11 février 2020, traduit de l'anglais). Photo : Courtesy of Saisoniach Indian Tribal Community



« Des membres de la communauté de Kashiachewan se sont rassemblés à Queen's Park pour demander une réévaluation au début du printemps. Les évacuations constantes du printemps causent beaucoup d'anxiété aux familles, en particulier aux enfants » (Tanya Talaga, 8 juillet 2019, traduit de l'anglais). Photo : Christopher Katsarov/The Canadian Press



« Personne ne quitte sa maison à moins qu'elle soit la bouche d'un requin. On ne court vers la frontière que lorsqu'on voit toute la ville toute entière couler éboulement » (traduit de l'anglais). Poème de Wawan Shira à propos des personnes réfugiées. Image : Kimberly Iry



« Ma plus grande peur du changement climatique est de tout perdre. Perdre notre tradition face aux intempéries, à la fonte des glaces. Si nous perdons ce que nous avons aujourd'hui, que pourrions-nous montrer à nos enfants à l'avenir ? » (Sylvie Linklater, père, traduite de l'anglais). Photo : Darion Donahue



« La migration forcée présente un certain nombre de facteurs de stress avant, pendant et après la migration, notamment l'exposition à la violence ou à des événements traumatisants, la rupture des liens familiaux et sociaux, le détachement de la relation avec le foyer, des conditions généralement mortelles tout au long du processus de voyage, les risques d'accusation et les obstacles à l'accès aux services fondamentaux une fois la migration effectuée » (IUSCI, 22 avril 2022). Photo : Piyas/Shutterstock



« La colère peut être extrêmement motivante. Lorsqu'elle est fondée sur un réel sentiment d'injustice, elle montre que votre conscience est vivante, que votre sentiment d'être moralement transgressé est intact. Elle peut engendrer un puits de force très profond à partir duquel il est possible d'agir. Nous devons permettre à ces émotions de s'exprimer » (Boris Wray Richard Schifman, 28 avril 2022). Photo : Laurence Beaucourt



« J'ai commencé il y a quelques mois à vivre une solitude envahissante. Insomnie, crises de larmes, émotions à fleur de peau, difficulté à penser à tout ce qui n'est qu'un anneau sombre, les nuits parfois incapables de profiter du moment présent ou d'apprécier pleinement le bonheur de le voir grandir sans avoir peur en même temps » (Genevieve Duval, 11 août 2019, extrait de votre d'une lettre pour son fils). Photo de l'auteur



« Alors que le Bangladesh est confronté à l'aggravation des effets du changement climatique sur une planète qui se réchauffe, chercheurs, humanitaires, défenseurs du niveau de la mer et temples, les professionnels de la santé et les organisations du pays sont de plus en plus préoccupés par la détérioration de la santé mentale » (DhobyChakrab, 17 septembre 2023, traduit de l'anglais). Photo : REUTERS/ifa

Références

Livres

Saint-Jean, K. (2020). *Apprivoiser l'écoanxiété - Et faire de ses écoémotions un moteur de changement*. Les Éditions de l'Homme.

Documents

Schibli, K. (2020). *Changement climatique et travail social*. Association canadienne des travailleuses et travailleurs sociaux. https://www.casw-acts.ca/files/documents/Changement_climatique_et_travail_social_pdf_0.pdf

Revue sociale

Santos Mella, S., Repetti, M. & Kniel-Fux, L. (2020, 17 septembre). Le climat redessine le rôle du travail social. *Revue d'information Social et Santé de Suisse romande*. <https://www.reiso.org/document/6375>

Articles de journal

Dorval, G. (11 août, 2019). Un enfant sur fond de fin du monde: lettre à mon fils Léon. *La Presse*. <https://www.lapresse.ca/debats/opinions/2019-08-11/un-enfant-sur-fond-de-fin-du-monde-lettre-a-mon-fils-leon>

Droz, D., & Fernandez, L. (24 juillet 2023). Tempête à La Chaux-de-Fonds: un mort et une quinzaine de blessés. *La Côte*. <https://www.lacote.ch/suisse/tempete-a-la-chaux-de-fonds-un-mort-et-une-quinzaine-de-blesses-1307729>

Erard, L. (2019, 8 avril). L'écopsychologie, le mouvement qui pousse les Suisses à agir pour le climat. *Le Temps*. <https://www.letemps.ch/societe/sciences-humaines/lecopsychologie-mouvement-pousse-suisses-agir-climat>

Human Rights Watch. (2020, 21 octobre). "My Fear is Losing Everything". The Climate Crisis and First Nations' Right to Food in Canada. <https://www.hrw.org/report/2020/10/21/my-fear-losing-everything/climate-crisis-and-first-nations-right-food-canada>

Jones, N. (2020, 11 février). How Native Tribes Are Taking the Lead on Planning for Climate Change. *Yale Environment 360*. <https://e360.yale.edu/features/how-native-tribes-are-taking-the-lead-on-planning-for-climate-change>

Keystone-ATS. (2019, 10 août). La région des Trois-Lacs se met au riz. *24 heures*. <https://www.24heures.ch/la-region-des-trois-lacs-se-met-au-riz-398679376664>

- L'Obs. (2023, 29 août). La pollution de l'air est la première menace mondiale pour la santé humaine. <https://www.nouvelobs.com/ecologie/20230829.OBS77451/la-pollution-de-l-air-est-la-premiere-menace-mondiale-pour-la-sante-humaine.html>
- Leonetti Lopez, D. (23 juin 2021). Neuchâtel: le village de Cressier dévasté par un torrent de boue. *Le Nouvelliste*. <https://www.lenouvelliste.ch/suisse/neuchatel-le-village-de-cressier-devaste-par-un-torrent-de-boue-1084901>
- McDonnel, T. (2018, 20 juin). The Refugees The World Barely Pays Attention To. *NPR*. <https://www.npr.org/sections/goatsandsoda/2018/06/20/621782275/the-refugees-that-the-world-barely-pays-attention-to>
- Monay, P. (2015, 8 décembre). «La Suisse a compris qu'elle devait s'adapter au changement climatique». *La Tribu de Genève*. <https://www.tdg.ch/la-suisse-a-compris-quelle-devait-sadapter-au-changement-climatique-854797487056>
- Moote, K. (2016, 5 juin). Climate change: 'I fear Kiribati will be gone forever'. *Stuff*. <https://www.stuff.co.nz/environment/80764635/climate-change-i-fear-kiribati-will-be-gone-forever>
- Shields, A. (2021, 14 septembre). Plus de 200 millions de réfugiés climatiques d'ici 2050. *LeDevoir*. <https://www.ledevoir.com/environnement/631863/les-changements-climatiques-pourraient-engendrer-la-migration-de-216-millions-de-personnes-d-ici-2050?>
- Schiffman, R. (2022, 28 avril). For Gen Z, Climate Change Is a Heavy Emotional Burden. *Yale Environment 360*. <https://e360.yale.edu/features/for-gen-z-climate-change-is-a-heavy-emotional-burden>
- Talaga, T. (2019, 8 juillet). Holding Back the River. *Toronto Star*. <https://projects.thestar.com/climate-change-canada/ontario-eco-anxiety/>
- TodayOnline. (2023, 17 septembre). Climate change takes heavy toll on mental health in Bangladesh. <https://www.todayonline.com/world/climate-change-takes-heavy-toll-mental-health-bangladesh-2255636>
- U.S. Committee for Refugees and Immigrants. (2022, 22 avril). Atténuer les impacts sur la santé mentale des migrations liées au climat. <https://refugees.org/mitigating-mental-health-impacts-of-climate-related-migration/>
- Villiers, C. (2022, 26 octobre). L'éco-anxiété s'empare de la jeunesse. *Statista*. <https://fr.statista.com/infographie/25762/eco-anxiete-jeunesse-part-des-jeunes-effrayes-avenir-changement-climatique/>

Autre

Confédération suisse. (s. d.). *Changement climatique*.

<https://www.meteosuisse.admin.ch/climat/changement-climatique.html>

NSW Gouvernement. (2023). *Who is most at risk?*

<https://www.health.nsw.gov.au/environment/climate/Pages/who-is-most-at-risk.aspx>

Office québécois de la langue française. (2021). *Ecoanxiété*.

<https://vitrinelinguistique.oqlf.gouv.qc.ca/fiche-gdt/fiche/26556920/ecoanxiete>

Shire, W. (s. d.). *Home*. Amnesty International Ireland. <https://www.amnesty.ie/wp-content/uploads/2016/06/home-by-warsan-shire.pdf>

HETS Fribourg
Mars 2024