

**Entre sidération et déni des crises écologiques : et si les théories  
catastrophistes étaient mobilisatrices ?**

**Contribution au débat autour de la réception des théories de l'effondrement**

*Delphine Masset, Etopia*

**Décembre 2019**

*« On ne peut pas nier non plus qu'à l'heure actuelle, la collapsologie et tout le buzz autour ont constitué une voie d'entrée pour une frange entière de la population dans la réflexion écologiste. <sup>1</sup>»*

*«Il est (...) permis de se demander s'il est totalement absurde de s'inspirer ou d'éprouver de la peur. Après tout, cette émotion est un phénomène repérable avec une parfaite constance dans toute l'histoire de l'humanité. À moins d'être un champion convaincu de l'irrésistible marche en avant de l'humanité, il est peut-être opportun de se demander si un phénomène aussi persistant à travers les âges ne perdure que pour de mauvaises raisons. [...] Il n'est pas non plus absurde d'avoir peur dans la mesure où cette émotion primaire joue un rôle de signal de danger. <sup>2</sup>».*

*« La véritable catastrophe, celle qu'il faut absolument craindre et prévenir, n'est nullement celle qui nous saute aux yeux, mais celle qui nous est invisible, dont on doit espérer qu'elle restera à jamais imperceptible (parce que non réalisé) mais à laquelle c'est à nous qu'il appartient de donner visibilité par un effort de voyance<sup>3</sup>.*

## Contents

---

<sup>1</sup> L'effondrement : une catastrophe politique ? <https://www.youtube.com/watch?v=4TMTguuOt9s>

<sup>2</sup> Philippe Braud, préface à Corey Robin, La Peur. Histoire d'une idée politique, Paris, Armand Colin, 2006 (2004), p.9-10. Cité par Luc Semal.

<sup>3</sup> Yves Citton, « La passion des catastrophes », Acta Fabula, vol.10, n°3, 4 mars 2009

1. Introduction	3
L'inaction aujourd'hui	5
Le récit dominant est le récit néo-libéral	5
Un nouveau récit pour la classe moyenne occidentale	6
2. Le catastrophisme et la peur sont-ils efficaces ?	6
2.1. L'appel à la peur : l'étude anthropologique de terrain de Luc Semal	6
2.2. Appel à la peur : les développements théoriques et les tests psychologiques	8
2.3. Quand la peur n'y est pas...	10
2.4. La plus grande menace est l'oubli	11
2.5. Mais alors...dans quel cas arrive-t-on à « y croire » ?	14
Croire dans le changement climatique	14
Arriver à croire l'immensité des destructions en cours	15
2.6. Une action nourrie par l'effroi ?	17
2.7. Et des croyances alimentées par l'action ?	18
3. Quand le catastrophisme et la peur sont-ils inefficaces ?	19
3.1. L'ambivalence des effets de la peur	19
Vulnérabilités et déni	20
Plongée dans l'objet de la peur	21
Distanciation de l'objet de la peur	21
3.2. Les « ruptures de cadres »	22
La croyance dans le progrès	23
La foi en l'humanité et/ou dans le monde politique	24
4. Comment rendre le catastrophisme et la peur efficaces ?	24
4.1. Communiquer réellement sur le diagnostic	25
4.2. L'émotion chez l'émetteur : réduire la dissonance cognitive	26
4.3. L'émotion chez le récepteur : inclure la possibilité de l'expression de la peur et de son partage	26
4.4. Garantir la cohésion sociale et la réciprocité	27
4.5. Donner des pistes d'action et nourrir les capacités	27
4.6. Lever les freins au changement en évitant les discours trop idéologiques	29
Conclusion : politique et émotion	30

## 1. Introduction

« La plupart des discours de l'effondrement désarment et dépolitisent » peut-on lire dans la dernière étude de Barricade, consacrée aux théories de l'effondrement. « L'apocalypse, ça fatigue », titre Le Monde, le 21-22 octobre 2018. « La façon anxiogène dont le problème est présenté conduit notre cerveau à éviter totalement le sujet » écrit Espen Stoknes en analysant les ressorts mentaux qui empêchent

de lutter contre le réchauffement climatique. « La "prophétie de malheur" [...] exclut toute possibilité de choix. [...] Le choix du scénario du pire interdit tout débat démocratique : sous la destruction de la catastrophe imminente, on ne saurait délibérer» ajoute Catherine Larrère<sup>4</sup>.

Comme l'annoncent de manière perplexe les auteurs de la dernière revue *Multitudes*<sup>5</sup>, « Il semble entendu qu'il n'y a rien de bon à attendre du « catastrophisme » - encore moins de l'effondrissement. L'annonce d'un désastre (...) serait à l'opposé de la confiance permettant de se projeter collectivement dans l'avenir – en un mot, de la démocratie<sup>6</sup>»

L'objet de cette analyse sera de torde le cou à l'omniprésent besoin de « détourner le public de ses tentations catastrophistes <sup>7</sup>». En effet, ne serions-nous pas face à des présupposés théoriques lorsqu'il s'agit d'identifier la réception des théories de l'effondrement<sup>8</sup> comme uniquement dépolitisante ou paralysante ? Quels sont les effets réels de ces discours ? Comme l'explique les auteurs de la revue *Multitudes*, « L'effet des textes effondristes ne va pourtant pas de soi et n'est pas déductible d'une lecture<sup>9</sup> ». Comme eux, nous souhaitons « sinon tout à fait renverser le réflexe intellectuel de défiance face à l'annonce d'une catastrophe intégrale, du moins le ralentir et le nuancer en plaçant en amont [le fait] de savoir ce que fait l'effondrement, et ce qu'en font celles et ceux à qui cette idée fait quelque chose »<sup>10</sup>.

En effet, si nous partageons certaines critiques à l'égard de la collapsologie, - celle-ci ayant pour écueil principal d'être déterministe à l'égard du monde social, créant un effet d'indiscutabilité des différents types d'agencements socio-politique de ces futurs en ruine<sup>11</sup> - nous leur reconnaissons cependant aussi deux qualités dans leurs effets :

(1) Celles d'avoir accéléré les prises de conscience des enjeux écologiques. Jusqu'ici, une grande partie de la population occidentale ne se sentait pas concernée par les enjeux écologiques : d'après certaines recherches scientifiques<sup>12</sup>, le changement climatique était considéré comme impactant davantage les icebergs, les ours polaires ou le niveau des océans que l'environnement direct des Occidentaux. Aux États-Unis en 2006, par exemple, la plupart des individus pensaient que les pires conséquences du changement climatique ne seraient pas supportées par elles-mêmes mais par d'autres personnes lointaines (spatialement et temporelle), ce qui a évidemment atténué l'effet sur le risque perçu, les préoccupations et l'urgence d'agir<sup>13</sup>.

(2) Celles d'avoir, malgré leurs présupposés, reposé la question du délai au niveau politique. Si un

---

<sup>4</sup> Luc Semal. Face à l'effondrement. Militer à l'ombre des catastrophes. PUF, Paris, 2019, p53.

<sup>5</sup> Laurence Allard, Alexandre Monnin, Cyprien Tasset, Est-il trop tard pour l'effondrement ?, *Multitudes* n°76. P56.

<sup>6</sup> Laurence Allard, Alexandre Monnin, Cyprien Tasset, Est-il trop tard pour l'effondrement ?, *Multitudes* n°76. P56.

<sup>7</sup> Idem.

<sup>8</sup> Nous entendons ici par « théories de l'effondrement » la littérature scientifique sur l'effondrement et le déclin des sociétés complexes parmi lesquels : Tainter, Diamond, Cochet, Servigne & Stevens. Nous nous intéresserons ici à leur effet. Il ne s'agit pas de remettre en cause la réalité matérielle, mesurable par par exemple l'archéologie, de ces théories.

<sup>9</sup> Laurence Allard, Alexandre Monnin, Cyprien Tasset, Est-il trop tard pour l'effondrement ?, *Multitudes* n°76. P51.

<sup>10</sup> Idem. P56.

<sup>11</sup> Les chiffres, projections mathématiques, schémas scientifiques et impensés sociaux des « sciences dures » ont toujours eu pour effet de « durcir » le réel et les possibles trajectoires, là où l'histoire reste encore faite de mouvements et/ou d'innovations sociales mais aussi d'une série d'imprédictions physiques. Notons cependant que si nul ne peut dire à quel point les futurs prophétisés seront réels, beaucoup s'accordent aujourd'hui à dire qu'ils sont de plus en plus probables. Il s'agit donc bien de dire, ici, qu'il aurait été plus pertinent de prendre soin de laisser ouverte la question des formes sous lesquelles ces futurs probables auraient sûrement lieu.

<sup>12</sup> Bostrom et al., 1994; Leiserowitz, 2006; Read et al., 1994; Stamm et al., 2000

<sup>13</sup> Psychology and Climate Change: Beliefs, Impacts, and Human Contributions Janet K. Swim, Ezra M. Markowitz, and Brittany Bloodhart The Oxford Handbook of Environmental and Conservation Psychology, p768. Des études psychologiques montrent en effet que le passage à l'action est malheureusement lié au risque perçu pour sa zone géographique.

des écueils des thèses catastrophistes est d'« écraser » pour ainsi dire le temps, en rendant l'action qui précède l'effondrement presque impossible, celui-ci est aussi l'autre face d'un monde politique qui a perdu la faculté d'entrevoir la finitude du temps. La collapsologie semble jouer un rôle de compensation, dans un monde politique ignorant la question du délai<sup>14</sup>. Comme l'écrit Neyrat<sup>15</sup>, de ce point de vue «la pensée des catastrophes est utile : elle fait sauter le verrou gestionnaire qui semble incapable de prendre la mesure exacte de ce qui nous arrive, ou peut encore nous arriver ».

Ainsi, notre hypothèse pose que les théories de l'effondrement ont accéléré le jeu politique et fait en sorte que certains conjurent l'angoisse en passant à l'action (ce qu'ils n'auraient pas fait par ailleurs). De récentes études en sciences cognitives et en sciences sociales nous permettent d'ailleurs de mieux appréhender les effets de la peur, et indiquent que celles-ci peuvent déboucher sur une phase de prises d'informations, de renouvellement de la délibération démocratique ou de passage à l'action (y compris sous forme de changement de trajectoires de vie).

Notre étude invite donc le lecteur à dépasser les controverses autour du mot « effondrement », et à envisager ce qu'il se passe au niveau des trajectoires d'engagement. Il s'agit donc pour nous d'élargir le spectre du débat « politisation-dépolitisation » des théories catastrophistes en les alimentant d'enquêtes sociologiques des mobilisations, ce que Luc Semal, politologue français, a commencé à faire au sein de son livre « Face à l'effondrement. Militer à l'ombre des catastrophes » et dont nous présenterons en partie le travail.

Nous ne nous intéresserons donc pas uniquement à la collapsologie, mais également aux théories de l'effondrement et plus largement encore, au catastrophisme. Nous entendons par catastrophisme toute thèse qui induit un questionnement profond par rapport à l'avenir soit de la civilisation, soit de l'humanité. Nous songeons ainsi aux multiples études scientifiques sur le réchauffement climatique et ses conséquences, sur la 6<sup>e</sup> extinction des espèces, sur le pic pétrolier, et plus largement, celles qui mettent en garde contre ces différents périls.

Cet angle choisit, nous nous poserons cette question : qu'en faire ? Faut-il en parler ? Et si oui, comment ?

Cette étude s'attachera donc à analyser les effets de la peur, ainsi que les conditions de son efficacité et de son inefficacité, au travers de la question centrale : le catastrophisme est-il ou non, mobilisateur ?

## L'inaction aujourd'hui

À l'heure où la démobilité est la norme, où la défiance à l'égard du politique n'a jamais été aussi grande, les théories catastrophistes n'auraient-elles pas comme effet de réhabiliter les émotions en politique, et de faire évoluer la dépolitisation de la sphère publique ?

### Le récit dominant est le récit néo-libéral

On peut faire l'hypothèse que l'inaction, aujourd'hui, est davantage la conséquence du récit dominant « There Is Not Alternative » de Thatcher et de notre modèle économique basé sur l'idée du «développementalisme» (principe selon lequel les sociétés traditionnelles ne pourraient qu'aspérer au progrès occidental) que du catastrophisme. Ainsi, ne serait-ce pas plutôt l'impression de pouvoir résider

---

<sup>14</sup> Sur ce sujet, Chesneaux, cité par Villalba et Semal, nous dit qu'« À coups de rationalité instrumentale, de dispositifs techniques, d'idéologies matérialistes appuyées sur des années de politiques de croissance, nos sociétés se sont confortées dans une historicité sans limites. Mais la fin du XXe siècle impose une série de questionnements sur les distorsions entre temps de la nature et temps de la société. Cela amène (ou devrait amener) à s'interroger sur la construction d'une « culture politique des limites du devenir humain » ». « Obsolescence de la durée. La politique peut-elle continuer à disqualifier le délai ? » Luc Semal et Bruno Villalba in Franck-Dominique Vivien et al., L'évaluation de la durabilité

<sup>15</sup> Et le rappellent Allard, Tasset et Monnin dans leur article « Est-il trop tard pour l'effondrement » pré-cité. Neyrat, Multitudes, 2009, n°37-38 : « Abécédaire de la crise », p32.

dans un monde inchangé qui démobilise?

## Un nouveau récit pour la classe moyenne occidentale

Par ailleurs, si les théories de l'effondrement invitent à laisser le « vieux monde » s'écrouler et à préparer la suite, ne sont-elles pas aussi, au vu de leur diffusion, l'occasion pour un grand nombre de gens d'identifier pour la première fois avec émotion le danger réel qui pèse sur leurs privilèges<sup>16</sup> ? N'ouvrent-elles pas la possibilité, pour la classe moyenne occidentale, de reprendre conscience de l'importance du politique à l'aune d'un potentiel changement de civilisation ? La crise climatique mondialise en effet les conséquences d'un système économique hors-sol. Elle agit en ce sens comme un révélateur politique. Comme le disait Raphaël Glucksmann dans son livre « Les enfants du vide », l'énorme destruction écologique en cours n'est-elle pas une opportunité pour réapprendre à penser et à agir en collectif ?

C'est l'hypothèse que nous formulons à la suite de différents échanges, mais aussi, par exemple, à la lecture de l'article consacré à Jacques Crahay dans *Imagine*<sup>17</sup>. Ce président de l'Union Wallonne des Entreprises, qui a lu les collapsologues (mais était cependant depuis longtemps sensibles aux questions écologiques), dénonce aujourd'hui la perte de biodiversité, met en garde contre le caractère limité des ressources fossiles, et plaide pour une économie soutenable. Certes, ce n'est qu'un signal... mais n'est-ce pas déjà une avancée ?

## 2. Le catastrophisme et la peur sont-ils efficaces ?

### 2.1. L'appel à la peur : l'étude anthropologique de terrain de Luc Semal

Si nous nous permettons de dire que la peur peut être un catalyseur d'engagement et de renouvellement démocratique, c'est que certains auteurs l'ont étudié comme tels. C'est en tout cas la thèse de Luc Semal, qui a analysé durant plusieurs années, dans le cadre de son doctorat, des groupes de décroissants et de transitionneurs (des *Transition Town*). Il a observé que la peur pouvait être l'occasion de passer à l'action et de recréer de la démocratie.

Pour lui « Nombre de jeunes militants pensent que l'effondrement adviendra de leur vivant. De cette peur à la fois concrète et métaphysique, ils tirent de quoi se mobiliser<sup>18</sup> ». Jean Le Goff le rejoint d'ailleurs sur ces constats : face à l'angoisse climatique, outre le déni, l'autre stratégie reste le passage à l'action. « D'une manière générale, le fait de pouvoir adopter une position active protège de l'angoisse<sup>19</sup> ».

Ainsi, Luc Semal a observé que les militants « à l'ombre des catastrophes » (pour garder sa formule) recommençaient à délibérer au moment où ils prenaient conscience de manière vertigineuse des destructions écologiques et menaces civilisationnelles. Ils retrouvaient un souffle : l'envie de mettre à l'agenda les questions d'organisation de la collectivité, de gestion des ressources et du vivant. En effet,

---

<sup>16</sup> Dans un monde idéal, la politisation des Occidentaux ne devrait pas passer par la peur de perdre leurs privilèges, mais est-il possible qu'il en soit autrement au vu du niveau d'individualisme de nos sociétés ?

<sup>17</sup> *Imagine*, septembre/octobre 2019.

<sup>18</sup> Libération, Luc Semal «Le catastrophisme peut contribuer à esquisser une démocratie écologique», 8 mai 2019

<sup>19</sup> Jean Le Goff. La question de l'angoisse dans le mouvement climatique. <http://avenirclimatique.org/wp-content/uploads/2018/05/Avenir-climatique-causerie-Paris-2018-04-angoisse-climat.pdf>

devant les constats des destructions et périls écologiques, le mouvement n'est-il pas de réapprendre à déterminer collectivement « ce à quoi on peut encore tenir » ? Ainsi, dit-il, « l'énonciation et la politisation de l'hypothèse catastrophiste peuvent paradoxalement ouvrir des espaces délibératifs inattendus, en accroissant par exemple l'importance symbolique et politique d'une ressource en voie de disparition, dont il faut alors réévaluer et re-hiérarchiser les usages en fonction de leur degré de légitimité dans un contexte de finitude non-négociable »<sup>20</sup>. Pour lui, c'est clair « la perspective catastrophiste peut contribuer à esquisser une démocratie écologique (...) C'est l'une des leçons des *Transition Towns* : la peur n'est pas toujours facteur de démobilisation »<sup>21</sup>.

A ce sujet, John Barry et Stephen Quiley<sup>22</sup>, qui ont eux aussi étudié les mouvements de la *Transition* en Angleterre, expliquent que la disqualification du survivalisme (qui parie déjà sur l'effondrement, se détache des logiques délibératives et désinvestit le jeu politique) par les transitionneurs, peut être interprétée comme un travail militant visant à prévenir les tendances à la démobilisation qui menacent sans cesse les mobilisations catastrophistes.

A l'inverse de la posture survivaliste, les mouvements de la transition ont réinvesti le champ politique par l'intermédiaire de discussions autour de la relocalisation des ressources, pour eux « inévitables à court ou moyen terme, faute d'énergie <sup>23</sup> ». Ainsi, le « plan local de descente énergétique » de la ville de Totnes a par exemple suscité beaucoup de discussions quant à la manière dont serait produit l'alcool dans un scénario de relocalisation<sup>24</sup> : faut-il replanter des vergers, qui demandent un certain délai d'attente, ou semer des céréales, pour produire plus rapidement de la bière ? Mais ne faut-il pas plutôt réserver les terres agricoles à des usages alimentaires ou au bois de chauffage ? Toutes ces questions conscientisent ainsi chaque groupe quant au cycle de fabrication de ses usages (et donc à la mondialisation de la fabrication), aux besoins en termes de territoire pour l'ensemble de ceux-ci, et lui demandent, in fine, d'arbitrer. De cette façon, « la confrontation du projet catastrophiste à la finitude du territoire conduit à un recentrage des délibérations locales sur les implications matérielles d'une politique qui viserait à satisfaire les besoins fondamentaux de la communauté locale<sup>25</sup> ». Pour Barry et Quiley, le succès du mouvement de la transition provient d'ailleurs de ce recentrage autour des « certitudes ontologiques de la survie <sup>26</sup> », contrairement aux mobilisations plus désincarnées (« pour la planète », « pour les générations futures »).

Si en Belgique les théories de l'effondrement n'ont malheureusement pas souvent amené à un tel degré de repolitisation des questions de survie, elles ouvrent néanmoins la porte à ces discussions, au moins de manière informelle. Cette analyse souhaite d'ailleurs inviter quiconque qui veut informer autour des théories de l'effondrement de s'essayer à un travail de relocalisation et de délibération, même hypothétique, pour rouvrir le débat politique.

Dans ce sens, le penseur de l'impact des armes nucléaires qu'est Jean-Pierre Dupuy a vu juste : « Le catastrophisme (...) peut donc être « éclairé » - voire éclairant. Il s'enracine même dans des stratégies d'action intuitives dans toutes sortes de contextes pratiques très ordinaires, et dont les cas extraordinaires

---

<sup>20</sup> Luc Semal. *Militer à l'ombre des catastrophes : contribution à une théorie politique environnementale au prisme des mobilisations de la décroissance et de la transition*. Science politique. Université du Droit et de la Santé - Lille II, 2012. Français, p29-30.

<sup>21</sup> *Libération*, Luc Semal, Op.Cit.

<sup>22</sup> John Barry et Stephen Quilly, *3the Transition to sustainability: Transitions Towns and sustainable communities*", in Liam Leonard et John Barry (dir.), 2009, p23. Cité par Luc Semal.

<sup>23</sup> Luc Semal, *Militer à l'ombre des catastrophes : contribution à une théorie politique environnementale au prisme des mobilisations de la décroissance et de la transition*. Science politique. Université du Droit et de la Santé - Lille II, 2012. Français, p535.

<sup>24</sup> Ainsi, les études montraient que les alcools étaient importés à partir du XXe siècle, et donc dépendant du pétrole. En effet, les vergers à cidre de Totnes avaient été arrachés au cours du siècle précédent, nécessitant des importations en pommes depuis la Bretagne.

<sup>25</sup> Luc Semal, *Idem*, p536.

<sup>26</sup> John Barry et Stephen Quilly, *3the Transition to sustainability: Transitions Towns and sustainable communities*", in Liam Leonard et John Barry (dir.), 2009, p13-14. Cité par Luc Semal.

(...) ne sont qu'un cas limite (par exemple, quand nous cherchons à prévoir le pire pour agir au mieux) »<sup>27</sup>. Luc Semal rejoint Dupuy : « toute peur n'est pas nécessairement paralysante. Il existe des situations où la peur est une alerte rationnelle qu'il peut être utile d'écouter, sans pour autant se laisser sidérer. La catastrophe écologique globale en fait partie »<sup>28</sup>.

Dupuy a cependant récemment fait remarquer aux collapsologues que leur théorie manquait d'indétermination pour pouvoir prétendre à être éclairante. Pour lui, ils annoncent la catastrophe comme certaine. Or, pour développer un catastrophiste éclairé, « ce qu'il faudrait, c'est combiner les deux démarches : annoncer un avenir destinal qui superposerait l'occurrence de la catastrophe, pour qu'elle puisse faire office de dissuasion, et sa non-occurrence, pour préserver l'espoir.<sup>29</sup> » C'est en effet à ce niveau que les collapsologues sont critiqués : laisser entendre que la catastrophe est certaine, si on n'a pas les ressources nécessaires pour se dire que toute action régénératrice, aussi petite soit-elle, a du sens, peut induire la paralysie. Il s'agit donc ici d'arriver à penser que « tout ce qui reste à sauver, où à organiser, est bon à prendre » pour ne pas tomber dans l'apathie. Nous développerons ce point dans les prochaines sections.

## 2.2. Appel à la peur : les développements théoriques et les tests psychologiques

Sur le plan politique, la peur n'est donc forcément pas un obstacle à la rationalité, et peut même être une condition nécessaire de la raison délibérative. C'est en tout cas ce que soutient Luc Semal par l'intermédiaire de l'anthropologue Georges Marcus : pour eux, c'est elle qui amène à rompre les routines en engageant une recherche d'information (par exemple en comparant les programmes des candidats aux élections plutôt que de voter selon ses habitudes)<sup>30</sup>. Pour Marcus, en outre, « l'électeur est plus rationnel quand il est inquiet que quand il est serein<sup>31</sup> ». La peur et l'anxiété agissent comme un système de surveillance et encouragent l'individu à enclencher une activité réflexive, consistant à délibérer quant aux comportements les plus adaptés à cette nouvelle vision de l'environnement<sup>32</sup>.

Ainsi, Marcus soutient la thèse radicale selon laquelle les gens peuvent être rationnels précisément parce qu'ils sont sujets aux émotions : ce sont ces dernières qui permettent la rationalité, même si suggérer que l'anxiété constitue un levier majeur pour que le citoyen offre le meilleur de lui-même en termes de réflexion rationnelle est sans doute difficile à accepter. Premièrement, parce que l'anxiété n'est pas un sentiment agréable. Deuxièmement, parce que cela viole le principe profondément enraciné selon lequel la raison fonctionne mieux seule. Troisièmement, parce qu'il remet en cause la pratique scientifique qui estime que seule la raison permet d'aboutir à des résultats sérieux et fiables, en particulier, par opposition à ce qui est considéré comme de la manipulation "émotionnelle" (de la démagogie).<sup>33</sup> »

Pourtant, cette porosité entre émotion et cognition a été confirmée par de récentes recherches en

---

<sup>27</sup> Castel, 33

<sup>28</sup> Libération, Luc Semal «Le catastrophisme peut contribuer à esquisser une démocratie écologique», 8 mai 2019

<sup>29</sup> AOC Media. « Simplismes de l'écologie catastrophiste », Jean-Pierre Dupuy, 20.10.2019

<sup>30</sup> Luc Semal, Militer à l'ombre des catastrophes, op.Cit, p447.

<sup>31</sup> George E. Marcus, Le citoyen sentimental, Émotions et politique en démocratie, 2008 (2002), p.148.

<sup>32</sup> Luc Semal, Militer à l'ombre des catastrophes, op.Cit, p446.

<sup>33</sup> George E. Marcus, 2008 (2002), op. cit., p.153. Cité dans Luc Semal



neurosciences<sup>34</sup>, et en particulier celles d'Antonio R. Damasio, qui montrent que des lésions cérébrales atteignant les zones liées au ressenti des émotions empêchent le bon fonctionnement du processus de décision. Pour Damasio, « ce sont les dommages au niveau du cortex préfrontal ventromédian, réputé impacter l'émotivité des individus, qui affectent la capacité des individus à prendre des décisions <sup>35</sup>» « Les comportements irrationnels seraient donc induits par l'affaiblissement de la capacité à expérimenter des émotions <sup>36</sup>».

Ainsi, pour caricaturer, si on distingue dans le cerveau trois parties (la zone reptilienne – là où naissent les sensations, les besoins primaires -, la zone limbique – qui gère les émotions -, et celle propre au néocortex – où se déroule la pensée et prise de conscience), la « révolution Damasio » dans les neurosciences nous apprend que la pensée doit être conçue comme un effet secondaire du cerveau limbique.

Certains travaux, comme ceux de Bernard Rimé<sup>37</sup>, insistent même sur la complémentarité entre affectif et cognitif : les émotions, particulièrement les émotions négatives, augmenteraient l'activité cérébrale et intensifieraient le traitement de l'information.

Les émotions fonctionnent donc comme des signaux subjectifs impériaux qui contraignent celui qui les ressent à accorder une priorité absolue à l'évènement qui les déclenche<sup>38</sup>. A ce sujet, le neurochirurgien Andrew Roeser affirme que : « mieux qu'être une menace à la délibération rationnelle au sujet du changement climatique, les émotions sont une nécessaire source de réflexion et de représentation ». Et ajoute : « Pour que nos jugements moraux se transforment en motivation et capacité à agir, nous devons impliquer nos capacités émotionnelles <sup>39</sup>».

Une étude de psychologues américains, datant de 2018, donne d'ailleurs raison quant à l'efficacité des appels à la peur face au changement de comportements. Ils ne laissent que peu de doutes : « Notre méta-analyse a révélé que les appels à la peur ont permis d'influencer les attitudes, les intentions et les comportements dans presque toutes les conditions qui étaient analysées. (...). Ces résultats sont frappants compte tenu du large éventail de théories qui tentent de spécifier les conditions dans lesquelles les appels à la peur devraient être inefficaces ou contre-productifs<sup>40</sup> et étant donné les nombreux scientifiques qui font des déclarations audacieuses affirmant que les appels à la peur sont futiles ou inutiles, voire même dangereux<sup>41</sup>. Les appels à la peur fonctionnent de manière constante et, grâce à notre méta-analyse, nous avons pu identifier divers facteurs susceptibles d'améliorer leur efficacité pour les rendre encore plus performants. Nous pensons que ces résultats apportent des contributions importantes à la théorie, à la pratique et à la politique<sup>42</sup> ».

A la lecture de cette analyse, nous pouvons donc penser que les appels à la peur sont efficaces,

---

<sup>34</sup> A ce sujet, voir le chapitre «La porosité entre émotion et cognition confirmée par la recherche en neurosciences» du mémoire de Léna Silberzahn, « Les affects de l'Antropocène ». Concernant les auteurs en neurosciences voir : Robert H. Frank, *Passions within reason : the strategic role of the emotion* ; Ahmed Channouf et Georges Rouan, *Emotions et cognitions* ; Santiago Arango-Munoz et Kourken Michaelian, *Epistemic feeling, epistemic emotions. Review and introduction to the focus section*; Ronald de Sousa, *The rationality of emotion*.

<sup>35</sup> Léna Silberzahn, *Les affects de l'Antropocène*, p33, tiré de A.R Damasio, « L'erreur de Descartes ».

<sup>36</sup> Idem, p33.

<sup>37</sup> Bernard Rimé et Serge Moscovici, *Le partage social des émotions*, Paris, PUF, 2015, p318.

<sup>38</sup> Léna Silberzahn, *Op.Cit*, p34.

<sup>39</sup> Cité par Léna Silberzahn dans son mémoire « Les affects de l'Antropocène », p34. Sabine Roeser, « Risk communication, public engagement, and climate change : A role for emotions ». *Risk Analysis*, 32-6, 1 juin 2012, p.1033-1040.

<sup>40</sup> Par exemple, le modèle curviligne, l'hypothèse d'efficacité forte, le modèle par étapes.

<sup>41</sup> Par exemple, Drug Free Action Alliance, 2013; Kok et al., 2014; Ruiter et al., 2014.

<sup>42</sup> *Appealing to Fear, A Meta-Analysis of Fear Appeal Effectiveness and Theories*, Melanie B. Tannenbaum, Justin Hepler, Rick S. Zimmerman, Lindsey Saul, Samantha Jacobs, Kristina Wilson, [Dolores Albarracín](#)

même si, comme l'explique le psychologue Benoît Galand<sup>43</sup>, les attitudes et les intentions, qui sont les plus significativement influencées dans cette étude, ne débouchent pas toujours sur des changements de comportements. Les études psychologiques classiques démontrent<sup>44</sup> en effet que les intentions sont les plus faciles à modifier (mais comme le dit l'adage « avoir de bonnes intentions ne suffit pas »), puis les attitudes, et enfin, les comportements.

Changer nos routines, malgré nos intentions, est donc parfois compliqué, et ce, entre autres par manque d'infrastructures. Les facteurs les plus significatifs pour prédire un comportement sont davantage les conditions matérielles que les attitudes et les intentions. Ainsi, le facteur influençant le plus une personne dans sa consommation de fast-food reste la distance qui le sépare de celui-ci<sup>45</sup>. Il en va de même pour l'usage des transports en commun : les facteurs significatifs pour expliquer leur usage sont bien davantage la proximité de ces transports ou leurs horaires, que l'intention de les utiliser.

Il n'est resté pas moins que, par exemple, le vote est influencé par nos attitudes et non nos comportements. Ainsi, quoi qu'il n'ait pas connu ces études au moment de rédiger ses hypothèses, George Marcus avait raison de nous enjoindre à concevoir comme créateurs les discours aux effets de rupture ou de discontinuité. Ceux-ci réactivent en effet notre rationalité, et nous empêchent d'entretenir nos automatismes et routines habituelles : « ce que nous avons déjà appris se révèle soudain insuffisant, et il nous faut tirer de nouveaux enseignements de la situation nouvelle <sup>46</sup>».

Bruno Latour, avec son mélange de sérieux et de provocation bien connu, dira même « L'apocalypse est un thème positif, enthousiasmant, grâce auquel on peut se débarrasser des faux espoirs. C'est donc ce qui rend notre époque si intéressante, et même sensationnelle<sup>47</sup>».

### 2.3. Quand la peur n'y est pas...

Ainsi, il semblerait qu'il faille plutôt se demander : une réelle prise de conscience écologique peut-elle se faire sans la peur ?

Dans une posture assez écoféministe – puisque celles-ci font se rejoindre bien souvent les émotions et la politique <sup>48</sup>, George Marcus ironise par exemple sur le fait que « le Commissariat de l'énergie atomique (français) a confié à des sociologues la tâche d'analyser ce qui fait que les gens ont peur du nucléaire. Je crois urgent de réaliser une étude anthropologique sur ce qui fait que les nucléocrates n'en ont pas peur<sup>49</sup>». Clive Hamilton, philosophe, membre du Conseil australien sur le changement climatique, ne fait d'ailleurs que dire la même chose concernant la question climatique : « A mon avis, si vous n'avez pas

---

<sup>43</sup> Benoît Galand, interview du 24/10/2019.

<sup>44</sup> Prati, G., Albanesi, C., & Pietrantonio, L. (2017). The interplay among environmental attitudes, pro-environmental behavior, social identity, and pro-environmental institutional climate. A longitudinal study. *Environmental Education Research*, 23(2), 176-191.  
Sniehotta, F. F., Presseau, J., & Araújo-Soares, V. (2014). Time to retire the theory of planned behaviour. *Health Psychology Review*, 8(1), 1-7. doi:10.1080/17437199.2013.869710  
Webb, T. L., & Sheeran, P. (2006). Does Changing Behavioral Intentions Engender Behavior Change? A Meta-analysis of the Experimental Evidence. *Psychological Bulletin*, 132(2), 249-268.

<sup>45</sup> "L'anti-régime" de Michel Desmurget. Le lien avec les transports en commun est un raisonnement par analogie (tout comme on sait que plus on construit de routes, plus il y a de voitures).

<sup>46</sup> George E. Marcus, *Le citoyen sentimental, Émotions et politique en démocratie*, 2008 (2002), p.147. Cité dans Luc Semal

<sup>47</sup> <http://www.bruno-latour.fr/sites/default/files/downloads/19-BIRNBAUM-LEMONDE-1-6.pdf>

<sup>48</sup> Voir à ce sujet Emilie Hache, *Reclaim, Anthologie de textes écoféministes*, 2016.

<sup>49</sup> Jean-Pierre Dupuy, *Retour de Tchernobyl. Journal d'un homme en colère*, Seuil, p124-125.

peur de l'avenir du monde, cela veut dire que vous n'écoutez pas ce que disent les chercheurs spécialistes du changement climatique <sup>50</sup>». Si l'existence d'émotions est en effet un impératif à la délibération rationnelle, son absence ne devient-elle pas inquiétante ?

Pour Damasio, comme l'ont montré ses nombreuses études sur des individus ayant des conduites sociales altérées, si « personne n'a jamais douté que, dans certaines circonstances, l'émotion perturbe la faculté de raisonnement (...) l'affaiblissement de la capacité de réagir émotionnellement peut également être à la source de comportements irrationnels<sup>51</sup>.

Pour les écoféministes Américaines, ce constat est clair : les effets de « déréalisation »<sup>52</sup> de nos sociétés sont bien plus inquiétants que les émotions que devrait susciter la prise de conscience des crises écologiques. Ainsi, un texte rassembleur lors de la manifestation écoféministe devant le Pentagone, de novembre 1980, disait déjà : « Nous nous rassemblons au Pentagone, ce 17 novembre car nous avons peur pour nos vies. Peur pour la vie de cette planète, la terre, et pour la vie de nos enfants qui sont notre avenir humain (...) Nous sommes entre les mains d'hommes que le pouvoir et la richesse ont séparés non seulement de la réalité quotidienne mais aussi de l'imagination. Nous avons bien raison d'avoir peur<sup>53</sup> ».

Il s'agit donc, avec la peur, d'empêcher les effets de « mise-à-distance » de l'extrême réalité des destructions écologiques et son corollaire, la possibilité de continuer le « business-as-usual ». Le témoignage d'une militante contre les déchets toxiques nous invite, là aussi, à concevoir nos réactions émotionnelles comme des moments d'expressions nécessaires pour saisir la dangerosité de nos choix de société : « lorsque les choses ont commencé à bouger autour des déchets toxiques, j'y suis retournée et un homme s'est levé et a dit « Nous avons une pièce remplie de femmes au foyer hystériques aujourd'hui, alors, messieurs, il faut nous tenir prêts. » J'ai répondu « Vous avez parfaitement raison. Nous sommes hystériques et lorsqu'il est question de vie ou de mort, en particulier de la mienne, je deviens hystérique. Et j'ai ajouté : si les hommes ne deviennent pas hystériques, alors quelque chose ne tourne pas rond chez eux<sup>54</sup>».

Ce n'est d'ailleurs peut-être pas un hasard si le « biais d'optimisme », qui représente le fait de faire preuve d'un excès de confiance dans sa capacité à trouver des solutions, touche davantage les hommes que les femmes<sup>55</sup>.

Ainsi, que ce soient les écoféministes, les penseurs du risque nucléaire ou encore les observateurs des Transitions Towns, tous pensent que la peur peut être comprise et réhabilitée comme un signal politique fort.

## 2.4. La plus grande menace est l'oubli

Une autre raison qui nous amène à vouloir dépasser la controverse sur le terme et l'approche du

---

<sup>50</sup> Clive Hamilton sur France Culture, dans « Le catastrophisme peut-il être efficace ? » <https://www.franceculture.fr/emissions/science-publique/climat-le-catastrophisme-peut-il-etre-efficace> De manière analogique, les paroles de Rob Hopkins, relatée par Luc Semal dans Libération, développent le même point de vue : « il est normal d'avoir peur, et si vous n'avez pas peur, c'est peut-être que vous n'avez pas bien compris ».

<sup>51</sup> Antonio R. Damasio, L'erreur de Descartes, Odile Jacob, Paris, 2006, p83-84

<sup>52</sup> La déréalisation est une altération de la perception ou de l'expérience du monde extérieur qui apparaît étrange, irréel, et extérieur. Le mot est ici employé pour qualifier l'état d'hyper-rationalité dans lequel nous pouvons évoluer, état qui favorise des comportements « hors-sol ». Il s'agit d'une déconnexion entre l'intellect (le savoir) et les émotions (le croire). Au niveau sociétal, les théories économiques semblent aussi découplées de la réalité de terrain, comme le confirme la crise écologique.

<sup>53</sup> Emilie Hache, Reclaim, p14

<sup>54</sup> Emilie Hache, Reclaim, p222

<sup>55</sup> Voir à ce sujet: Tali Sharot, The Optimism Bias: A Tour of the Irrationally Positive Brain.

catastrophisme, est qu'il s'agit de comprendre comment cette peur peine à s'inscrire durablement chez les individus : du point de vue psychologique, il est probablement plus difficile de *vraiment* croire aux études scientifiques sur la sixième extinction de masse ou sur l'augmentation progressive des températures atmosphériques, que de ne pas y croire. Pire encore, il est assez commun de les nier ou de les oublier.

En effet, comme le dit Jacques Treiner, traducteur du livre de Clive Hamilton *Requiem pour l'espèce humaine*, « Les trajectoires de CO2 sont les pires de celles qu'on pouvait imaginer il y a 10 ans, c'est-à-dire que dans la fourchette des émissions, on est là dans la trajectoire qui est la pire possible – et [pourtant] ça continue (...). Cette situation-là n'est pas juste de la science, mais psychologiquement et psychanalytiquement parlant il faut s'interroger sur pourquoi on ne croit pas ce que l'on sait<sup>56</sup>».

C'est le psychologue écologiste George Marshall<sup>57</sup>, abondamment lu dans les réseaux britanniques de la transition, qui racontait qu'un soir d'octobre 2005, alors qu'il était à l'extérieur, il avait pris conscience qu'un temps si clément n'était pas normal pour un mois d'automne au Royaume-Uni<sup>58</sup>. Il « en tirait la conclusion pénible et dérangeante qu'il est possible de parler de réchauffement climatique, et même de se mobiliser pour lutter contre (ce qui était son cas), sans véritablement et profondément y croire<sup>59</sup> ».

La difficulté tient probablement au fait que, comme l'identifie Tim Morton, nos sociétés thermo-industrielles produisent des « hyperobjets », tels que les matériaux radioactifs par exemple, qui défient notre perception du temps et de l'espace, car ils produisent des effets dont la durée excède les échelles de plusieurs vies humaines (c'est cela même qui qualifie ces objets d'hyperobjets). Ils sont, dirait Gunther Anders, « supraliminaires », c'est-à-dire trop grands pour être conçus par l'homme<sup>60</sup>. Pour Evelyne Heyer, « on n'y croit pas parce qu'on a un problème avec la perception du temps (...) quelque part, un catastrophisme dans 100 ans c'est long ».

Pierre-Henri Castel de son côté dira que « si l'on sait abstraitement, par projection quantitative, vers quel abîme on court, c'est là un savoir auquel, si j'ose dire, on n'arrive pas à croire<sup>61</sup>». Pour lui, la science participe d'ailleurs à notre culture de la mise-à-distance : elle fait entièrement partie du problème<sup>62</sup>. Il s'explique : « On pourrait dire, ainsi, que les raisons les plus graves de nous inquiéter ne peuvent facilement apparaître à cause de la façon dont nos connaissances scientifiques sont construites. Par exemple, les chiffres les plus affolants, ceux qui scellent le plus manifestement notre devenir à l'horizon de quelques siècles, sont le produit de travaux entièrement déconnectés du style de savoirs qui servent ordinairement à réfléchir sur la vie sociale<sup>63</sup>». « Cet état de fait, épistémologique, j'insiste, compte beaucoup dans tout ce que nous savons, sans l'ombre d'un doute, mais sans pourtant réussir à y croire<sup>64</sup>».

L'impossibilité de ressentir suffisamment les désastres écologiques en cours fait évidemment partie du problème. Pour Sylvie Granon, chercheuse en neurosciences comportementales à l'Institut de neurosciences Paris-Saclay, il n'y a « aucun élément tangible, seulement des conjectures, pour dire que l'avenir est réellement compromis (...). Quand on a, comme moi, vécu un accident de voiture, les jours, les semaines ou les mois suivants, on est extrêmement prudent et en alerte, ce qui représente un coût

---

<sup>56</sup> France Culture, « Le catastrophisme peut-il être efficace ? ».

<sup>57</sup> Tiré de Marshall George, Carbon Detox : Your Step-by-step guide to getting real about climate change.

<sup>58</sup> Luc Semal, Face à l'effondrement, Op.Cit, p282.

<sup>59</sup> Idem.

<sup>60</sup> Réflexions tirées de *Les affects de l'Antropocène. Dialectiques de l'impuissance et travail de la peur écologique*, mémoire présenté à l'Institut d'études politique de Paris, p24, Léna Silberzahn.

<sup>61</sup> Pierre-Henri Castel, Le Mal qui vient, Paris, Broché, p 18.

<sup>62</sup> Comme le suggérait aussi Thierry Amougou dans sa récente conférence du 14 mai 2019, le problème climatique a une race, une nationalité et une rationalité: la rationalité scientifique. La rationalité scientifique fait partie des causes des problèmes climatiques, en ce qu'elle participe à cette culture de la mise-à-distance.

<sup>63</sup> Pierre-Henri Castel, op.cit, p16

<sup>64</sup> Pierre-Henri Castel, op.cit, p 15-16.

énergétique important pour le cerveau. Puis, cet état d'hypervigilance s'atténue. Mais pour ceux qui n'ont jamais connu d'accident, cette possibilité a quelque chose d'irréel. Si je leur raconte mon accident, ils vont me comprendre cognitivement, mais les structures émotionnelles de leur cerveau ne s'allumeront pas. Pour le climat, c'est pareil. On sait que des gens ont les pieds dans l'eau à cause de catastrophes climatiques, mais cela semble irréel car on ne ressent pas ce qu'ils ressentent<sup>65</sup> ».

Risen et Critcher<sup>66</sup> ont d'ailleurs constaté que les personnes placées dans des environnements chauds (p. ex., une pièce chauffée) ont des niveaux de croyance plus élevés dans le réchauffement de la planète, cette expérience laissant donc entendre que les croyances au sujet du changement climatique mondial sont au moins quelque peu dépendantes de la situation, et donc évolutifs. Ainsi, comme on a pu le voir lors des périodes de canicule française en 2018-2019, les expériences directes avec les phénomènes climatiques « extrêmes » façonnent fortement les croyances concernant l'existence du changement climatique.

Cependant, même si l'on peut percevoir certains changements climatiques ou l'érosion de la biodiversité, il n'est pas sûr que cela nous permette d'en mesurer la gravité. C'est l'hypothèse de l'« amnésie environnementale générationnelle » proposée par le psychologue étasunien de l'environnement Peter Kahn, qui invite à penser qu'il est de plus en plus difficile de sentir ou de voir les pertes écologiques, vu que nous mesurons assez peu l'état normal des choses. « Comme la biodiversité s'appauvrit et que nos modes de vie nous en écartent, génération après génération, ces cadres de référence sur ce qu'est un état normal de la nature correspondent à des écosystèmes de plus en plus dégradés<sup>67</sup> » nous l'explique de la même manière Anne-Caroline Prévot, chercheuse au Muséum national d'histoire naturelle.

Au vu de ces arguments, ne s'avère-t-il pas plus complexe de croire que de mettre-à-distance ?

Il semblerait en effet, comme nous y invite Jean-Marc Gancille dans son livre « Ne pas se mentir », que le problème essentiel face aux annonces catastrophistes soit plutôt l'oubli. Ainsi, pour lui « le cri d'alerte fondateur de la biologiste américaine Rachel Carson, et des décennies de révélations accablantes et d'indignations justifiées sont tombées dans l'oubli collectif et l'apathie générale<sup>68</sup> ». Il ajoute ensuite cyniquement que si les « catastrophes naturelles se succèdent à grande vitesse sans changer la bande-son de désastre : j'y pense et puis j'oublie ».

C'est qu'il n'est pas si évident de prendre conscience de l'état écologique du monde. Même les décroissants et des transitionneurs observés par Luc Semal, tous acquis à l'idée du pic pétrolier, éprouvent de la « difficulté à pérenniser un engagement fondé sur l'anticipation de catastrophes supraliminales<sup>69</sup> auxquelles il est difficile de croire *vraiment*, en dépit de toutes les démonstrations logiques <sup>70</sup> ».

Il s'agirait donc de nous inquiéter davantage de l'effet de l'espoir ou d'une « déréalité » qui maintient le système dans un statu quo, que de celui de la peur. Et probablement nous réjouir du fait que les chocs cognitifs de type « effondrement » ne soient pas si vite oubliés.

C'est en tout cas ce que nous amène aussi à penser les psychologues étasuniens dans leur étude « Appealing to fear: A Meta-Analysis of Fear Appeal Effectiveness and Theories », mais aussi, avant eux, Hans Jonas dans son « Principe Responsabilité » envers l'espérance<sup>71</sup> utopiste et hors-sol. Pour Hans Jonas, il vaut mieux prôner un pessimisme de la raison et un optimisme de la volonté, afin d'être à la hauteur des

---

<sup>65</sup> <https://reporterre.net/Pourquoi-le-drame-ecologique-mobilise-t-il-si-peu>

<sup>66</sup> Risen, J. L., & Critcher, C. R. (2011). Visceral fit: While in a visceral state, associated states of the world seem more likely. *Journal of Personality and Social Psychology*, 100(5), 777-793, <http://dx.doi.org/10.1037/a0022460>

<sup>67</sup> <https://reporterre.net/Pourquoi-le-drame-ecologique-mobilise-t-il-si-peu>

<sup>68</sup> Ne plus se mentir, Op.Cit., p 12

<sup>69</sup> Gunther Anders appelle « supraliminales » les événements et les actions qui sont trop grands pour être conçus par l'homme.

<sup>70</sup> Luc Semal, Face à l'effondrement, Op.Cit., p286.

<sup>71</sup> Hans Jonas écrira son Principe Responsabilité contre le Principe Espérance de Ernst Bloch, qui défendait la nécessité du redéploiement d'utopies.

risques et des enjeux. Dupuy et Anders partageront d'ailleurs ce point de vue. Pour Anders, en matière d'affaires « d'un certain ordre de gravité », « on doit davantage prêter l'oreille à la prophétie de malheur qu'à la prophétie de bonheur <sup>72</sup> ».

Comme nous l'avons rapidement esquissé, le discours collapsologique (nous ciblons donc en particulier celui-ci) semble donc compenser le « TINA » et l'impensé du délai ou de notre finitude au niveau politique, par une prophétie qui nous oblige à envisager « le temps de la fin ». Par un effet de rééquilibrage assez brut, ils nous invitent à « revenir à la réalité » (ou en tout cas à une certaine forme de réalité puisque celle-ci est toujours socialement construite et située). Et ce, comme Bruno Latour nous propose de l'observer, dans une civilisation qui se dit hyperrationnelle-réaliste-matérialiste-pragmatique, et qui échoue à voir l'objet matériel le plus énorme de l'histoire de l'humanité : la destruction de l'environnement.

## 2.5. Mais alors...dans quel cas arrive-t-on à « y croire » ?

S'il est difficile de « vraiment » y croire, dans quel cas arrivons-nous au minimum à percevoir les risques comme réellement probables ? Les théories catastrophistes nous aident-elles réellement à concevoir ces risques ? Ne créeraient-elles pas plutôt du déni, tant elles annihilent l'espoir d'un monde souhaitable ? C'est en tout cas ce qu'a récemment fait remarquer Dupuy<sup>73</sup>. Alors, dans quel cas arrive-t-on à y croire ? Avant d'aborder le cas des conditions d'une croyance en la catastrophe, nous allons nous questionner sur celles (liminaires) d'une croyance dans le changement climatique. De nombreuses études psychologiques existent en la matière.

### Croire dans le changement climatique

D'après une étude datant de 2012 sur la psychologie du changement climatique<sup>74</sup>, « les croyances sur le changement climatique mondial sont façonnées à la fois par (1) nos expériences directes des phénomènes liés au climat (p. ex., les conditions météorologiques quotidiennes, les événements climatiques extrêmes) ainsi que, et peut-être plus puissamment (2) nos expériences indirectes de la question (p. ex., par l'interaction sociale et la couverture médiatique<sup>75</sup>) ».

Cette recherche et d'autres suggèrent que le changement climatique mondial est un problème socialement construit à bien des égards (Hulme, 2009), comme le démontre la façon dont divers groupes et leaders d'opinion utilisent la rhétorique pour accentuer ou discréditer divers aspects de la question (Hoffman, 2011). Certains travaux expérimentaux donnent également à penser que les représentations médiatiques de certains aspects de la question (p. ex., l'incertitude) peuvent avoir une

---

<sup>72</sup> G. Anders, « Les morts. Discours sur les trois guerres mondiales » dans *Revue Esprit*, mai 2003, p156.

<sup>73</sup> AOC Media. « Simplismes de l'écologie catastrophiste », Jean-Pierre Dupuy, 20.10.2019

<sup>74</sup> Janet K. Swim, Ezra M. Markowitz, and Brittany Bloodhart, *Psychology and Climate Change: Beliefs, Impacts, and Human*, dans *The Oxford Handbook of Environmental and Conservation Psychology*

<sup>75</sup> Par exemple les croyances au sujet du changement climatique mondial sont fortement influencées par les interactions avec des proches (p. ex., famille et amis) et l'exposition à la couverture médiatique du changement climatique mondial (Boykoff et Boykoff, 2004; Iyengar et Hahn, 2009).

incidence importante sur les croyances des personnes au sujet des changements climatiques mondiaux (p. ex., Corbett et Durfee, 2004)<sup>76</sup>.

Ce que nous détaille cette même étude, c'est que comme le professeur américain Kempton<sup>77</sup> et d'autres recherches plus récentes l'ont démontré, « les expériences météorologiques locales (et surtout les événements extrêmes) peuvent avoir un effet important sur les croyances en matière de changements climatiques (Egan et Mullin, sous presse), bien que Jenkins-Smith et al. (2009) suggèrent que cette relation peut être bidirectionnelle (c.-à-d., les croyances sur les changements climatiques façonnent les perceptions des conditions météorologiques locales) ».

Ainsi, comme nous l'avons esquissé plus haut, plus nous serons capables d'observer les nuances climatiques et en matière de biodiversité, plus nous serons à même de « sentir » les changements écologiques. De nombreux travaux de psychologie de la conservation indiquent à quel point les expériences libres et sans contrainte de contact avec la nature vécues dans l'enfance, mais aussi au cours de la vie adulte, importent dans la construction de l'identité environnementale de chacun en permettant de voir et de sentir « ce qui change ».

### Arriver à croire l'immensité des destructions en cours

Cependant, au-delà de ce qui peut façonner ces observations, il faut envisager aussi l'effet de celle-ci. Car croire dans le changement climatique ou dans la catastrophe écologique n'est pas sans conséquence pour la conscience.

Croire en celles-ci semble en effet périlleux parce qu'il s'agit de se situer sur la crête entre « ne pas croire » et « croire que c'est trop tard »<sup>78</sup>. Comme le dit Castel, la rhétorique n'est pas simple entre tenter « d'une main, de faire valoir que la fin des temps est nécessaire, mais que, de l'autre, elle n'est justement pas certaine <sup>79</sup> ». Traduction : nécessaire pour permettre le sursaut écologique, pas certaine pour rendre désirable une participation au changement. « Nos actions présentes ont, dans une certaine mesure, besoin de faire l'assomption sérieuse du « pire » à venir (penser la fin des temps n'est donc pas tout à fait une fiction au sens d'une fantaisie gratuite), sinon, nous n'entreprendrions rien non plus de sérieux, rien qui soit à la hauteur de l'enjeu <sup>80</sup> ».

Castel, qui se moque un peu de Dupuy, analyse cependant bien le mouvement d'engagement et de dégageant dont Dupuy parle et qui caractérise l'engagement écologique : « On devrait pouvoir conjuguer une croyance pratique sérieuse dans une apocalypse inéluctable avec la marge d'incertitude requise pour qu'il y ait une place pour de véritables actions<sup>81</sup> ». Et qui nécessite sans arrêt que le militant à l'ombre des catastrophes supporte en lui ce dilemme permanent - sur quel fil suis-je : « celui de l'action suffisante ?

---

<sup>76</sup> Pour tout ce paragraphe voir : Janet K. Swim, Ezra M. Markowitz, and Brittany Bloodhart, *Psychology and Climate Change: Beliefs, Impacts, and Human*, dans *The Oxford Handbook of Environmental and Conservation Psychology*

<sup>77</sup> Kempton, W. (1991). Public understanding of global warming. *Society & Natural Resources*, 4, 331-345.

<sup>78</sup> La largeur de la crête étant à la fois contextuelle (selon que l'on soit d'Afrique, d'Inde, ou du Canada), politique (selon qu'il existe des modèles, agencements, expérimentations politiques possibles et souhaitables), indéfinie (notre adaptation à des nouvelles conditions d'existences étant relatives), philosophique (quel est notre conception du bien commun minimum à maintenir pour continuer à désirer vivre dans ce monde - par rapport à quoi « est-ce trop tard » ?), mais aussi psychosociologique (qu'est-ce que je suis capable de perdre pour obtenir ce bien commun ?).

<sup>79</sup> Pierre-Henri Castel, *Le Mal qui vient*, Paris, Broché, p32.

<sup>80</sup> Idem.

<sup>81</sup> Pierre-Henri Castel, *Op.Cit.*, p33.

Celui de la fin nécessaire ?<sup>82</sup> ».

Permettons-nous ici un focus sur la collapsologie. On voit en effet bien que c'est là-dessus que s'empoignent les collapsologues et les anti-collapsologues. Jusqu'à quel point annoncent-ils la fin comme nécessaire, jusqu'à quel point comme certaine<sup>83</sup> ? Car si l'effondrement est certain, il pourrait avoir comme effet d'activer des mécanismes de défense ! Ces propos ne créent-ils pas du déni, tant ils annihilent l'espoir d'un monde souhaitable ? On voit d'ailleurs bien que les collapsologues ont travaillé à faire du monde post-effondrement un monde souhaitable (voir « Une autre fin du monde est possible<sup>84</sup> »), afin (probablement) de réduire les effets de souffrance et de déni.

Notre opinion est cependant la suivante : il faut dépasser le catastrophisme éclairé de Dupuy (qui portait sur le nucléaire, que les gouvernants pouvaient, ou non, choisir d'utiliser). Il ne s'agit plus de faire croire qu'une certaine catastrophe n'arrivera pas<sup>85</sup>, il s'agit de faire comprendre que toutes les actions qui atténueront les effets sont bonnes à prendre : de la création d'une société plus solidaire (capable de répartir au mieux les effets de ces changements), à une modification profonde du système économique, en passant par la réduction de notre propre consommation ou la restauration d'espace écologique. D'ailleurs, du point de vue de la psychologie, il semble moins nécessaire de savoir que quelque chose n'arrivera pas, qu'« il y a encore quelque chose à faire ou à sauver ». Ainsi, la crainte éminemment rationnelle que les efforts pour éviter une catastrophe climatique soient vains, est dépassée par le réel : tous les efforts, quels qu'ils soient, seront utiles pour amortir les chocs.

Nous sommes arrivés à un point de destructions écologiques et de réchauffement climatique tel qu'il s'agit d'une situation de non-retour. Non, il n'est plus possible de faire croire qu'une prise de conscience annulerait le risque, ou qu'une marche-arrière serait possible. Au minimum, nous savons que quoi que nous fassions, nous allons vers une trajectoire de +2°, puisque l'atmosphère se réchauffe avec 50 ans de retard.

Pour de nombreux jeunes, rien n'est à perdre que ce qu'ils ont déjà perdu : tout est encore à gagner. Contrairement à la génération du baby-boom - qui a connu les Trente Glorieuses et a participé à notre actuelle « gueule de bois » écologique -, il y a de fortes chances que pour qu'une bonne partie de la jeunesse, toute action se suffise à elle-même. Ainsi, la paralysie ne serait-elle pas davantage l'apanage de la génération des « Boomers » que certains jeunes n'hésitent pas à railler aujourd'hui par l'expression « Ok Boomer<sup>86</sup> » ?

En fait, dans ce débat qui mêle catastrophe et impuissance, tout dépend à quoi se réfère « la fin ». Est-ce la fin de la croissance économique ?, de la croissance démographique ?, de conditions atmosphériques stables ?, d'une partie de l'humanité ?, de toute humanité ? Quel deuil occupe les individus au moment de leur prise de conscience écologique : est-ce le désespoir de voir le projet des Lumières s'effondrer ? Est-ce une peur concrète, ancrée dans des destructions en cours de leur territoire ? Ou une peur plus générale pour l'humanité ? Ou tout cela à la fois ? Et donc que reste-t-il à sauver ?

Pour dépasser l'impuissance, il semble en tout cas nécessaire d'identifier « ce qu'il reste » ou « ce qu'il restera » comme quelque chose de suffisant pour agir. Ainsi, pour de nombreux esprits pragmatiques, tant que la terre n'accueille pas encore l'atmosphère de Vénus, tant qu'il reste une espèce humaine, même très diminuée quantitativement, il reste quelque chose à sauver – il reste donc une responsabilité, une

---

<sup>82</sup> Pierre-Henri Castel, Op.Cit, p36.

<sup>83</sup> Pablo Servigne aurait d'ailleurs annoncé, dans Yggdrasil n°2, que l'effondrement était maintenant, pour lui, certain.

<sup>84</sup> Une autre fin du monde est possible, Vivre l'effondrement (et pas seulement y survivre), Pablo Servigne, Raphaël Stevens, Gauthier Chapelle, Seuil, 2018

<sup>85</sup> Nous n'avons pas ici en tête une catastrophe qui ressemblerait à un effondrement soudain de la civilisation thermo-industrielle, mais en tout cas d'un affaissement historique de nos structures d'organisation, induit par le réchauffement climatique, les migrations en masse, une agriculture et un approvisionnement en eau mis sous pression qui, rien qu'à eux seuls, produiront un monde nouveau. A ça bien d'autres éléments peuvent être ajoutés.

<sup>86</sup> [https://fr.wikipedia.org/wiki/OK\\_Boomer](https://fr.wikipedia.org/wiki/OK_Boomer)



« crête », et donc un espace politique<sup>87</sup>.

## 2.6. Une action nourrie par l'effroi ?

Notre question de départ était celle-ci : y a-t-il forcément paralysie au contact des théories catastrophistes ? La récente étude américaine sur les appels à la peur semble évacuer cette piste (ne serait-ce qu'en annonçant que les intentions peuvent être modifiées). L'étude anthropologique de Luc Semal montre qu'à leur contact, une des réactions peut même être la repolitisation de nos environnements économiques et écologiques. Ajoutons qu'il s'agirait d'analyser l'ensemble des réactions de la population sur le temps long pour pouvoir en déduire des résultats réellement significatifs, ce que l'Observatoire des Vécus du Collapse (ObVeCo) a d'ailleurs commencé à faire.

Dans la très complète analyse de Barricade consacrée aux théories de l'effondrement, on peut lire ce témoignage d'une certaine Amandine : « Après ça [la lecture du livre *Comment tout peut s'effondrer*], j'ai vécu deux mois d'angoisse et d'insomnies. Je sanglotais dans la file du supermarché <sup>88</sup> ».

Mais que fait Amandine aujourd'hui ? Est-elle descendue dans la rue pour les manifestations climats ? A-t-elle décidé d'organiser sa propre résilience ?

On ne le sait pas.

Comme nous le disions donc en introduction, pour correctement adresser la question de la dépolitisation des théories de l'effondrement, il s'agirait d'étudier les trajectoires d'engagements des personnes en contact avec elles. Autrement dit : de dépasser le moment où ces personnes sont foudroyées par ce qu'ils perçoivent comme une évidence pour comprendre « si et comment » elles se mettent en mouvement. A ce sujet, un « Observatoire des vécus du collapse »<sup>89</sup> (Obvéco) s'est lancé récemment, mais n'a pas encore produit de résultats.

Nous invitons donc tout à chacun à concevoir ce discours dans l'espace. Les réactions individuelles vont en effet souvent dépasser la simple lecture de livres sur l'effondrement pour chercher des solutions pratiques afin de sortir de l'impasse et du sentiment d'impuissance. Dans cette optique, le discours catastrophiste n'est qu'un discours parmi d'autres, dans un flux ambiant d'autres sources d'informations. Le message étant toujours perçu en fonction de son contexte, et mis en relation avec d'autres éléments, il est difficile de conclure à la réception négative de ces discours.

Nous invitons aussi le lecteur à concevoir ce discours dans le temps. Après un potentiel « deuil », l'individu ne va-t-il pas forcément se mettre en route pour assurer sa propre résilience, celle d'un groupe, ou essayer de participer, comme il peut, à un monde politique ? Pour Clive Hamilton, en tout cas, « nous devons nous donner le droit d'être désespéré car ce n'est qu'en confrontant la vérité, en acceptant les faits tels qu'ils sont présentés que nous pouvons envisager l'étape suivante : l'action »<sup>90</sup>. Quoiqu'il n'a jamais été démontré psychologiquement qu'il faille forcément passer par une phase de deuil ou de désespoir pour prendre réellement conscience des désastres écologiques, il est certain que cela peut arriver, et provoquer des changements de trajectoires. Rob Hopkins raconte par exemple qu'après avoir assisté à une conférence de Colin Campbell (géologue fondateur de l'ASPO) et à une projection du documentaire *The End of Suburbia*, le choc fut tel qu'il décida de recentrer ses activités professionnelles et militantes autour de ce problème<sup>91</sup>. Il existe donc, de fait, des effets d'engagements aux discours catastrophistes. A ce sujet, Léna

---

<sup>87</sup> Clive Hamilton va encore plus loin en nous invitant à penser qu'il nous restera, au minimum, toujours notre éthique. Il dit : « même si je savais que la terre disparaîtrait demain, je planterai cet arbre quand même » (France Culture, « Climat : Le catastrophisme peut-il être efficace ? »). Pour lui, il n'est donc jamais trop tard pour vivre éthiquement dans le présent.

<sup>88</sup> Jeremie Cravatte, *L'effondrement, parlons-en*, Barricade, étude 2019, p18.

<sup>89</sup> <https://obveco.com/>

<sup>90</sup> France Culture, « Climat : Le catastrophisme peut-il être efficace ? ».

<sup>91</sup> Luc Semal, Op.Cit., p247.

Silberzahn affirmera : « Force est de constater que la plupart des personnes qui se définissent comme écologistes font tout de même remonter le « point de bascule » de leur engagement à un moment émotionnellement difficile, lié à des états d'angoisse, d'anxiété de colère, de tristesse <sup>92</sup>».

Les psychologues étasuniens ayant testé l'efficacité des appels à la peur nous apprennent en tout cas qu'ils ont « trouvé que les appels de peur étaient plus efficaces lorsque le message décrivait des quantités relativement élevées de peur (...) et soulignait la susceptibilité et la gravité liées aux préoccupations traitées <sup>93</sup>».

On peut donc probablement parler de « choc moral » pour qualifier un des effets possibles des théories de l'effondrement. Or, un choc moral, pour James Jasper, « désigne un type d'expérience sociale qui s'inscrit en amont de l'engagement pour une cause <sup>94</sup>». « Par définition, ces chocs ne peuvent être que des moments paroxystiques d'expérience de la peur catastrophiste qui soulèvent en creux la question des intervalles entre les chocs : comment s'effectue la mise en ordre des croyances et des pratiques dans le vécu quotidien ? ». <sup>95</sup>

## 2.7. Et des croyances alimentées par l'action ?

La croyance n'est pas qu'une affaire d'information. Comme nous enjoint à le penser le psychologue Benoît Galand<sup>96</sup>, les logiques de croyance et d'engagement dans la lutte climatique sont bien plus complexes que la simple « prise d'information ». Celui-ci critique en effet l'approche rationnelle qui imaginerait qu'une bonne information sur la situation serait suffisante pour changer les comportements. Or, des logiques d'autojustification dans des situations de dissonance cognitive, ou encore de confirmation de croyances initiales par des observations biaisées sont extrêmement courantes. Il est plus simple de travailler sur les freins matériels au changement (développer le réseau de transport public, construire des piétonniers, agrandir les pistes cyclables, etc.), ou d'utiliser des valeurs communément admises pour motiver au changement, que de débattre idéologiquement.

Comme Benoît Galand l'ajoute, le meilleur prédicteur des comportements futurs réside dans les comportements passés. Ainsi, travailler sur les habitudes et faire graduellement changer les comportements est plus efficace que d'attendre un changement de comportement d'une simple information<sup>97</sup>. La théorie du ruissellement qui dit qu'un comportement peut en influencer un autre (apprendre à trier les poubelles pour plus tard, arrêter de prendre l'avion) n'est pas encore validée scientifiquement mais est une hypothèse intéressante pour comprendre les motivations aux changements. Il a en tout cas été étudié que la participation à des comportements dits « d'atténuation » (des problèmes écologiques) peut créer un sentiment d'estime de soi ou une identité positive<sup>98</sup>. Cette « identité de rôle » peut à son tour entraîner une

---

<sup>92</sup> Léna Silberzahn, Op.Cit, p8

<sup>93</sup> Idem, p20.

<sup>94</sup> Traini, 2010, p343. Cité par Luc Semal. Ce choc moral se caractérise par quatre traits complémentaires : elle résulte d'un événement inattendu (...), elle implique une réaction très vive (...), elle conduit celui qui y est confronté à jauger et juger la manière dont le monde l'ordre présent du monde semble s'écarter des valeurs auxquels il adhère (...) enfin cette expérience (...) commande un engagement dans l'action ».

<sup>95</sup> Luc Semal, Ibidem, p277.

<sup>96</sup> GRICE - Benoît Galand : Quelle(s) éducation(s) pour un monde en crises ? <https://www.youtube.com/watch?v=3mgaEHji7UA>

<sup>97</sup> GRICE - Benoît Galand : Quelle(s) éducation(s) pour un monde en crises

<sup>98</sup> Brook, 2011.

augmentation des comportements pro-environnementaux ou humanitaires subséquents<sup>99</sup>. Ainsi, il n'est pas sûr que la thèse qui dit que les « colibris » sont définitivement apolitiques et peu efficaces<sup>100</sup> (au vu des simples écogestes ou actions locales) soit valide, sur le temps long. Il n'est pas impossible que les petits gestes soient l'occasion de trouver plus de motivation pour poursuivre son cheminement, avec une montée en conscience. De la même manière, il n'est pas dit qu'un temps d'arrêt ou de « deuil » face aux théories catastrophistes ne débouche pas sur d'autres comportements par la suite. Comme nous l'avons mentionné en amont, il s'agit bien d'étudier tous ces phénomènes sur le temps long.

### 3. Quand le catastrophisme et la peur sont-ils inefficaces ?

#### 3.1. L'ambivalence des effets de la peur

Il faut cependant admettre que si la peur est une condition de la raison démocratique « dans certaines circonstances, la raison ayant été mise de côté, les émotions peuvent aussi nous desservir, comme lorsque les situations conflictuelles deviennent destructrices<sup>101</sup> ». Luc Semal le reconnaît lui aussi : « La peur apparaît comme une émotion fondamentalement ambivalente : sa présence dans les arènes démocratiques ne peut être niée, mais ses effets sont incertains. Elle peut être instrumentalisée pour des manipulations démagogiques contraires à la raison, mais elle peut aussi être mobilisée comme instrument de vigilance, voire de délibération au service des sociétés démocratiques <sup>102</sup>». L'histoire regorge évidemment d'exemple où la peur a pu être instrumentalisée : il suffit de songer à l'usage de la peur par l'extrême droite ou au documentaire de Naomi Klein « The shock doctrine » pour s'en persuader.

Ainsi, pour Léna Silberzahn, au départ de ses recherches sur les affects produits par l'anthropocène, il semblerait qu'il y ait deux types de peurs : « d'une part une peur irrationnelle, pathologique et inhibante, et de l'autre, une peur curative, préventive, qui exigerait de nous une attitude responsable<sup>103</sup>.

Cette autrice nous apprend en effet qu'« en tant qu'émotion, la peur incite les individus qui la ressentent à vouloir réduire la tension qu'elle suscite. Dans l'idéal – c'est le cas de figure imaginé par Jonas et Anders – elle représente un signal d'alerte qui doit nous inciter à contrôler le danger pour mettre fin à l'état émotionnel inconfortable qu'il cause. Cependant, lorsque contrôler le danger s'avère être trop complexe (ou impossible), l'individu va plutôt s'engager dans un processus de contrôle de l'émotion elle-

---

<sup>99</sup> Piliavin et Callero, 1991.

<sup>100</sup> Comme l'explique très bien une bloggeuse sur Slate : « Ce qui est vrai, c'est que ce genre d'actes sont motivés par une angoisse et représentent une sorte de dérivatif pour canaliser son sentiment d'impuissance. Ce qui me paraît faux, c'est de penser que les gens achètent des céréales en vrac et rentrent tranquillement chez eux en se désintéressant de l'enjeu global. Avoir un lombricomposteur ne suffit pas à me rassurer sur l'avenir de la planète. C'est le contraire qui se produit. On commence à se renseigner et à lire de plus en plus sur le sujet. Or comme toujours dans ce genre de cas, on est d'abord au niveau débutant, on lit des petits articles succincts, puis on passe à des textes plus costauds. On croit qu'on va juste calmer nos angoisses mais on met le doigt dans un engrenage ». [www.slate.fr/story/169083/ecologie-achat-lombricomposteur-geste-individuel-conscience-politique-planete-changement?fbclid=IwAR09AptAzoMBA2v5XG7lRghf2W0wNphdTzrgO3cENIijFIBsq51mjiUaO\\_A](http://www.slate.fr/story/169083/ecologie-achat-lombricomposteur-geste-individuel-conscience-politique-planete-changement?fbclid=IwAR09AptAzoMBA2v5XG7lRghf2W0wNphdTzrgO3cENIijFIBsq51mjiUaO_A)

<sup>101</sup> George E. Marcus, 2008 (2002), op. cit., p.165. Cité dans Luc Semal

<sup>102</sup> Luc Semal. Militer à l'ombre des catastrophes : contribution à une théorie politique environnementale au prisme des mobilisations de la décroissance et de la transition. Science politique. Université du Droit et de la Santé - Lille II, 2012. Français, p447.

<sup>103</sup> Léna Silberzahn, Op.Cit, p9

même <sup>104</sup>».

## Vulnérabilités et déni

De manière générale, il semble assez évident que la présentation d'un avenir sombre peut activer des mécanismes de défense<sup>105</sup> et/ou renforcer des vulnérabilités.

Ainsi, dans une réunion de militants climatiques, une femme relatait avoir été heurtée par le suicide du fils d'une de ses connaissances, rendu fragile par le pessimisme ambiant, entre autres écologique. Elle nous alertait sur la relative vulnérabilité psychologique d'une partie de la population, et du besoin de bien penser la diffusion des propos des collapsologues.

En réalité, un individu n'enclenchera une action par rapport à un danger que s'il a la conviction que son action contribuera à contrôler celui-ci ou s'il se sent capable de réaliser cette action. En ce sens, la réceptivité au discours climatique dépend de l'intensité du sentiment « d'efficacité personnelle perçue »<sup>106</sup>. Certaines personnes «sont [donc] profondément touchées par des sentiments de perte, d'impuissance et de frustration en raison de leur incapacité à avoir le sentiment de faire la différence pour enrayer le changement climatique<sup>107</sup>», écrit l'American Psychological Association (APA), éminente organisation de professionnels américains de la santé mentale. En effet, les individus ne seront susceptibles de développer une forte intention d'agir et de se comporter d'une certaine façon que s'ils croient avoir les ressources nécessaires ou les opportunités pour y arriver. Or l'estime de soi et de ses propres ressources, ainsi que les opportunités, comme on le sait, sont inégalement réparties<sup>108</sup>.

Pour reprendre l'exemple de Jacques Crahay, président de l'Union Wallonne des entreprises, on peut en effet imaginer qu'il est plus simple pour lui d'avoir le sentiment de pouvoir exercer une action sur les désastres écologiques que dans le cas d'un élève du secondaire ou d'une personne employée à des tâches répétitives.

Des études psychologiques montrent d'ailleurs que le sentiment d'efficacité est légèrement corrélé au niveau socio-économique et au sentiment d'emprise sur sa propre vie. Comme il l'est, aussi, au sentiment d'appartenance à un collectif.

Ainsi, une personne qui aura l'impression de subir de nombreux phénomènes dans sa vie (pauvreté, isolement, obligation contractuelle dans le cadre d'une allocation de chômage) aura un faible sentiment d'efficacité. En revanche, si cette même personne n'est pas isolée, fait partie d'une association, ou d'une communauté solidaire, son sentiment d'efficacité se verra augmenté, surtout si cette communauté dispose d'une certaine légitimité sociale<sup>109</sup>.

Le sentiment d'impuissance touche donc forcément plus certaines parties de la population que

---

<sup>104</sup> Léna Silberzahn, Les affects de l'Anthropocène. Dialectiques de l'impuissance et travail de la peur écologique, mémoire présenté à l'Institut d'études politique de Paris, p44.

<sup>105</sup> Par exemple, comme le psychologue étasunien Leon Festinger l'a fait remarquer dès 1957, nous supportons mal la dissonance cognitive. Ainsi « Pour ne pas se mettre psychologiquement en danger, l'individu a besoin de maintenir une certaine cohérence entre ses croyances, ses attentes et ses actes. Quand la dissonance est trop grande, cela provoque une réaction de négation, de rejet, d'évitement ou d'oubli. » <https://reporterre.net/Pourquoi-le-drame-ecologique-mobilise-t-il-si-peu>

<sup>106</sup> A ce sujet, voir les écrits d'Albert Bandura « Tant que vous ne croyez pas que votre action peut provoquer un changement, il y a de grandes chances pour que vous n'essayiez pas » dans Albert Bandura, « Il privilégie le côté positif – Entretien avec Albert Bandura », Savoires, Hors-série-5, 2004, p159-160.

<sup>107</sup> We need to talk about “ecoanxiety”: Climate change is causing PTSD, anxiety, and depression on a mass scale, By Zoë Schlinger, April 3, 2017 sur <https://qz.com>

<sup>108</sup> Qui plus est, «Les impacts du changement climatique ne sont pas répartis de manière égale», et les peuples autochtones sont plus rapidement touchés par les impacts des dégradations environnementales.

<sup>109</sup> Voir Benoit Galand mais également Cojuharenco, I., Cornelissen, G., & Karelaiia, N. (2016). *Yes, I can: Feeling connected to others increases perceived effectiveness and socially responsible behavior*. Journal of Environmental Psychology, 48, 75-86.

Uitto, A., Boeve-de Pauw, J., & Saloranta, S. (2015). Participatory school experiences as facilitators for adolescents' ecological behavior. Journal of Environmental Psychology, 43, 55-65.

d'autres. On comprend donc en quoi la précarité et la vulnérabilité sociale ont un impact sur la réception des discours catastrophistes.

Le déni est donc parfois une position de repli, mais aussi l'expression de réelles vulnérabilités psycho-sociales, qu'il est impératif de prendre en compte. Le déni étant d'ailleurs peut-être moins un mécanisme « on-off » à l'image d'un interrupteur, que le cheminement au bas d'une échelle de « conscience-croyance » des destructions écologiques ou, des effondrements potentiels à venir.

## Plongée dans l'objet de la peur

La peur, en particulier chez les personnes précarisées ou marginalisées, peut donc se muer en éco-anxiété, en angoisse, dépression ou suicide<sup>110</sup>. En effet pour l'*American Psychological Association*, «les changements climatiques à long terme et graduels peuvent également faire émerger différentes émotions, notamment la peur, la colère, un sentiment d'impuissance ou d'épuisement.<sup>111</sup>»

Ils développent : « Lorsqu'une personne est soumise à un stress chronique, ses niveaux de cortisol, une «hormone de stress», augmentent. Sur de longues périodes, il a été démontré que le stress chronique inhibait le système immunitaire, «rendant ainsi les personnes plus vulnérables aux agents pathogènes présents dans l'air et dans l'eau». En d'autres termes, « la santé mentale est intimement liée à la santé physique et un désespoir prolongé peut mener à la maladie <sup>112</sup>».

Selon l'APA, il existe donc une multitude de problèmes de santé mentale liés à l'impact direct du changement climatique - qu'il soit aigu ou chronique - : traumatisme et choc, stress composé, tensions sur les relations sociales, dépression, anxiété, suicide, abus de substance, agression et violence, perte d'autonomie et de contrôle, perte d'identité personnelle et professionnelle, sentiments d'impuissance, de peur et de fatalisme.

Il va de soi qu'il s'agit, ici, d'explorer les effets de la prise de conscience du changement climatique et qu'il est encore différent d'imaginer que de nombreux problèmes sociétaux et écologiques sont interconnectés, de sorte qu'ils puissent créer un effondrement de la civilisation thermo-industrielle.

## Distanciation de l'objet de la peur

Dans le cas du déni, comment le contrôle de la peur va-t-il avoir lieu ? Des chercheur.euse.s en science de la communication et en psychologie ont identifiés la façon dont individus essayaient de réduire leurs tensions psychologiques. Ainsi, les individus s'emploient par exemple « à minimiser le danger, soit en sous estimant ses effets (« il a fait si froid cet hiver, impossible de croire que la planète se réchauffe ») soit en surestimant la capacité des acteurs censés l'éliminer (confiance démesurée dans les sciences et la géo-ingénierie par exemple). Le déni ou l'absence de crainte peut ainsi reposer sur une forme de rationalité, les croyances devenant celles du miracle technologique ou d'un monde politique qui prendra ses responsabilités<sup>113</sup>. « Une autre stratégie couramment employée consiste à minimiser l'impact de nos propres actions, en imputant la faute soit à d'autres (...), soit à un pouvoir supérieur ».

---

<sup>110</sup> Je remercie Julien Didier pour ces nuances apportées à l'analyse.

<sup>111</sup> We need to talk about "ecoanxiety", April 3, 2017 sur <https://qz.com>

<sup>112</sup> Idem.

<sup>113</sup> Clive Hamilton dans « Science publique Climat : le catastrophisme peut-il être efficace ? » 26min. <https://www.franceculture.fr/emissions/science-publique/climat-le-catastrophisme-peut-il-etre-efficace>

Olivier de Schutter, <sup>114</sup>, énumère 10 raisons (ou lois) qui nous poussent à ne pas modifier nos comportements. Les mécanismes psychologiques qui amoindrissent, banalisent et nous éloignent des faits écologiques sont donc nombreux.

*Loi n1 : Nous déployons des trésors d'imagination afin de réduire la souffrance que cause l'écart entre ce que nous savons et la manière dont nous agissons (c'est ce qui est communément appelé la « dissonance cognitive »). Ainsi, si nous sommes écologistes mais que nos routines nous amènent à prendre la voiture, nous trouverons des raisons pour relativiser les effets de nos trajets en voiture.*

*Loi n2: Nous sommes programmés pour ignorer certains risques. Ainsi, l'augmentation de la connaissance scientifique ne va pas forcément de pair avec un changement d'opinion. Au contraire, pour les groupes qui n'expérimentent pas de sentiment d'appartenance au contact des constats écologiques, on constate qu'une focalisation sur le doute scientifique est opérée, disqualifiant par là même les constats. La manière dont nous percevons le risque est directement liée à nos valeurs et modes de vie et au groupe social auquel nous appartenons.*

*Loi n3: Nous faisons preuve d'un excès de confiance dans notre capacité à trouver des solutions (le biais d'optimisme) et les hommes sont légèrement plus susceptibles que les femmes de connaître ce biais d'optimisme.*

*Loi n4 : La réalisation d'un acte individuel moralement valorisable dans un domaine légitime des actes moins moralement valorisables dans d'autres domaines, par un effet de compensation morale. Nous pourrions donc nous permettre beaucoup de libertés (comme prendre l'avion) en raison du fait que nous sommes vertueux dans un domaine (être végétarien).*

*Loi n5 : Notre capacité à traiter un grand nombre de problèmes à la fois est limitée, nous choisissons donc ce à quoi nous allons accorder notre attention.*

*Loi n6: Nous attachons plus d'importance à ce que nous possédons qu'à ce que nous pourrions gagner au changement (l'effet de dotation ou l'aversion à la perte). Ainsi, perdre 100 euros qu'on a déjà a plus d'importance qu'avoir 2/3 chance de gagner 200 euros. Or cette espèce de « conservatisme des routines » freine les changements de comportements.*

*Loi n7: Nous sommes accrocs à une vie «sur-dopaminée» et nous cherchons sans arrêt des émotions nouvelles, des nouvelles expériences, etc. Nous voulons donc toujours plus de « neufs ». Nous cherchons par ailleurs à socialement nous démarquer, augmenter notre statut social, ce qui nous pousse à consommer.*

*Loi n8: Nous sommes influencés par nos valeurs culturelles et notre identité sociale. Nous fonctionnons dans un système institutionnel qui nous pousse à nous conformer, à accepter notre « rôle social ».*

*Loi n9: Nous demeurons immobiles tant que d'autres peuvent agir à notre place.*

*Loi n10 : Nous sommes plus motivés par une histoire bien racontée que par la vérité des faits.*

## 3.2. Les « ruptures de cadres »

Mais quels sont les éléments qui vont provoquer l'angoisse ou activer les mécanismes de défense, quels sont les éléments, autrement dit, qui vont avoir du poids dans le fait que la peur devienne « négative » ?

---

<sup>114</sup> Conférence sur les freins psychosociaux au changement, Vert Pop, Etopia, 2019. Disponible sur : <https://soundcloud.com/user-769116636/olivier-de-schutter-les-freins-psychosociaux-aux-changements-conference-etopia-aout-2019>.

Jean Le Goff nous apprend que « ce qui provoque de l'angoisse sur la question climatique, c'est notamment le fait que le changement climatique fragilise des cadres sur lesquels nous nous sommes construits (la représentation d'un environnement vivable, d'un progrès ou, *a minima*, d'une continuité de la société, et la représentation d'institutions politiques protectrices)<sup>115</sup> ». Feinberg et Willer ont par exemple constaté en 2011 que les individus réagissaient négativement aux représentations du changement climatique en partie parce que cela vient déstabiliser leur vision d'un monde juste, lieu ordonné et stable<sup>116</sup>.

Nous pouvons ainsi identifier trois cadres sécurisants, remis en cause par les destructions écologiques.

## La croyance dans le progrès

Sortir de notre modèle de société n'est évidemment pas sécurisant en raison du manque du pluralisme de ses cadres de pensée. Comme nous l'avons mentionné, il y a probablement un effet « TINA » qui fragilise la construction psychologique des populations écorchées par le capitalisme. Qui plus est, en même temps qu'il est difficile d'imaginer une sortie du capitalisme, il semble tout aussi impossible d'envisager un avenir commun dans une perspective de parfaite continuité socio-économique. A ce sujet, Luc Semal écrit : « Je ne sais pas si nous avons bien saisi l'ampleur de cette violence-là : l'oblitération de tout avenir commun au nom de l'impératif de croissance<sup>117</sup>. »

Ainsi, comme nous le rappelle Léna Silberzahn, « la peur écologique ne se réduit pas à l'appréhension qu'on peut ressentir devant les dommages matériels liés aux cataclysmes climatiques à venir : c'est surtout l'angoisse existentielle que les Modernes ressentent lorsqu'ils se rendent compte qu'ils ne sont qu'une partie d'un tout, et qu'en tant que tels, ils sont (inter)dépendants et vulnérables »<sup>118</sup> et nous ajoutons que la structure de la société sur laquelle ils reposent est, elle aussi, à remettre en question.

A ce sujet, Isimilarly et Kahan <sup>119</sup>ont soutenu que dans le cas où les représentations du changement climatique sont effrayantes au point de nécessiter un changement immédiat du système économique, cela motive les gens qui ont des valeurs hiérarchiques et individualistes à rejeter les revendications sur l'existence et la gravité du changement climatique mondial<sup>120</sup>. Jean-Marc Gancille abonde dans ce sens : « plus nous savons, moins nous croyons ce que nous savons. Appliqué au climat et à la biodiversité, cette théorie se confirme presque chaque jour. (...) La gravité et l'irréversibilité des effets potentiels à l'horizon des prochaines décennies entrent en collision avec notre vision du monde, avec notre foi dans le progrès technique et la rassurante conviction qu'« on trouvera bien une solution<sup>121</sup>» - raison pour laquelle, par exemple, il est plus simple de devenir climato-sceptique.

---

<sup>115</sup> Jean Le Goff, La question de l'angoisse dans le mouvement climatique, p10. <http://avenirclimatique.org/wp-content/uploads/2018/05/Avenir-climatique-causerie-Paris-2018-04-angoisse-climat.pdf> Dans son article "Des effets des discours positifs sur les angoisses liées au changement climatique" on peut par ailleurs lire: "Analysant l'angoisse éprouvée face au changement climatique, Sally Weintrobe (2012) détaille trois de ses dimensions. La première est la menace que soit dégradée cette chose au caractère diffus et englobant, mais dont nous dépendons entièrement pour notre survie, que l'on nomme « environnement » ou « climat ». Les destructions de l'environnement nous renvoient aux toutes premières angoisses infantiles liées à la possible disparition de l'environnement parental et aux craintes de l'avoir détruit par des demandes excessives. Le changement climatique menace également le futur des sociétés humaines et leur capacité de survie en cas d'évolution rapide : il menace en cela notre capacité à s'inscrire dans une histoire humaine renouvelée. Enfin, la défaillance de plus en plus manifeste des institutions politiques à prendre en charge la question climatique revêt la signification suivante : il n'y a personne pour prendre soin de nous au niveau le plus élémentaire, celui de notre survie."

<sup>116</sup>voir aussi Meijnders, Midden et Wilke, 2001.

<sup>117</sup> Dans Libération, 2019.

<sup>118</sup> Léna Silberzahn, Les affects de l'Anthropocène. Dialectiques de l'impuissance et travail de la peur écologique, mémoire présenté à l'Institut d'études politique de Paris, p93.

<sup>119</sup> Isimilarly, Kahan et al. (2007).

<sup>120</sup> C'est d'ailleurs la « loi » n°2 édictée par Olivier de Schutter.

<sup>121</sup> Jean-Marc Gancille, Ne plus se mentir, Rue de l'échiquier, Paris, 2019, p8.

Pour le politologue William Connolly, nous sommes plongés dans une situation « d’incertitude cosmique », qui peut donner lieu soit à une refondation de la conception moderne du sujet, soit à un ressenti existentiel qui aurait pour effet un renoncement désespéré de notre attachement à des représentations pourtant déjà périmées »<sup>122</sup>. Nous ajoutons : ce qui est d’autant plus difficile à vivre si l’individu n’a pas accès aux bénéfices de ce système de représentation. Avec l’« effondrement culturel » du Progrès et de la Modernité, il ne reste donc pas grand-chose comme cadre pour protéger les gens rendus vulnérables, par rapport à l’absurdité de l’univers et/ou l’inertie sociétale.

## La foi en l’humanité et/ou dans le monde politique

Pour ceux qui ont déjà abandonné l’idée du Progrès (comme c’est souvent le cas le militant écologiste) la dislocation du cadre (qui produit probablement une partie de l’effet de sidération) n’en est pas forcément moindre, notamment parce que la peine est double : le militant doit à la fois examiner les destructions en cours et observer l’inertie invraisemblable de ses semblables face à elles.

Il est probable que, pour le militant, ce deuxième constat puisse être à l’origine d’une crise existentielle, qui mette en doute sa confiance en la politique et/ou l’Humanité. Cela peut être un « effondrement intérieur et moral » douloureux que de se demander si l’humanité sera capable d’éviter son effondrement éthique. Ou de se demander si elle est suffisamment nihiliste et cynique pour sombrer dans l’autodestruction<sup>123</sup>. Jean Le Goff, qui décrit les recherches de Sally Weintrobe<sup>124</sup>, explique que l’incapacité de plus en plus manifeste des institutions politiques à prendre en charge la question climatique revêt en effet la peur suivante : « il n’y a personne pour prendre soin de nous au niveau le plus élémentaire, celui de notre survie ».

Comme l’explique Séverine Millet<sup>125</sup> « les gens que j’accompagne sont soit dans la toute-puissance — “ on va changer le monde ” — soit dans l’impuissance — “ on ne peut rien faire, les écogestes ne servent à rien ” ». Pour elle, « c’est lié à un dysfonctionnement collectif : normalement, la responsabilité de la prise en charge de la crise écologique doit échoir au gouvernement. Mais s’il la rejette, et les entreprises et les collectivités aussi, elle finit par atterrir sur les individus. Ces derniers, hyperresponsabilisés, se retrouvent dans l’impuissance, le déni et l’inaction<sup>126</sup>. »

## 4. Comment rendre le catastrophisme et la peur efficaces ?

Ou comment éviter de provoquer des peurs inhibantes, et influencer les intentions, les attitudes et, même, les comportements ?

De nombreux chercheurs alimentent depuis peu cette question, en particulier sur le cas du changement climatique. Étonnamment, il semblerait que « les appels à la peur sont particulièrement efficaces lorsque la communication décrit des niveaux relativement élevés de peur, inclut un message d’efficacité, insiste sur la gravité et la susceptibilité, recommande des comportements ponctuels et cible un

---

<sup>122</sup> Léna Silberzahn, p93, cite William Connelly, “The Fragility of Things”.

<sup>123</sup> Ces réflexions m’ont été partagées par Cédric Chevalier, lui-même engagé professionnellement pour l’environnement et militant climatique.

<sup>124</sup> Jean Le Goff, La question de l’angoisse dans le mouvement climatique. Weintrobe, S. (Éd.). (2012). Engaging with Climate Change: Psychoanalytic and Interdisciplinary Perspectives. Abingdon, Oxon; New York, NY: Routledge.

<sup>125</sup> Interview par Reporterre sur le sujet « Pourquoi le drame écologique mobilise-t-il si peu ? ».

<sup>126</sup> <https://reporterre.net/Pourquoi-le-drame-ecologique-mobilise-t-il-si-peu>



public comprenant un pourcentage plus élevé de destinataires de messages féminins<sup>127</sup> ». Ces mêmes chercheurs ont « également constaté que la peur les appels étaient plus efficaces quand ils recommandaient des comportements ponctuels (c'est-à-dire un facteur de comportement recommandé) et lorsque le public incluait un pourcentage plus élevé de femmes (c'est-à-dire un facteur d'audience)<sup>128</sup>.

Nous développons une grande partie de ces différents points dans le chapitre suivant. Mais notons déjà que ce sont les « comportements ponctuels » qui sont les plus influencés par les appels à la peur. Or, comme nous le savons, il s'agit ici de modifier de manière permanente nos comportements. Il y a donc de fortes chances pour que l'effet sur nos habitudes soit très modéré (comme le serait lui aussi probablement l'appel à l'espoir).

Nous proposons dès lors des méthodes de communication et d'interaction qui augmenteraient l'efficacité des messages à portée catastrophiste. Ces différentes pistes, idéalement, doivent être conçues comme un tout, un ensemble d'opérations à additionner.

#### 4.1. Communiquer réellement sur le diagnostic

Les psychologues américains, comme les auteur.rice.s que nous avons étudiés nous invitent à penser que la peur influence nos intentions, nos attitudes, et parfois nos comportements vis-à-vis de la crise écologique.

Ainsi, plutôt que de croire qu'il ne faudrait que « séduire » via des représentations positives, Luc Semal et les tenants de « l'heuristique de la peur » pensent que le basculement tant souhaité entre savoir et croire, entre information et réaction ne pourra faire l'impasse de la figuration, inquiétante mais réaliste, des catastrophes à venir. Il s'agit d'« accepter que le réchauffement et ses conséquences sont inéluctables (...) pour ensuite faire son deuil de la terre telle qu'elle est aujourd'hui et, une fois accepté, pouvoir revenir à une action<sup>129</sup> ». Par ailleurs « cela ne signifie pas qu'il faut faire peur aux gens pour qu'ils se bougent, mais que l'on est face à des problèmes globaux qui hypothèquent toute projection vers l'avenir, et qu'il est quasiment inévitable que cela suscite une forme d'angoisse. Dès lors, deux possibilités : soit on euphémisme le diagnostic et on s'accroche aux propos faussement rassurants, soit on dit les choses et on cherche des modalités d'engagement qui laissent une place à cette peur, sans se laisser paralyser »<sup>130</sup>. Pour Clive Hamilton, « la situation est devenue si alarmante qu'il n'est plus justifiable sur le plan éthique de mentir aux gens quant aux manifestations pleines et entières qui peuvent arriver<sup>131</sup> ».

Certes, il ne s'agit pas ici de dire que les appels à la peur, seuls, fonctionnent. Il semblerait plutôt que toute émotion, à partir du moment où elle est forte, va avoir une influence sur les intentions, attitudes et comportements. Et que les émotions négatives, pour influencer les comportements, doivent déboucher sur des pistes d'action. Ainsi, « associer un message persuasif à la génération de solutions personnelles est une

---

<sup>127</sup> Appealing to Fear, A Meta-Analysis of Fear Appeal Effectiveness and Theories, Melanie B. Tannenbaum, Justin Hepler, Rick S. Zimmerman, Lindsey Saul, Samantha Jacobs, Kristina Wilson, [Dolores Albarracín](#). Les contributeurs de cette étude expliquent leur méthode : « Nous avons formé ces conclusions en testant méta-analytiquement une grande variété de théories d'appel à la peur influentes en utilisant la base de données d'appels à la peur la plus importante et la plus complète à ce jour ».

<sup>128</sup> Idem, p20.

<sup>129</sup> Clive Hamilton dans « Science publique Climat : le catastrophisme peut-il être efficace ? » 26min.

<sup>130</sup> Luc Semal «Le catastrophisme peut contribuer à esquisser une démocratie écologique» dans **Libération**, 8 mai 2019 : [https://www.liberation.fr/debats/2019/05/08/luc-semal-le-catastrophisme-peut-contribuer-a-esquisser-une-democratie-ecologique\\_1725713](https://www.liberation.fr/debats/2019/05/08/luc-semal-le-catastrophisme-peut-contribuer-a-esquisser-une-democratie-ecologique_1725713)

<sup>131</sup> Clive Hamilton sur France Culture, dans « Climat : Le catastrophisme peut-il être efficace ? ».

technique potentiellement valable et utile <sup>132</sup>». Nous développerons ce point plus en aval.

#### 4.2. L'émotion chez l'émetteur : réduire la dissonance cognitive

Le discours sur la catastrophe, s'il n'est pas accompagné de son expression émotionnelle par l'émetteur, crée une dissonance cognitive qui peut être paralysante. A ce sujet l'anecdote relatée par l'historienne Naomi Oreskes<sup>133</sup> est éclairante : après qu'on lui ait reproché en conférence « Vous êtes en train de nous dire que nous avons un sérieux problème, mais vous ne semblez pas inquiète. Ni même fâchée », celle-ci se mit à exprimer publiquement ses craintes<sup>134</sup>. On voit bien ici, comment l'expression de l'émotion chez l'émetteur, crée un signal de réalité ou d'irréalité qui invite à l'action.

Ainsi, certains experts<sup>135</sup> estiment que le sentiment d'urgence climatique ne pourra passer au niveau politique et dans la population que si les mots utilisés, le langage non verbal et l'expression émotionnelle traduisent conjointement et adéquatement l'urgence scientifiquement avérée. Il en est ainsi, par exemple, avec Greta Thunberg. L'expression politique ambiguë, contradictoire ou euphémisante aura comme effet de créer une dissonance cognitive qui pourra annihiler le contenu du message.

Par ailleurs, le pari peut être fait que la peur est plus facilement intégrée quand elle est communiquée au travers d'émotions et non d'un discours rationnel prenant la forme de contraintes morales. Car il ne s'agit plus « de l'écologiste » qui s'adresse au public, sous forme de restriction, mais de l'humain, sous forme d'émotions. Il s'agit donc bien d'avoir peur de quelque chose (l'objet de la peur) plutôt que de quelqu'un (le sujet de la peur). Sans quoi il est fort probable que l'objet de la peur deviendra l'écologiste plutôt que le péril écologique<sup>136</sup>.

#### 4.3. L'émotion chez le récepteur : inclure la possibilité de l'expression de la peur et de son partage

Quel est l'impact de (la sensation de) l'expression de peur sur les changements de comportement face au défi climatique ? C'est ce qu'a étudié Maria Ojala, de l'université d'Uppsala. Réalisée sur des lycéens suédois<sup>137</sup>, cette étude identifie deux types d'espoir : l'un constructif, l'autre fondé sur le déni). Elle indique que l'espoir constructif est associé à la perception que les étudiants avaient de l'attitude de leurs enseignants : s'ils respectaient les émotions négatives de leurs étudiants, alors ils avaient davantage tendance à développer une posture « d'espoir constructif ». Par contre, l'impression de ne pas pouvoir exprimer ses émotions négatives était corrélée avec une posture de déni. On voit donc bien comment il peut être intéressant, pour l'émetteur, d'être dans une posture d'écoute, de bienveillance, voire d'accueil franc des émotions négatives liées au contenu du message.

---

<sup>132</sup> Parant, A., Pascual, A., Jugel, M., Kerroume, M., Felonneau, M.-L., & Guéguen, N. (2016). Raising Students Awareness to Climate Change: An Illustration With Binding Communication. *Environment and Behavior*, 49(3), 339-353.

<sup>133</sup> Historienne des sciences et professeur en sciences de la terre à Harvard.

<sup>134</sup> Naomi Oreskes, « The scientist as sentinel » ; cité par Léna, p.82.

<sup>135</sup> Dont la rédaction du *Guardian* britannique.

<sup>136</sup> On peut d'ailleurs se demander dans quelle mesure le climato-scepticisme ou les critiques bâclées émises au sujet de la collapsologie ne sont pas le symptôme de cette « externalisation de la contrainte ». Songeons par exemple au texte suivant: <https://www.lecho.be/opinions/carte-blanche/la-collapsologie-une-maladie-gravement-contagieuse/10124801.html>

<sup>137</sup> Ojala, M. (2015). Hope in the face of climate change: Associations with environmental engagement and student perceptions of teachers' emotion communication style and future orientation. *The Journal of Environmental Education*, 46(3), 133-148.

Par ailleurs, lorsqu'un individu prend conscience des crises écologiques dans l'isolement, la probabilité d'un effet de paralysie croît. Étant donné les faits écologiques auxquels les individus sont confrontés, et le sentiment d'impuissance qui peut en résulter, la collectivisation, le partage des constats et des émotions, la création ou au minimum le renvoi vers des communautés de discussion peut s'avérer utile pour influencer positivement sur le sentiment d'efficacité. Comme nous l'avons vu plus haut, le sentiment d'appartenance renforce en effet ce dernier<sup>138</sup>.

#### 4.4. Garantir la cohésion sociale et la réciprocité

Nous venons de voir que le sentiment d'appartenance pouvait influencer le sentiment d'efficacité. Pour aller plus loin encore, il s'agit de comprendre que plus le sentiment d'appartenance s'élargit à l'ensemble de la société, plus les individus seront prêts à modifier leurs comportements. Un discours qui incarne l'impératif de réciprocité ou de cohésion sociale aura donc davantage d'impact.

Ainsi, d'après la neurobiologiste Sylvie Granon : « pour qu'un individu soit encouragé à changer ses comportements, il faut de la cohésion sociale. Or, la cohésion sociale, c'est un tout. Si l'on dit à des gens qui ont du mal à joindre les deux bouts qu'ils devront se débrouiller avec moins d'aides sociales mais qu'ils devront quand même appliquer des écogestes pour faire partie de la société, cela ne marchera pas ! Car sur le plan cognitif, les valeurs défendues collectivement ne sont intégrées par le cerveau social que si l'individu se sent partie prenante de la société. C'est exactement comme chez les animaux : quand ils font partie d'un groupe soudé, les animaux respectent les règles qui renforcent la cohésion sociale ; mais s'ils sont ostracisés, ils ne les respectent plus<sup>139</sup> ».

Pour elle, « on évalue nos devoirs en fonction des efforts fournis par les autres. Lorsqu'on informe certains habitants qu'ils utilisent plus d'énergie que la moyenne de leur quartier, ils réduisent leur consommation d'électricité. (...) Cela peut marcher à condition qu'on ait des preuves que les autres ont commencé à changer de comportement. »

Ainsi, on peut penser que seule une politique de justice sociale et environnementale permettrait aux individus de s'identifier au groupe dont ils font partie, et favoriserait les comportements écologiques. Pour Sylvie Granon, l'exemple de la taxe carbone est illustratif : « son efficacité est avérée, et pourtant elle a été très mal reçue, notamment parce qu'elle est perçue comme injuste. Les citoyens ont peu confiance dans leur État ou leurs institutions et estiment probablement ne pas avoir de garantie que l'effort consenti sera répercuté pour protéger le climat. En fait, il ne suffit pas d'avoir identifié la bonne solution : la façon dont on présente une politique publique est aussi importante que la politique elle-même et il est indispensable de réfléchir en amont à la manière dont les réformes vont être comprises, accueillies et interprétées ».

#### 4.5. Donner des pistes d'action et nourrir les capacités

Face à la peur il s'agit de donner des pistes d'action, d'« aider les gens à lutter contre la peur ». Il apparaît donc nécessaire, après chaque débat sur les désastres écologiques, d'ouvrir la discussion sur les pistes d'action<sup>140</sup>. Ce n'est qu'en se réappropriant et en exprimant son pouvoir d'action que l'individu

---

<sup>138</sup> Cojuharenco, I., Cornelissen, G., & Karelaia, N. (2016). Yes, I can: Feeling connected to others increases perceived effectiveness and socially responsible behavior. *Journal of Environmental Psychology*, 48, 75-86.  
Uitto, A., Boeve-de Pauw, J., & Saloranta, S. (2015). Participatory school experiences as facilitators for adolescents' ecological behavior. *Journal of Environmental Psychology*, 43, 55-65.

<sup>139</sup> <https://reporterre.net/Pourquoi-le-drame-ecologique-mobilise-t-il-si-peu>

<sup>140</sup> Comme l'a développé Luc Semal dans sa thèse ou Rob Hopkins dans les « Transitions Town ».

pourra se mobiliser autour de phénomènes aussi profonds qu'un changement de conditions terrestres, sans s'en sentir dévasté.

Dans son article sur « les effets des discours positifs sur les angoisses liées au changement climatique », Jean le Goff explique que la psychologie sociale expérimentale a mis en évidence les limites de l'usage de la peur pour persuader ou influencer sur les comportements : en l'absence de pistes d'action pour faire face à ce qui est présenté comme une destruction, le sujet s'engage dans des stratégies de contrôle de la peur (minimisation du danger, décredibilisation de la source) qui diminuent la portée des messages.<sup>141</sup>

Cette ouverture de l'imaginaire sur « des mondes possibles » ou au minimum des pistes d'action est donc essentielle. C'est, au fond, l'extension de « la crête » dont nous avons parlé plus haut. Certain.e.s chercheuse.s défendent d'ailleurs une théorie d'un « principe inverse d'évaluation des risques » qui repose sur l'idée que la propension à admettre l'existence d'un risque est définie par l'impression qu'on a de l'existence de solutions<sup>142</sup>. Comme l'avance Bruno Latour « La politique, c'est l'anti-destin. (...) Une politique qui ne serait pas une politique du possible, de l'action, du mouvement, de la prospérité et même de la joie, je ne vois pas à quoi ça ressemblerait.<sup>143</sup> »

Ces pistes d'action peuvent être induites explicitement (top-down), ou construites collectivement (bottom-up), comme dans le cas des mouvements pour la décroissance et la transition où, à un degré plus global, les partis écologistes.

Il s'agit donc à la fois de créer des prises de parole ou des espaces publics pour :

D'une part, **nourrir la vision**. Comme l'a fait Alternatiba - une organisation constituée après l'échec de la conférence de Copenhague appelée «conférence de la dernière chance» (échec ayant donc mené à la « gueule de bois » du mouvement climatique) -, il est utile de promouvoir aussi un discours positif et mobilisateur. Ainsi, pour dépasser des réactions paralysantes de l'angoisse, nous dit Jean le Goff, « il est nécessaire d'adopter une approche positive ». Cette idée est centrale dans le ce mouvement, mais aussi dans le film Demain, dont le succès montre l'intérêt de ce genre de stratégie <sup>144</sup>. Les changements à faire doivent devenir désirables<sup>145</sup>. Puisque, comme le souffle en boutade le psychologue Benoit Galand « on n'est pas très bon pour s'investir dans des bénéfiques à long terme comme espèce », il s'agit de démontrer qu'il est par exemple possible de gagner en qualité de vie maintenant, en s'investissant dans des actions qui sont par ailleurs bonnes pour la collectivité. Ces pistes d'actions ou ces discours ont l'intérêt de commencer le travail de « reconstruction du cadre »<sup>146</sup>.

D'autre part, **nourrir le chemin**. Pour rendre cette vision accessible, il faut aussi montrer qu'il est possible de réorienter ses actions (afin d'augmenter le sentiment de capacité dont nous avons déjà parlé). Pour Corine Pelluchon, il est par exemple nécessaire de comprendre comment dépasser notre addiction à la consommation. Pour elle, les collapsologues auraient dû « accompagner leurs discours qui fait état de la

---

<sup>141</sup> Jean Le Goff, des effets des discours positifs sur les angoisses liées au changement climatique (et Girandola, 2000).

<sup>142</sup> Léna Silberzahn, Op.Cit, p45 (l'autrice fait référence aux études de David Flemming, David Fressstone et Ellen Hey).

<sup>143</sup> [https://www.lemonde.fr/idees/article/2019/05/31/bruno-latour-l-apocalypse-c-est-enthousiasmant\\_5469678\\_3232.html](https://www.lemonde.fr/idees/article/2019/05/31/bruno-latour-l-apocalypse-c-est-enthousiasmant_5469678_3232.html).

<sup>144</sup> Jean Le Goff, La question de l'angoisse dans le mouvement climatique., Op.Cit <http://avenirclimatique.org/wp-content/uploads/2018/05/Avenir-climatique-causerie-Paris-2018-04-angoisse-climat.pdf>

<sup>145</sup> Interview de Benoit Galand. Opus cite.

<sup>146</sup> Jean Le Goff, La question de l'angoisse dans le mouvement climatique, p10. <http://avenirclimatique.org/wp-content/uploads/2018/05/Avenir-climatique-causerie-Paris-2018-04-angoisse-climat.pdf> Dans son article "Des effets des discours positifs sur les angoisses liées au changement climatique" on peut par ailleurs lire: "Analysant l'angoisse éprouvée face au changement climatique, Sally Weintrobe (2012) détaille trois de ses dimensions. La première est la menace que soit dégradée cette chose au caractère diffus et englobant, mais dont nous dépendons entièrement pour notre survie, que l'on nomme « environnement » ou « climat ». Les destructions de l'environnement nous renvoient aux toutes premières angoisses infantiles liées à la possible disparition de l'environnement parental et aux craintes de l'avoir détruit par des demandes excessives. Le changement climatique menace également le futur des sociétés humaines et leur capacité de survie en cas d'évolution rapide : il menace en cela notre capacité à s'inscrire dans une histoire humaine renouvelée. Enfin, la défaillance de plus en plus manifeste des institutions politiques à prendre en charge la question climatique revêt la signification suivante : il n'y a personne pour prendre soin de nous au niveau le plus élémentaire, celui de notre survie."

gravité du réchauffement climatique par une réflexion sur les ressorts psychologiques de notre addiction à la consommation et de nos comportements écocides. (...) L'écologie exige la sobriété qui implique le désir. Modifier durablement ses styles de vie et respecter la planète et les vivants suppose une transformation de soi, un élargissement de la sphère de sa considération où l'on éprouve le lien profond l'unissant aux autres, humains et non-humains »<sup>147</sup>. Dans cette optique, décrire davantage les mécanismes qui nous ont amenés à cette addiction serait certainement nécessaire.

Les pistes d'action et les discours positifs ont par ailleurs la capacité d'amoindrir la possibilité, pour l'émetteur, d'être considéré comme un moralisateur (ce qui a lieu lorsque le récepteur veut externaliser le problème). L'exemple mobilisé par Jean Le Goff permet de comprendre pourquoi, dans certains cas, la peur est associée à l'émetteur.

*« Je vais à un repas chez une amie, qui a acheté des verres en plastique. Elle me dit : «Ah, j'ai pensé à toi quand j'ai acheté les verres en plastique, je me suis dit «mais que dirait Jean ?». Bon, finalement, je les ai pris quand même». Qu'est-ce qu'il se passe ici ? Ce qu'il se passe ici, c'est qu'il y a une petite voix dans sa tête, le petit personnage de son ami écologiste, qui lui dit : «n'achète pas les verres en plastique». Sauf que moi, je ne lui ai jamais dit de ne pas acheter des verres en plastique. Cette petite voix qui lui parle, ce n'est pas moi, c'est elle-même. C'est un élément de sa propre conscience écologiste, qu'elle a projeté sur moi. Par cette projection, elle a transformé une contrainte interne en une contrainte externe. Au lieu de se dire «il ne faudrait pas que j'achète ces verres, parce que ça va polluer...», elle se dit «Jean ne voudrait pas que j'achète ces verres». Autrement dit, elle a atténué son sentiment de culpabilité, en projetant sur moi une partie de sa propre conscience écologiste. »*

Or, ce que cherche à faire le discours positif, c'est alléger cette tension, en diffusant l'idée que l'on cherche à développer les alternatives non pas par contrainte, nécessité, ou devoir moral, mais parce qu'elles sont en elles-mêmes désirables<sup>148</sup>. Le discours positif est mobilisé comme quelque chose qui permet de maintenir l'angoisse hors du groupe militant, et d'investir le groupe comme un espace idéalisé, où ne circuleraient que des sentiments positifs.

#### 4.6. Lever les freins au changement en évitant les discours trop idéologiques

On l'a compris, une série de « freins aux changements » sont liés à nos valeurs, modes de vie et groupe social auquel nous appartenons. Dans cette optique, il peut être stratégique d'utiliser des valeurs communément admises par tous pour motiver au changement. Ainsi, on sait qu'aux États-Unis, les climatocceptiques décrédibilisent les discours écologistes alarmistes en indiquant que ceux-ci ne sont qu'une stratégie des « communistes » (les partisans du Welfare state) pour imposer leurs vues.

On comprend donc pourquoi, dans l'étude « Promoting pro-environmental action in climate change deniers<sup>149</sup>», il est démontré que des argumentations de type « l'engagement pour la cause climatique créera une société où les gens sont plus attentionnés » ou « l'engagement pour la cause climatique créera un meilleur développement économique et technologique » sont plus efficaces qu'une séance d'information sur le changement climatique. Ainsi, éviter les discours trop idéologiques peut augmenter l'effet des discours écologistes.

---

<sup>147</sup> [https://www.lemonde.fr/idees/article/2019/06/25/l-ecologie-politique-doit-etre-un-projet-d-emption\\_5481025\\_3232.html?utm\\_term=Autofeed&utm\\_medium=Social&utm\\_source=Facebook&fbclid=IwAR3UjWgfJFs3AqxOG\\_2rCMCBA3a0M78NryL4j1nFk-M3yFVQs7WhnlETIBA#Echobox=1561438031](https://www.lemonde.fr/idees/article/2019/06/25/l-ecologie-politique-doit-etre-un-projet-d-emption_5481025_3232.html?utm_term=Autofeed&utm_medium=Social&utm_source=Facebook&fbclid=IwAR3UjWgfJFs3AqxOG_2rCMCBA3a0M78NryL4j1nFk-M3yFVQs7WhnlETIBA#Echobox=1561438031)

<sup>148</sup> Jean Le Goff. Op.Cit., p10.

<sup>149</sup> Paul G. Bain, Matthew J. Hornsey, Renata Bongiorno & Carla Jeffries

## Conclusion : politique et émotion

Que retenir de cette courte étude?

Il s'agissait d'analyser les potentiels effets d'engagements au sein des propos catastrophistes, et d'inviter à une étude sociologique d'ampleur sur le sujet. Nous avons donc montré en quoi, dans la pluralité de trajectoires et des modes d'engagement, les théories catastrophistes pouvaient provoquer un « retour à la réalité » politisant, rappeler ou éviter potentiellement l'oubli des catastrophes supraliminaires et réactiver une forme de rationalité qui modifie au minimum les intentions. Nous avons aussi montré que les émotions fortes pouvaient catalyser des futurs engagements politiques ou changements de trajectoires. L'effet de sidération était, dans cette optique, un moment charnière qui inaugurerait un parcours militant, permettant de rendre tout « retour en arrière cognitif » impossible<sup>150</sup>.

Nous avons aussi essayé d'esquisser ce que pouvait être une communication politique qui prend racine dans la catastrophe, afin d'éviter les effets d'inefficacité et de décrédibilisation. On peut imaginer qu'un choix lucide et une profonde délibération démocratique n'auront donc lieu qu'en s'octroyant un passage préliminaire par la peur, celle-ci permettant d'éviter les effets de déréalisation, ou de distanciation pathologique au réel. Cette peur peut cependant se muer en éco-anxiété et en maladies mentales, particulièrement chez les personnes précarisées ou vulnérables, plus exposées au sentiment d'impuissance et à l'isolement social. Il s'agit donc de communiquer autour des désastres écologiques en mobilisant les émotions chez l'émetteur et chez le récepteur mais également en recréant des effets de communautarisation autour de ces questions, et en mobilisant des discours de justice sociale et environnementale, pour rendre possible une cohésion sociale.

Enfin, nous avons aussi expliqué que pour faire face à ces constats, des pistes d'actions devaient être imaginées et partagées – sans quoi les « ruptures de cadre » étaient sans doute trop douloureuses, faisant de la posture de déni un repli sensé. En ce sens, il est certain que le travail qui attend les écologistes est à la fois un travail de diagnostic (parler des problèmes), et un travail d'élargissement de la « crête » (dans l'imaginaire et donc dans la réalité) qui convoque la création de récits (lucides) des mondes communs possibles. Il est fort probable que cet enjeu soit aussi nécessaire que difficile à atteindre, au vu de l'idéalisme dont il sera taxé. Là-dessus, c'est une critique radicale de l'idée de réalisme (ou de soi-disant réalisme) qu'il faut appeler de nos vœux en identifiant les contraintes réelles à intégrer dans le nouveau modèle social. Il sera donc certainement nécessaire de faire appel à des exemples concrets pour convaincre.

Si nous avons commencé à baliser le périmètre de la réflexion autour des effets de la peur - et son application dans une politique des affects, certains sujets de recherche n'ont cependant pas été abordés. Il en va ainsi de la question de la communication à un public plus fragilisé socialement, ou à un public populaire, et des méthodes d'animation spécifiques pour accompagner les publics au travers d'un débat et d'une délibération autour des crises écologiques. Il en va aussi, donc, d'une analyse approfondie des facteurs qui influencent l'instrumentalisation de la peur par les ambitions anti-démocratique ou fascistes. Il est nécessaire, en tant qu'écologistes, de se rendre compte que les tentations extrémistes, pour résoudre les problèmes des désastres sociaux et écologiques ne sont jamais loin. Ce sujet demanderait d'écrire une nouvelle étude et nous renvoyons, pour le moment, au travail de Jonathan Piron sur le sujet<sup>151</sup>.

Pour conclure, il nous faut aussi rappeler que la peur - comme l'indignation, la colère, ou l'espoir - sont toutes considérées comme des émotions potentiellement mobilisatrices. De manière générale, les contenus qui sollicitent des émotions fortes attirent l'attention. Ainsi, la peur, tout comme l'espoir, sont des émotions qui permettent de mobiliser les individus. A ce jour, les études psychologiques en la matière n'observent pas de différences significatives d'effets entre les appels à la peur et les appels à l'espoir. Il est

---

<sup>150</sup> Et ayant l'avantage de faire perdurer ces trajectoires d'engagement face à un autre péril (que celui de la paralysie) : celui de l'oubli de la crise écologique, qui menace tout autant nos consciences.

<sup>151</sup> Jonathan Piron, Vers l'extrême-droitisation du discours écologique ? Voyage au sein de l'écologie identitaire, Etopia, 2019. <https://etopia.be/vers-lextreme-droitisation-du-discours-ecologique-voyage-au-sein-de-lecologie-identitaire/>

probable, comme le précise Benoît Galand<sup>152</sup>, que les différentes émotions touchent différents publics, et qu'il ne faille donc pas en exclure une au profit de l'autre. Il s'agirait donc plutôt ici de pluraliser les discours, en sachant qu'ils auront chacun des échos différents auprès de la population.

Il faut enfin mesurer que les appels à la peur, s'ils ont un effet répulsif, auront aussi *de facto* un effet attractif. Ainsi, les discours écologistes modérés deviendront davantage fréquentables s'il existe, à leurs côtés, des discours « radicaux » en matière d'écologie. Il s'agit donc de concevoir de manière dynamique l'implication de ces discours.

---

<sup>152</sup> Interview réalisée le 24 octobre 2019.