

# COMMENT DEPASSER LE SENTIMENT D'IMPUISSANCE ET FACILITER L'ACTION ?

---

« Traverser les tempêtes du monde ensemble : pourquoi et comment  
– les chaloupes de l'éducation préparent le(s) futur(s) »  
Prise de notes de la conférence faisant suite au spectacle Maison Renard

Face aux basculements actuels et à venir, faut-il parler d'effondrements avec nos publics ou utiliser un langage et un imaginaire plus précis ? Et surtout, comment ? Comment accueillir les peurs, les anxiétés, la colère ? Comment produire de l'entraide et de l'engagement, plutôt que du repli sur soi et de la résignation ? Comment construire des actions et des récits inspirants et lucides ?

**Benoît Galand**, professeur Faculté de psychologie et des sciences de l'éducation à l'UCL et membre du GIRSEF - Groupe Interdisciplinaire de Recherche sur la Socialisation, l'Education et la Formation répond aux questions de **Delphine Masset** - Conseillère prospective chez Etopia et chargée de l'organisation et de la programmation des Rencontres de l'écologie politique. Elle a rédigé plusieurs études en lien avec les questions d'effondrements et est active au sein du Réseau Mycelium.

## Delphine revient sur certaines données

Effondrement : nous n'avons pas tous les mêmes représentations, diversifier les questions et réponses, Delphine donne en exemple le suivi des courbes : là où on prévoyait un pic du pétrole, on se situe sur un plateau, alors qu'on imaginait qu'il y aurait un sommet, équivalent au moment où le coût d'extraction du pétrole serait supérieur au gain (lié au prix du pétrole). « Mon intuition est qu'on n'aura sans doute pas un effondrement tel qu'imaginé par les collapsologues, mais plutôt une crise climatique qui précédera le pic du pétrole. Les choses ne se passeront sans doute pas comme elles ont été modélisées. On n'aura sans doute pas un énorme choc brutal mais bcp de chocs locaux successifs. A mon sens, le plus grand péril serait la montée des extrémismes car en crise, la population voudra des décisions rapides. On risque de l'expérimenter, il faut rester vigilant. Faire des alliances aussi, avec les gens qui souffrent déjà ici et ailleurs sur la planète.

## Quelques témoignages des émotions ressenties par les participants à la suite de la pièce Maison Renard

- *Je suis déjà dans l'action. Mais la pièce m'a bien plombée. Je sais pourquoi je ne regarde plus l'actualité. La peur m'a tellement envahie que je me sens paralysée*
- *Cette question d'enfants m'inquiète (ndlr : vivre dans une "base autonome durable" avec ses propres enfants, quid pour les familles recomposées, les enfants qui prennent les armes..)*
- *On a un discours qui nous incite à faire gaffe et en même temps la croissance continue et aggrave le problème*
- *L'exaspération qui montait car le spectacle nous montre que la crise est environnementale, mais il montre aussi l'inégalité dans les capacités de survie, la montée du survivalisme et de la violence. Je ne veux pas aller dans ce sens là lorsque je veux sensibiliser à la catastrophe climatique.*

## « Mon éclairage sera celui du spécialiste de l'éducation, pas de l'environnement »

Benoit Galland : Colère, détresse, angoisse, désespoir... Mon éclairage sera celui du spécialiste de l'éducation, pas de l'environnement (même si apprentissage, motivation, universitaire) - mal à l'aise pour ces questions, sur ce qu'il faut faire, il n'y a pas de réponse scientifique. Il y en a pour le climat mais pas pour l'éducation, on est en pleine quête, cela laisse place à l'innovation pédagogique.

Un comédien, la comédie, c'est quelque chose de très humain. Cet ancrage dans l'imaginaire et le ludique, c'est important. On a souvent tendance à intellectualiser, mais souvent les gens ne sont pas à cet endroit-là, ils sont dans leur quotidien. La culture est fondamentale pour bousculer nos imaginaires.

Jean Pascal van Yperseel dit qu'on a dix ans. Mais quand on fait de l'éducation, ça nécessite du temps. Education morale, information, relationnel... Il faut se poser cette question : **'c'est quoi la priorité aujourd'hui ? Qu'est-ce qu'on peut reporter à plus tard ?'**

Sortir des raisonnements linéaires d'étape en étape, à suivre absolument. Il ne faut pas d'abord faire ça, puis ça, par étape, des règles qui produiraient des résultats. Ça ne se passe pas comme ça. Il faut une vision complexe, il y a différents leviers et canaux qui vont toucher les gens : l'expérientiel. Il faut diversifier. Les gens qu'on a en face de nous sont tous à des niveaux et des situations différentes dont il faut tenir compte : pas les mêmes pouvoirs économiques et politiques pour pouvoir agir à ces niveaux. Qui est-ce qu'on touche avec quoi ? Comment ça va être ressenti ? Par exemple, j'ai beaucoup de respect pour les militants qui vont directement toucher les PDG d'entreprise, car ils ont beaucoup plus d'impact.

Notre biais en regardant la pièce : on est déjà super informé. Qu'est-ce que des enfants qui n'ont rien à faire de l'environnement peuvent-ils faire de cette pièce ? Agissons-nous à la bonne échelle ? Quelles sont les infos utiles pour les personnes que j'ai en face de moi > question de la progressivité. Si j'ai en face de moi quelqu'un qui est à zéro de la conscience environnementale, je dois en tenir compte et ne pas le submerger, **partir du bon degré d'infos.**

On peut commencer la conscientisation ou l'action par plein d'approches différentes. Est-ce qu'il faut **ajouter une couche d'infos, ou se demander comment aller plus loin**, pour faciliter l'action et avoir un réel impact.

Quelles sont les clés pour agir ? **Qu'allez-vous faire non pas pour changer le monde mais pour retrouver un sentiment de contrôle ?** Dans nos vies on ne sait pas tout changer à la fois ; on vit à l'insu de notre plein gré dans les différentes facettes de nos vies (manger, ...).

Qui n'a pas encore entendu parler de la crise climatique ? Faut-il y revenir ? Sur quoi alors ? Impact des habitudes : très travaillé en santé. Ex fumer : faire peur ça marche quand on renforce le sentiment qu'ils peuvent faire quelque chose ; cela ne marche pas face au sentiment d'impuissance. **L'appel à la peur ça fonctionne si une action permet de résoudre le problème.** Ce qui n'est pas le cas avec les changements climatiques.

Pour les questions liées au changement climatique il faut ainsi **donner des clés pour agir** : pas tout changer, faire quelque chose, **à la portée des personnes** (ex .dans notre vie) ; étude

montre que **s'engager à plusieurs renforce aussi** ; ça marche si c'est un **comportement précis** (en espérant effet d'entraînement sur d'autres) ; mais si ce sont des habitudes (dans un ensemble) alors ça ne marche pas

On peut dire la réalité aux jeunes, ce sont des infos lucides (mais effrayantes). C'est mon rôle d'adulte et d'éducateur. Parler des extinctions de masse, qui sont des faits (l'effondrement n'est pas un fait, c'est une projection), c'est une question de choix d'en parler ou pas. Mais il faut en parallèle proposer des pistes d'actions. Toute la connaissance n'est pas utile pour agir.

**Demandons-nous : que devons-nous connaître et comprendre pour agir ?**

Expériences : bruit dans la rue, pollution... problème sociétal face aux conditions de travail des gens alors que travail dans les mines était pire, il y a une question du sens du boulot ; toujours plus/toujours mieux d'où le mouvement slow ; on n'est pas égaux face aux chocs, au sein de nos sociétés et entre les sociétés, au Nord, au Sud (spatial, temporalité ...) ; ce sont des phénomènes complexes, difficile à appréhender ... alors qu'on est programmé pour réagir à des menaces directement perceptibles ; se reconnecter à la nature est une manière d'appréhender l'enjeu ; L'effondrement, on ne doit pas nécessairement en parler, mais même sans en parler il y a cet imaginaire.

Je suis psychologue de formation, pas pour changer le monde, on ne va pas sauver la planète en faisant de la psycho. Les effets sont dérisoires. Ce qui va changer les choses, ce sont les **mesures socio-économiques, politiques**. Ce sont des choix politiques et économiques qui nous ont mis là, et ce sera par là que nous en sortirons.

Delphine : ce sont des choix économiques et sociaux, il y a aussi des marchands de doute (scientifique). C'est très compliqué de prendre connaissance des faits écologiques, ça nous dépasse, ça dépasse les générations.

Benoit : 4 messages enviro par jour VS 100 messages nous invitant à consommer  
> lutter contre la pub nuisible à l'environnement.

Différents types de sensibilité chez les jeunes :

Pas touché, pas concerné, c'est un truc de blanc favorisé.

Par contre le racisme ça me touche > **faire le lien via les inégalités**

Culpabilité, « désolé j'ai oublié ma gourde » > rassurer

## Les questions à se poser :

- Faire en sorte que les jeunes qui ont des visions et des expériences différentes se parlent, voient ce qu'ils partagent (ou pas)
- Qu'est-ce qui est normal comme comportement > jouer sur la norme (avec les jeunes, mais aussi les adultes)
- Comment nous, adultes, pouvons être des modèles ? Ils voient d'abord ce qu'on fait. Or la plupart des écoles sont mauvaises en termes de gestion et d'engagement environnemental. Idem pour les parents. On ne sera jamais complètement cohérent, qu'on soit jeune ou vieux, mais on peut y tendre.
- Comment travailler les partenariats avec les écoles ?
- Sensibiliser les publics précarisés ? Les personnes précarisées sont les premières à en vivre les conséquences : partir de leur vécu, les reconnecter aux inégalités globales, vers des actions collectives
- Qu'est-ce qui influe le plus sur nos croyances et comportements : prise de conscience c'est lent, se calquer sur le comportement des autres est bcp plus rapide. La

manipulation, c'est efficace, mais ça peut être contraire à l'éducation. Les relations sociales c'est très important.

- Comment expliquer les comportements ? Il y a les croyances, mais aussi l'environnement des personnes : norme sociale, infrastructures (ex : piste cyclable), règles (ex : sacs plastiques)... ça a un effet direct sur notre cerveau. Plus on aura de routes, plus on aura de voitures ; plus on aura des avions bons marché, plus on volera. Laisser l'industrie s'auto réguler, ça ne marche pas. Si on a intérêt à ce que les personnes consomment, ce qui pollue, vous n'allez pas tenter de le réguler.

### **Quid de la manipulation émotionnelle ?**

En éducation, il est important de ne pas vouloir imposer aux jeunes nos convictions. C'est dur car les questions environnementales sont énormes et urgentes. Que met-on en place pour ne pas envahir les autres avec nos émotions, nos croyances ?

**Comment sortir de sa zone de confort et de nos publics captifs ?** Créer des lieux où on peut inviter un industriel, pour l'entendre, avoir des échos différents. Oser mélanger, le débat avec des gens qui ne pensent pas comme nous. Ecouter nos désaccords. On devrait faire ça aussi dans les écoles, ne pas tout le temps vouloir donner « la bonne réponse ». Les médias ne sont pas des lieux de débat mais de controverse.

- Nous reconnecter aussi avec la mort et avec la souffrance
- Inviter les gens inspirant autour de nous, pas la star mais le gars du quartier qui réinvente de nouveaux métiers, des engagements, d'autres façons de faire.