

# PSYCHOLOGIE

Les concepts présentés dans cette thématique découlent de théories diverses et d'époques différentes. Ils n'ont pas pour but d'imposer une vérité, mais d'introduire quelques idées, poussant un questionnement autour de l'effondrement de nos sociétés en lien avec le domaine de la psychologie.

## *La théorie de la dissonance cognitive*

Cette théorie est proposée en 1957 par le psychologue américain Leon Festinger. Elle suggère l'idée que l'être humain ressent un inconfort quand certaines de ses cognitions (idées, pensées, valeurs, actions, etc.) ne sont pas en accord les unes avec les autres, générant ainsi un déplaisir autant psychologique que physiologique. Dès lors, une personne va réajuster ces cognitions pour que celles-ci soient cohérentes entre elles. Mais, généralement, nous avons tendance à modifier nos attitudes, plutôt que nos comportements. Et, pour cause, il est plus facile et moins énergivore de changer nos idées que nos actes.

Par exemple, Jeanne fait ses courses et se retrouve devant la boucherie tout en étant éclairée sur les problèmes écologiques actuels, et plus précisément sur l'impact qu'a l'élevage de viande rouge sur la planète. La cliente, pour atténuer son dilemme moral, pourra se dire :

- « De toute façon, l'animal est déjà mort, il faut le manger pour qu'il n'y ait pas de gaspillage »
- « C'est pas un steak de moins qui va changer le monde »

Ainsi, Jeanne atténue et rééquilibre les relations entre ses différentes cognitions, et achète le steak.

## *Eco-anxiété*

L'American Psychological Association (APA) définit l'anxiété comme « un état émotionnel négatif se produisant dans certaines formes de désordre mental qui provoque la nervosité, la peur, l'appréhension et l'inquiétude ».

L'éco-anxiété, elle, renvoie à « une peur chronique de la catastrophe environnementale. » (APA, 2017)

Cette situation d'angoisse profonde, de mal-être, pousse certain-e-s à se refermer sur elles-mêmes ou eux-mêmes, alors qu'elle peut être source d'action pour d'autres, à l'image de Greta Thunberg (illustration).



## *Homo faber VS homo sapiens*

A l'occasion de la COP21 en 2015, Dominique Bourg nous suggère que « nous sommes plus homo faber qu'homo sapiens. » (Bourg, 2015). Ainsi, il fait la distinction entre homo sapiens qui renvoie à l'idée que l'être humain est doté d'un intellect capable de représentations abstraites, de penser sur le long terme. A l'opposé, l'homo faber réagit à ses sensations immédiates.

Par exemple, selon Dominique Bourg, l'humain est plus homo faber qu'homo sapiens car les nombreux rapports du GIEC et les mises en gardes de la communauté scientifique ne l'atteignent pas directement, ne le faisant pas réagir. En effet, l'humain peut « sentir la météo, mais jamais le climat. » (Bourg, 2015).

### POUR ALLER PLUS LOIN

- Pourquoi le drame écologique mobilise-t-il si peu? - [reporterre.net/Pourquoi-le-drame-ecologique-mobilise-t-il-si-peu](http://reporterre.net/Pourquoi-le-drame-ecologique-mobilise-t-il-si-peu)
- Mental Health and our changing climate : impacts, implications, and guidance [www.apa.org/news/press/releases/2017/03/mental-health-climate.pdf](http://www.apa.org/news/press/releases/2017/03/mental-health-climate.pdf)
- Réchauffement climatique : pourquoi cela n'intéresse pas - [www.lemonde.fr/cop21/video/2015/12/02/rechauffement-climatique-pourquoi-cela-n-interesse-pas\\_4822555\\_4527432.html](http://www.lemonde.fr/cop21/video/2015/12/02/rechauffement-climatique-pourquoi-cela-n-interesse-pas_4822555_4527432.html)

*Quelles sont vos émotions et vos pensées face à cet effondrement ?*