Des effets des discours positifs sur les angoisses liées au changement climatique

Jean Le Goff

Comment mobiliser sur un sujet aussi grave, complexe et urgent que le changement climatique sans provoquer du découragement, de la sidération ou du déni ? En réponse à cette question, on a vu se développer ces dernières années des tentatives de mobilisation par le « positif ». Entre 2013 et 2015, le mouvement Alternatiba a ainsi organisé une centaine de « villages des alternatives » pour montrer que « non seulement les solutions au dérèglement climatique existent mais qu'en plus elles construisent une société et une vie plus humaine, plus juste, plus solidaire, plus conviviale, bref, plus désirable » (Alternatiba, 2013). Dans un esprit proche, le film *Demain*, sorti en décembre 2015, vise à montrer que « partout dans le monde des solutions existent » et comptabilise plus d'un million de spectateurs depuis sa sortie. Au cœur du projet d'Alternatiba et du film *Demain*, on retrouve cette même idée : pour dépasser des réactions paralysantes à l'angoisse que suscitent les crises écologiques, il est nécessaire d'adopter une approche positive. Au sein des mouvements écologistes, la question de l'angoisse et de ses effets est notamment pensée avec les outils de la psychologie sociale expérimentale et des sciences de la communication, dont les analyses ont contribué à promouvoir une communication centrée sur les solutions. La psychologie sociale expérimentale a mis en évidence les limites de l'usage de la peur pour persuader ou influer sur les comportements : en

Jean Le Goff, chercheur au Laboratoire de changement social et politique, université Paris 7. jean-le-goff@orange.fr

l'absence de solutions suffisantes pour faire face à ce qui est présenté comme une menace, le sujet s'engage dans des stratégies de contrôle de la peur (minimisation du danger, décrédibilisation de la source) qui diminuent la portée des messages (Girandola, 2000). Les sciences de la communication ont montré que ces résistances, accrues par l'usage répété de messages anxiogènes, sont particulièrement fortes sur la question climatique, pour laquelle les solutions apparaissent soit dérisoires, soit hors de portée (O'Neill et Nicholson-Cole, 2009 ; Stoknes, 2014). Ces travaux, qui confortent l'approche adoptée par Alternatiba et *Demain*, sont cependant centrés sur les destinataires des messages : elles laissent dans l'ombre la question du rapport à l'angoisse chez ceux qui portent cet effort de mobilisation, notamment les écologistes. En quoi les réactions à l'angoisse sont-elles différentes chez les écologistes et au sein du public qu'ils cherchent à mobiliser ? De quelle manière interagissent ces différentes réactions ? Quel est l'effet des discours positifs sur les angoisses liées au changement climatique, chez les écologistes et au sein du public ? L'objet de cet article est de tenter d'éclairer le développement des mobilisations par le positif en montrant de quelle manière elles se situent au sein d'un système social de défense contre l'angoisse[1].

Angoisses primitives et angoisses morales

De quelle manière la crise climatique affecte-t-elle le sujet ? Pour aborder cette question, j'aimerais partir de la manière dont elle s'est posée à moi lorsque j'étais étudiant dans un master en développement durable. Mon cursus a d'abord éveillé chez moi un fort sentiment d'impuissance. Les cours consacrés aux solutions (en droit, économie, négociations internationales ou responsabilité sociale des entreprises) me semblaient en effet déconnectés des cours analysant la gravité des crises écologiques, comme si les premiers n'avaient pas pris la mesure de l'enjeu décrit par les seconds. Tentant de faire évoluer mon propre mode de vie, j'ai été confronté à une autre forme d'angoisse : le sentiment de culpabilité qui, loin de diminuer à mesure que je devenais plus « cohérent », réduisant par exemple ma consommation de viande et renonçant aux voyages en avion, semblait accompagner tous mes efforts et se faire de plus en plus pesant. L'angoisse, sous ses différentes formes, m'est ainsi apparue à la fois comme un moteur et comme un frein à l'action et j'ai souhaité comprendre plus finement quels étaient ses effets en m'engageant dans une démarche de recherche. Cet engagement a coïncidé avec le début de mon engagement militant, me permettant de cultiver

1. Cet article s'inscrit dans le cadre d'une recherche plus large consacrée au mouvement Alternatiba et financée par l'ADEME. Il mobilisera des exemples issus du mouvement Alternatiba sans se focaliser uniquement sur celui-ci.

une double posture : j'ai ainsi participé au mouvement Alternatiba tout en en faisant un objet de recherche.

Pour penser la manière dont la crise climatique affecte le sujet, j'adopterai une définition large de l'angoisse, définie comme un affect négatif, conscient ou inconscient, lié à la représentation d'un danger externe ou interne au sujet. Cette définition ne reprend pas la distinction parfois opérée entre l'anxiété, causée par des menaces extérieures au sujet, et l'angoisse, dont la source est une menace interne (d'ordre pulsionnel). Ces deux sources d'angoisse, interne et externe, sont en effet fortement intriquées dans les réactions à la crise climatique et la distinction entre angoisse et anxiété rend difficile la prise en compte de cette intrication. J'utiliserai plutôt une distinction entre les angoisses primitives et les angoisses morales, qui renvoient le sujet à des étapes différentes de son développement psychique. Les angoisses primitives renvoient le sujet aux premières étapes de son développement, marqué par une dépendance absolue vis-à-vis de son environnement. Elles ont été décrites par Melanie Klein et repérées par plusieurs psychanalystes travaillant sur les effets de la crise climatique (Weintrobe, 2012). Les angoisses morales sont dues à une tension entre les pulsions et les normes morales intériorisées par le moi et ont été décrites par Freud dans le paradigme de la névrose. Le sujet en fait l'expérience à une étape plus tardive de son développement, lorsqu'il développe sa conscience morale et intériorise les normes transmises par ses parents. La description de ces deux types d'angoisse et des mécanismes de défense mis en œuvre pour s'en protéger a notamment progressé par l'étude des situations pathologiques. L'usage de ces notions ne vise cependant pas ici à renvoyer les situations décrites du côté de la pathologie : angoisses et mécanismes de défense sont inhérents à la condition humaine et traversent l'ensemble des phénomènes sociaux.

Je considèrerai les défenses contre l'angoisse comme des phénomènes à la fois psychiques et sociaux, suivant les travaux d'Eliott Jaques (1955) et d'Isabel Menzies (1960). Ceux-ci font l'hypothèse que les membres d'une institution sociale utilisent inconsciemment celle-ci comme mécanisme de défense contre l'angoisse[2]. À travers la notion de « système social de défense », ils montrent que les mécanismes de défense mobilisés par les membres d'une institution sont en lien avec la culture, les règles, les pratiques ou les modes d'organisation de celle-ci. Ils décrivent également la manière dont des mécanismes de défense différents, mobilisés par deux groupes, peuvent être complémentaires et se renforcer mutuellement. Il s'agira ici de montrer en quoi les défenses

2. Eliott Jaques et Isabel Menzies s'intéressent principalement aux « anxiétés primitives » ou « psychotiques », que j'ai nommées ici « angoisses primitives », mais le concept de système social de défense peut être étendu aux angoisses morales ou névrotiques.

mobilisées par les écologistes et par les non-écologistes[3] peuvent être envisagées comme un système social de défense, dans lequel s'inscrivent les tentatives de mobilisation par le « positif ». Pour ce faire, on peut distinguer deux dimensions au sein des discours « positifs » : l'une dans le fait de montrer que les solutions au changement climatique sont possibles, l'autre dans le fait de montrer qu'elles sont en elles-mêmes désirables. Nous verrons en quoi la mise en avant du possible s'inscrit dans un système social de défense contre des angoisses primitives et la mise en avant du souhaitable s'inscrit dans un système social de défense contre des angoisses morales.

La dimension instituante des discours positifs

Dans la plupart des situations, le changement climatique ne représente pas une menace directe au niveau individuel, mais nous affecte par l'attaque des cadres sur lesquels nous nous sommes construits. 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. Toujours selon Sally Weintrobe, cette défaillance et l'angoisse qui en résulte auraient été particulièrement fortes après l'échec de la conférence de Copenhague (2009), à la hauteur des espoirs qu'avait suscités ce « sommet de la dernière chance ».

Ces trois éléments, la représentation d'un environnement vivable, la continuité des sociétés humaines et les institutions politiques chargées d'assurer la survie des sociétés constituent ce que l'on peut nommer, avec José Bleger (1966), des « cadres ». Les cadres sont des éléments stables de l'environnement, humain et non humain, qui jouent dans le développement du sujet un rôle essentiel. Selon José Bleger, le nourrisson se vit au début de son existence dans un état de fusion avec son environnement. Grâce à une stabilité suffisante de celui-ci, et

3. Je schématiserai ici en considérant deux « groupes » : les personnes se considérant comme écologistes et les personnes ne se considérant pas comme telles.

notamment du cadre assuré par les parents, il construit son Moi comme à la fois distinct de cet environnement et faisant partie de lui. Au fil de la socialisation, le rôle de cadre en vient à être joué par les institutions et les significations imaginaires sociales, qui construisent l'identité de la personne et définissent sa vision du monde (Castoriadis, 1975). En attaquant les cadres sur lesquels nous nous sommes construits, la crise climatique bouleverse donc la capacité à s'inscrire dans le monde et à se représenter celui-ci. Elle produit un retour des angoisses primitives qui, lorsqu'elles sont insupportables, conduisent à la mise en place de mécanismes de défense perturbant la relation à la réalité.

L'une de ces défenses est le déni, qui consiste en un refus de reconnaître la réalité ou l'ampleur de la menace climatique (Weintrobe, 2012). Le déni ne supprime pas l'angoisse, mais la rend inconsciente. Il peut être total ou partiel ; dans ce dernier cas il permet de circonscrire les prises de conscience à des moments spécifiques ou bien de lui enlever de sa charge affective. L'apathie qui domine encore largement dans les réactions à la crise climatique ne correspond donc pas à une absence d'inquiétude, mais est au contraire le résultat d'une défense contre une angoisse insupportable. D'autres mécanismes de défense permettent de contenir l'angoisse, en particulier chez les écologistes. Rosemary Randall (2012) note le besoin fréquent, à partir du moment où l'on prend conscience des dégradations de la biosphère, de les connaître dans tous les détails en recherchant des articles, en les diffusant, en en parlant autour de soi. On pourrait penser que cette attitude entretient et réactive l'angoisse en se focalisant sur le problème. Selon cette auteure, il s'agit au contraire d'une manière de contenir l'angoisse, par la recherche d'une maîtrise psychique sur ce qui l'a causée. Plutôt que de subir passivement le traumatisme qu'infligent les informations sur l'état de la biosphère, on adopte ainsi une attitude active en manipulant psychiquement ces informations et en les transmettant à autrui.

Il est donc possible d'atténuer l'angoisse causée par les destructions de l'environnement par deux attitudes opposées : se tenir à distance du problème dans le premier cas, se focaliser sur celui-ci dans le second. L'interaction entre ces deux défenses permet de comprendre l'inefficacité d'une stratégie de mobilisation centrée sur l'explication du problème climatique, mais aussi pourquoi, malgré cette inefficacité, cette stratégie a autant été employée. La diffusion de messages anxiogènes peut permettre aux écologistes d'apaiser leurs propres angoisses, mais risque également de renforcer, chez les destinataires de ces messages, des défenses ayant trait au déni. S'il est une manière de contenir l'angoisse de part et d'autre, ce système social de défense inhibe la mise en œuvre des transformations sociales nécessaires pour atténuer le changement climatique et se protéger de ses effets.

Il est maintenant possible de préciser les processus en jeu dans l'approche positive de la mobilisation sur le climat. Ceux-ci tentent de

construire et renforcer des cadres permettant de contenir l'angoisse suscitée par la crise climatique sans s'engager dans les processus défensifs décrits ci-dessus. On peut ainsi illustrer quelques-uns de ces cadres avec le mouvement Alternatiba. Il s'agit d'abord de construire la représentation d'un futur possible, de donner à voir la société écologique. Les « villages des alternatives » organisés par Alternatiba réunissent de nombreuses initiatives, dans des domaines variés et à différentes échelles : coopératives d'énergies renouvelables, ateliers d'autoréparation de vélos, démonstration d'éco-construction, témoignages de « villes en transition », réflexions sur le partage des richesses, marché paysan, etc. Prise séparément, chacune de ces « alternatives » peut sembler partielle ; en les réunissant, l'objectif est de montrer qu'ensemble elles font système et préfigurent un monde à construire. Lorsque ces événements parviennent à générer une forte participation, ils donnent le sentiment qu'un grand nombre de personnes partagent des préoccupations et des envies similaires, ce qui construit un deuxième cadre : se représenter comme appartenant à une dynamique collective. « Ensemble, nous sommes une force immense », affirme ainsi une affiche montrant la foule rassemblée lors de l'événement Alternatiba Paris (septembre 2015). Pour les militants engagés dans ce mouvement, le cadre est constitué par les groupes concrets qui portent ces actions collectives. Né en octobre 2013 avec un événement organisé à Bayonne par l'association Bizi ![4], le mouvement Alternatiba s'est rapidement développé avec la création d'une centaine de groupes entre 2013 et 2015. Il s'est structuré progressivement durant cette période pour devenir l'une des principales forces portant la mobilisation pendant la Conférence de Paris sur le climat (COP21). C'est donc la dimension instituante des discours « positifs », c'est-à-dire leur capacité à créer ou renforcer des représentations collectives, des groupes et des organisations, qui permet de contenir l'angoisse et les défenses primitives.

Cette analyse permet d'interroger les limites de la mobilisation par le « positif » en posant la question suivante : quelles représentations et quels groupes cette stratégie de mobilisation construit-elle ? Selon Rosemary Randall (2009), elle peut conduire à idéaliser les solutions et à entretenir un clivage entre deux récits : d'un côté un récit entièrement positif sur les solutions, de l'autre un récit sur les problèmes qui concentre tout le négatif et le localise dans le futur, ou à distance. Toujours selon Randall, les pertes, les difficultés et les renoncements auxquels il faudrait faire face dès aujourd'hui, et qui sont inséparables des solutions, sont retirés du récit des solutions et projetés dans la représentation des problèmes. L'idéalisation des solutions diminuerait la capacité à les mettre réellement en place et renforcerait simultanément une représentation terrifiante et sidérante de l'avenir. On peut faire une

4. Le mot « bizi » signifie « vivre » en langue basque.

hypothèse similaire concernant les groupes qui portent ces messages positifs : s'agit-il de groupes idéalisés par leurs membres, où circulent principalement des éléments positifs, de la joie, de l'espoir, de l'efficacité, etc. ? Si c'est le cas, qu'advient-il des sentiments négatifs, de l'angoisse, de la perte, du sentiment d'être inefficace ou insuffisant ? Le cadre restreint de cet article ne me permet pas de développer ces questions. Je m'en tiendrai à suggérer que les discours positifs peuvent être appropriés de différentes manières : ils peuvent permettre de faire évoluer des systèmes sociaux de défense qui inhibent la transformation sociale et peuvent également jouer pour les militants un rôle défensif qui est davantage méconnu.

Sentiment de culpabilité et sobriété heureuse

J'ai distingué une deuxième dimension des discours positifs, qui ne cherchent pas seulement à montrer que les solutions à la crise climatique sont possibles, mais insistent également sur le fait qu'elles sont en elles-mêmes souhaitables. Les villages des alternatives et le film *Demain* en appellent au désir en montrant que les solutions au changement climatique peuvent être porteuses d'épanouissement, de bonheur, d'émancipation et de convivialité. Ces idéaux positifs se présentent comme l'envers de reproches souvent adressés aux écologistes qui seraient rabat-joie, dans la culpabilité et en appelleraient au renoncement. Est ici en jeu la question du sentiment de culpabilité, et plus largement des angoisses morales suscitées par la tension entre les pulsions et les normes morales.

Selon Freud (1930), il existe dans toute société une tension névrotique entre les pulsions et les normes sociales intériorisées ; cette tension se traduit au niveau individuel par le sentiment de culpabilité. Rappelons que, pour Freud, les sociétés sont en permanence menacées par les pulsions de leurs membres, en particulier par la pulsion d'agression. Pour déjouer cette menace, elles constituent un « surmoi culturel », c'est-à-dire un ensemble de normes sociales qui répriment et canalisent les pulsions individuelles, les orientant vers des objets socialement valorisés. Le sentiment de culpabilité est issu de l'intériorisation des normes sociales par le sujet, qui prend ainsi en charge la répression de ses pulsions ; il est théorisé par Freud comme un retournement des pulsions d'agression du sujet contre lui-même. Analysant ce processus sur le temps long et dans une perspective sociologique, Norbert Elias (1975) montre que le refoulement social des pulsions s'accroît à mesure que les sociétés se complexifient, que la division des fonctions devient plus poussée et que s'étendent les chaînes d'interdépendances dans lesquelles s'insère chaque individu.

On peut considérer que les crises écologiques, en révélant les impacts destructeurs de nombreuses activités humaines, conduisent à renforcer cette tension. Par l'intermédiaire de leur impact sur la biosphère, des activités

ayant lieu à un bout de la planète se révèlent avoir des impacts sur des lieux et des populations éloignés, étendant les chaînes d'interdépendances au niveau mondial. Le caractère limité de la biosphère entre en contradiction avec les modes de production et de consommation, et avec l'économie pulsionnelle instituée à travers eux. La sublimation des pulsions à travers le travail et la consommation devient équivoque : certaines activités continuent à être valorisées par une morale dominante tandis qu'une morale écologiste en vient à les considérer comme destructrices et néfastes. On peut ainsi se vivre comme ayant un impact destructeur sur son environnement à travers son travail ou ses modes de vie. Cependant, pour comprendre la manière dont les sentiments de culpabilité sont vécus, il faut également prendre en compte la manière dont ils organisent les relations entre les écologistes et le reste de la population.

Il semble en effet que le sentiment de culpabilité circule entre écologistes et non-écologistes, chaque groupe tentant de l'alléger en le projetant sur l'autre. La projection est un mécanisme de défense consistant à se débarrasser de désirs ou de sentiments gênants en les attribuant à un individu (ou un objet) extérieur à soi. Selon Harold Searles (1972), ce mécanisme est à l'œuvre dans les discours moraux portés par les écologistes. En adoptant une posture de supériorité morale, les écologistes se protègent de leur sentiment de culpabilité en expulsant les désirs contraires à leur morale et en les localisant dans les non-écologistes. Une personne écologiste peut ainsi se représenter comme cohérente, animée de bonnes intentions et de sentiments moraux, tout en se construisant une image des personnes non-écologistes comme insouciantes, animées par leurs désirs et ne recherchant que leur intérêt personnel. Selon Rosemary Randall (2005), une projection a également lieu dans l'autre sens : les non-écologistes projettent des éléments de leur conscience morale vers les écologistes. Déjà aux prises avec leurs propres injonctions morales, les écologistes se retrouvent dépositaires de celles de l'ensemble de la société. Les non-écologistes allègent leur sentiment de culpabilité en transformant une contrainte interne en une contrainte imposée de l'extérieur ; au lieu de se dire « Je dois diminuer mon impact destructeur sur l'environnement », ils peuvent ainsi se dire : « Les écologistes me demandent de diminuer mon impact destructeur sur l'environnement. » Une fois externalisée, la contrainte peut être attaquée, par exemple en caricaturant l'écologie comme puritaine, rabat-joie et culpabilisatrice.

Les occasions d'observer ces projections mutuelles sont nombreuses, par exemple dans les réactions que peut provoquer la présence d'une personne végétarienne dans un groupe. Certaines personnes s'engagent dans une justification de leurs choix alimentaires carnés, d'autres vont chercher des failles dans la posture de la personne végétarienne, exigeant de sa part qu'elle soit parfaitement cohérente tout en lui reprochant en même temps de chercher à l'être. Tout se passe comme si la

personne végétarienne, avant d'avoir prononcé le moindre mot, était déjà en train de critiquer l'alimentation carnée et d'exiger que les autres membres du groupe y renoncent. Suivant l'hypothèse que nous avons faite avec Randall, le non-végétarien est ici en train de négocier avec sa propre conscience morale, projetée dans la personne végétarienne. Du côté des végétariens, l'adoption du choix de ne plus manger de viande peut s'accompagner de la constitution d'une représentation des non-végétariens comme engagés dans des pratiques barbares, quasi criminelles. Cette représentation provient certainement en partie de la levée d'un déni sur la souffrance animale, que permet l'arrêt de la consommation de viande. Mais elle est également renforcée, si l'on suit l'hypothèse de Harold Searles (1972), par la projection du désir de manger de la viande : les non-végétariens apparaissent d'autant plus criminels aux yeux des végétariens qu'ils sont porteurs de leurs propres désirs, mais aussi des désirs des végétariens expulsés et localisés sur eux. Le système social de défense constitué par ces projections mutuelles entre écologistes et non-écologistes permet de réduire le niveau global de sentiment de culpabilité en substituant à une tension intrapsychique une tension entre deux groupes. Il est cependant un frein au changement social, dans la mesure où il ne permet pas la diffusion de modes de vie écologistes au-delà d'un cercle restreint.

À travers la mise en avant du caractère désirable des solutions à la crise climatique, l'enjeu pour les écologistes est de transformer l'économie pulsionnelle de notre société (c'est-à-dire la façon dont les pulsions sont investies à travers les activités sociales), sans renforcer le système social de défense décrit ci-dessus. Autrement dit, il s'agit de disputer à la société de consommation la définition des normes du désirable en recherchant à travers ses modes de vie d'autres voies de satisfaction et en interrogeant le système (notamment publicitaire) qui canalise les désirs vers des biens de consommation. Y parviennent-ils ? La sobriété heureuse et la mise en avant du désir aboutissent-elles à une sublimation différente des pulsions ou constituent-elles une forme de refoulement tout aussi puissante que la posture sacrificielle et moralisatrice ?

Conceptions du changement social et rapport à l'angoisse

En reprenant la distinction entre angoisses primitives et angoisses morales, j'aimerais à présent faire l'hypothèse qu'il y a un lien entre les défenses élaborées par les écologistes contre ces deux formes d'angoisse et les conceptions du changement social adoptées. Les mouvements écologistes sont traversés par des tensions entre différentes visions du changement social. À un bout du spectre se trouve la conception du changement social par les comportements individuels uniquement : selon celle-ci, c'est en premier lieu à l'individu de changer ses modes de vie et ce changement se diffuserait par essaimage, par la force de

l'exemple. À l'opposé se trouve la conception du changement social par le changement des structures sociales uniquement : il serait inutile de rechercher des changements individuels quand les leviers d'action se trouvent au niveau collectif par l'action sur les institutions, notamment politiques. Il s'agit là de deux positions-types, qui sont le plus souvent mêlées ; il n'en reste pas moins qu'elles apparaissent fréquemment en tension. Travailler sur les modes de vie revient-il nécessairement à dépolitiser la question climatique ? Travailler à changer les institutions politiques, est-ce nécessairement déresponsabiliser les individus ?

On peut faire l'hypothèse qu'à travers ces deux visions du changement social ce sont des défenses contre deux types d'angoisses différents qui sont à l'œuvre. En se préoccupant principalement de sa cohérence morale individuelle, le sujet met en place des défenses contre les angoisses primitives. Il peut être confronté à des sentiments de culpabilité difficiles à vivre, mais il se protège ainsi en partie des questions sur l'avenir de l'humanité, qui peuvent être bien plus insupportables que le sentiment de culpabilité. « Je ne sais pas si on va s'en sortir, mais au moins je fais ma part et je suis en paix avec ma conscience » : voilà en substance en quoi consiste la défense contre les angoisses primitives par la focalisation sur les questions morales. Cette défense est à mettre en lien avec la faiblesse des institutions et des collectifs permettant de penser une action collective face au changement climatique. À l'inverse, en investissant principalement la problématique du changement politique, le sujet peut se défendre contre des angoisses morales. Cette approche tend à idéaliser le changement institutionnel et à dévaloriser toute action portant sur les modes de vie individuels. Elle met parfois de côté le fait que certains modes de vie ne seront jamais compatibles avec les limites de la biosphère, quels que soient les changements institutionnels que l'on serait parvenu à impulser. Lorsqu'elles sont posées comme exclusives l'une de l'autre, ces deux approches établissent un clivage entre un « bon » mode d'action, dont l'idéalisation permet de soutenir l'espoir, et un « mauvais » mode d'action, support des projections négatives. Dans une situation où tous les modes d'action à notre portée paraissent insuffisants, le risque est ainsi de se défendre contre l'angoisse que produit ce constat en idéalisant un mode d'action aux dépens d'un autre, au lieu de chercher à les combiner au mieux.

Conclusion

J'ai cherché à montrer dans cet article de quelle manière la volonté de mobiliser par le positif traitait les angoisses suscitées par le changement climatique. Ces angoisses génèrent des mécanismes défensifs différents chez les écologistes et dans le reste de la population, formant des systèmes sociaux de défense qui organisent la relation entre ces deux groupes. En mettant en avant le caractère possible et désirable des

solutions à la crise climatique, les discours positifs peuvent être envisagés comme issus d'un savoir pratique sur l'angoisse et ses effets et comme tentative de faire évoluer des systèmes sociaux de défense inhibants pour le changement social. Mais, de manière plus méconnue, ils peuvent également jouer un rôle défensif plus immédiat pour les écologistes, les protégeant en partie des angoisses suscitées par la crise climatique. Se figeant en une promesse illusoire d'éviter toute angoisse, toute frustration et toute perte, ils peuvent alors tendre davantage vers la position idéologique décrite par René Kaës (2016). La question du changement social est étroitement liée aux possibilités de modification des systèmes sociaux de défense qui traversent la société. Il me semble que les mouvements écologistes ont un rôle essentiel à jouer dans ce processus ; il suppose d'avoir conscience de la place que l'on occupe, en tant qu'écologiste, au sein des systèmes sociaux de défense afin d'être capable de les transformer plutôt que de contribuer à les reproduire. Ce qui se joue ici est la capacité des mouvements écologistes à aider au dépassement de défenses inhibant nos facultés de réaction et à favoriser l'élaboration de l'angoisse dans des modes d'action créatifs, ajustés, en contact avec les réalités psychiques et sociales.

Bibliographie

Alternatiba. 2013. « Le projet Alternatiba », [en ligne] https://alternatiba.eu/wp-content/uploads/ressources/alternatiba-FR.pdf.

Bleger, J. 1979. « Psychanalyse du cadre psychanalytique », dans R. Kaës, A. Missenard, R. Kaspi, D. Anzieu, J. Guillaumin et J. Bleger, *Crise, rupture et dépassement. Analyse transitionnelle en psychanalyse individuelle et groupale,* Paris, Dunod.

Castoriadis, C. 1975. *L'institution imaginaire de la société*, Paris, Le Seuil.

Dion, C. ; Laurent, M. 2015. *Demain* [Film documentaire]*,* Move Movie, France 2 Cinéma, Mars Films, Mely Production.

Elias, N. 1975. *La dynamique de l'Occident*, Paris, Pocket.

Freud, S. 1930. *Le malaise dans la culture*, Paris, Flammarion, 2010.

Girandola, F. 2000. « Peur et persuasion : présentation des recherches (1953-1998) et d'une nouvelle lecture », *L'année psychologique*, 100, 2, 333-376.

Jaques, E. 1955. « Social System as a defence against Persecutory and Depressive Anxiety », dans A. Lévy (textes choisis et annotés par), *Psychologie sociale : textes fondamentaux anglais et américains,* Paris, Dunod, 1978.

Kaës, R. 2016. *L'idéologie. L'idéal, l'idée, l'idole,* Paris, Dunod.

Menzies, I. 1960. « A Case-Study in the Functioning of Social Systems as a Defence against Anxiety », dans I. Menzies, *Containing Anxiety in Institutions: Selected Essays, volume 1*, London, Free Association Books, 1988.

O'Neill, S. ; Nicholson-Cole, S. 2009. « "Fear Won"t Do It' Promoting Positive Engagement With Climate Change Through Visual and Iconic Representations », *Science Communication*, 30, 3, 355-379.

Randall, R. 2005. « A new climate for psychotherapy? », *Psychotherapy and Politics International*, 3, 3, 165-179.

RANDALL, R. 2009. « Loss and Climate Change: The Cost of Parallel Narratives », *Ecopsychology*, 1, 3, 118-129.
RANDALL, R. 2012. « Great expectations. The psychodynamics of ecological debt », dans S. Weintrobe, *Engaging with Climate Change: Psychoanalytic and Interdisciplinary Perspectives*, Abingdon-on-Thames, Routledge.
SEARLES, H. F. 1972. « Unconscious processes in relation to the environmental crisis », *Psychoanalytic Review*, 59, 3, 361-374.
STOKNES, P. E. 2014. « Rethinking climate communications and the psychological climate paradox », *Energy Research & Social Science*, 1, 161-170.
WEINTROBE, S. 2012. « The difficult problem of anxiety in thinking about climate change », dans *Engaging with Climate Change: Psychoanalytic and Interdisciplinary Perspectives*, Abingdon-on-Thames, Routledge.

JEAN LE GOFF, DES EFFETS DES DISCOURS POSITIFS SUR LES ANGOISSES LIÉES AU CHANGEMENT CLIMATIQUE

RÉSUMÉ
Ces dernières années se sont développés des mouvements cherchant à mobiliser sur le changement climatique en portant un discours positif. Cet article vise à expliciter les problématiques psychosociales auxquelles sont confrontés les militants et militantes. Il explore les angoisses et sentiments de culpabilité éveillés par la crise climatique ainsi que les mécanismes de défense mis en place pour s'en protéger par les écologistes comme dans le reste de la population. Posant le rapport à l'angoisse comme socialement institué, il décrit les systèmes sociaux de défense en jeu et la manière dont ils organisent les relations entre écologistes et non-écologistes. Il propose enfin l'hypothèse que les différentes conceptions du changement social au sein des mouvements écologistes sont liées aux rapports que les militants entretiennent avec leurs propres angoisses.

MOTS-CLÉS
Changement climatique, militantisme climatique, angoisse, sentiment de culpabilité, systèmes sociaux de défense, écologie politique.

JEAN LE GOFF, THE EFFECTS OF POSITIVE MESSAGES ON CLIMATE CHANGE RELATED ANXIETIES

ABSTRACT
Climate movements are incrinsingly using a positive approach to raising awareness on climate change. This article aims at analysing psycho-social issues at stake in positive communication. It explores anxieties and feelings of guilt raised by the climate crisis, and defense mechanisms used among ecologists, as well as in the rest of the population. Looking at anxiety as socially instituted, the article describes social defense systems at work in interactions between ecologists and non-ecologists. Finally, it suggests that conceptions of social change among climate movements may be bound to the way activists deal with their own anxiety.

KEYWORDS
Climate change, climate activism, anxiety, guilt, social defense systems, political ecology.