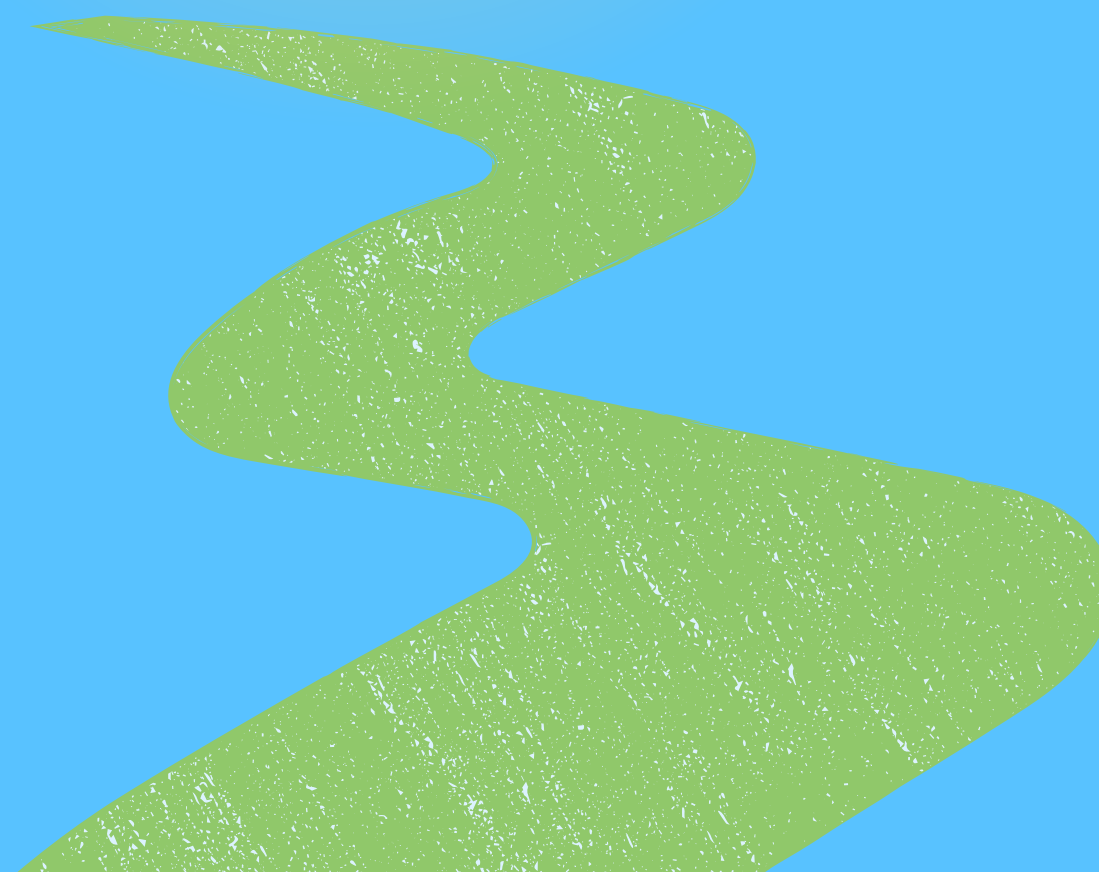




S'ENGAGER AVEC L'ÉCOANXIÉTÉ



VALIDER ET PRENDRE SOIN

1. RECONNAÎTRE LE VÉCU

Signe d'une conscience sensible : émotions messagères

2. APPRIVOISER L'ÉCOANXIÉTÉ

Vivre-avec une écoanxiété *practicable*

-> Tolérer l'incertitude

-> *Sustainable-self*

Contenir ensemble le « positif » et le « négatif »

Espoir lucide malgré le tragique

3. (RE)TISSER DU LIEN

Un lieu pour digérer et faire sens

Se joindre à un groupe et

(Ré)enraciner notre lien à la nature

Co-construire un langage commun



S'ENGAGER

« *Comment puis-je aider?* »

1. Quel engagement?

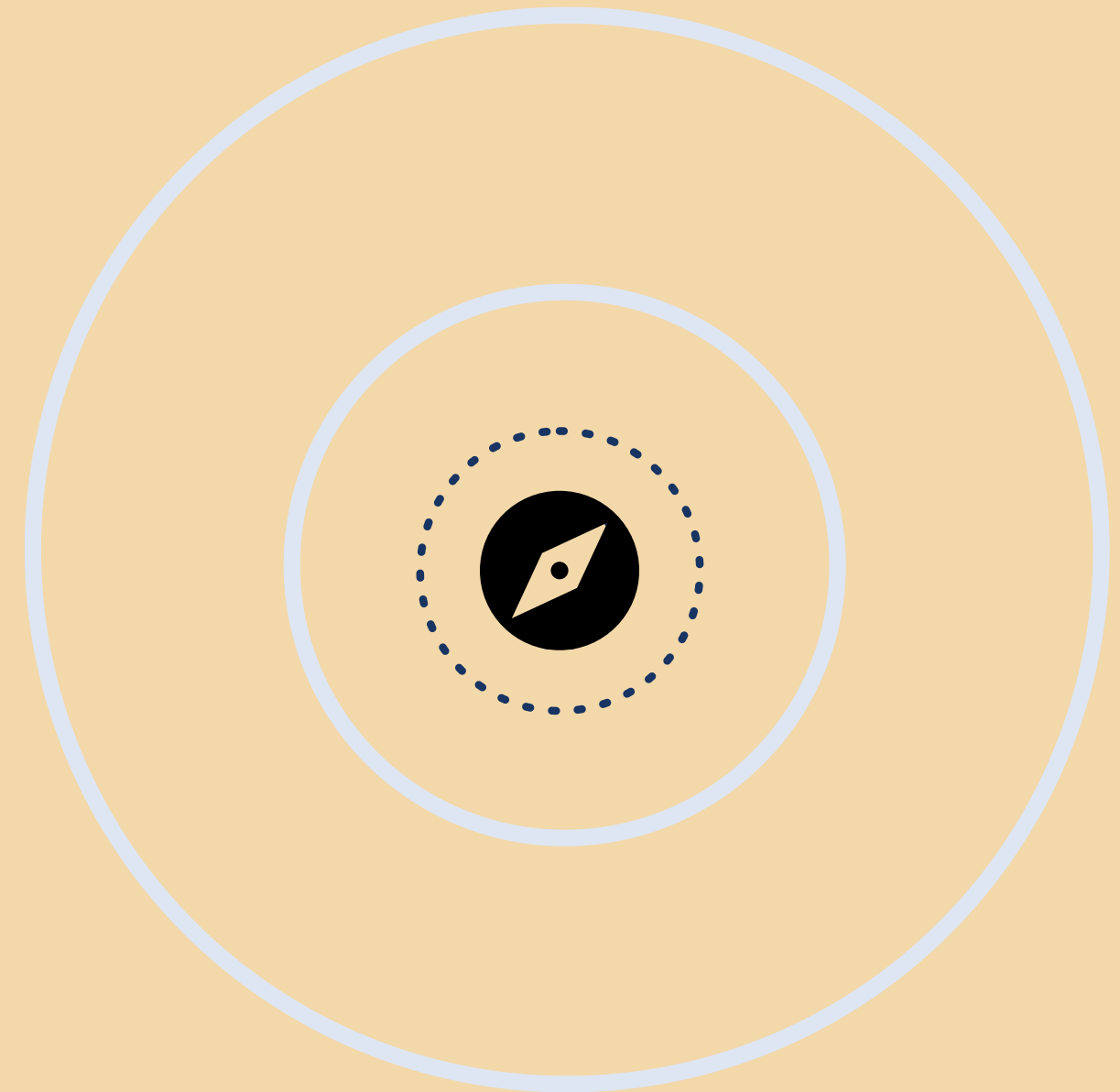
Un remède à l'écoanxiété?
Le revers de l'engagement

2. Types d'engagement

Cohérence entre sphère privée et sphère publique

3. Approche critique

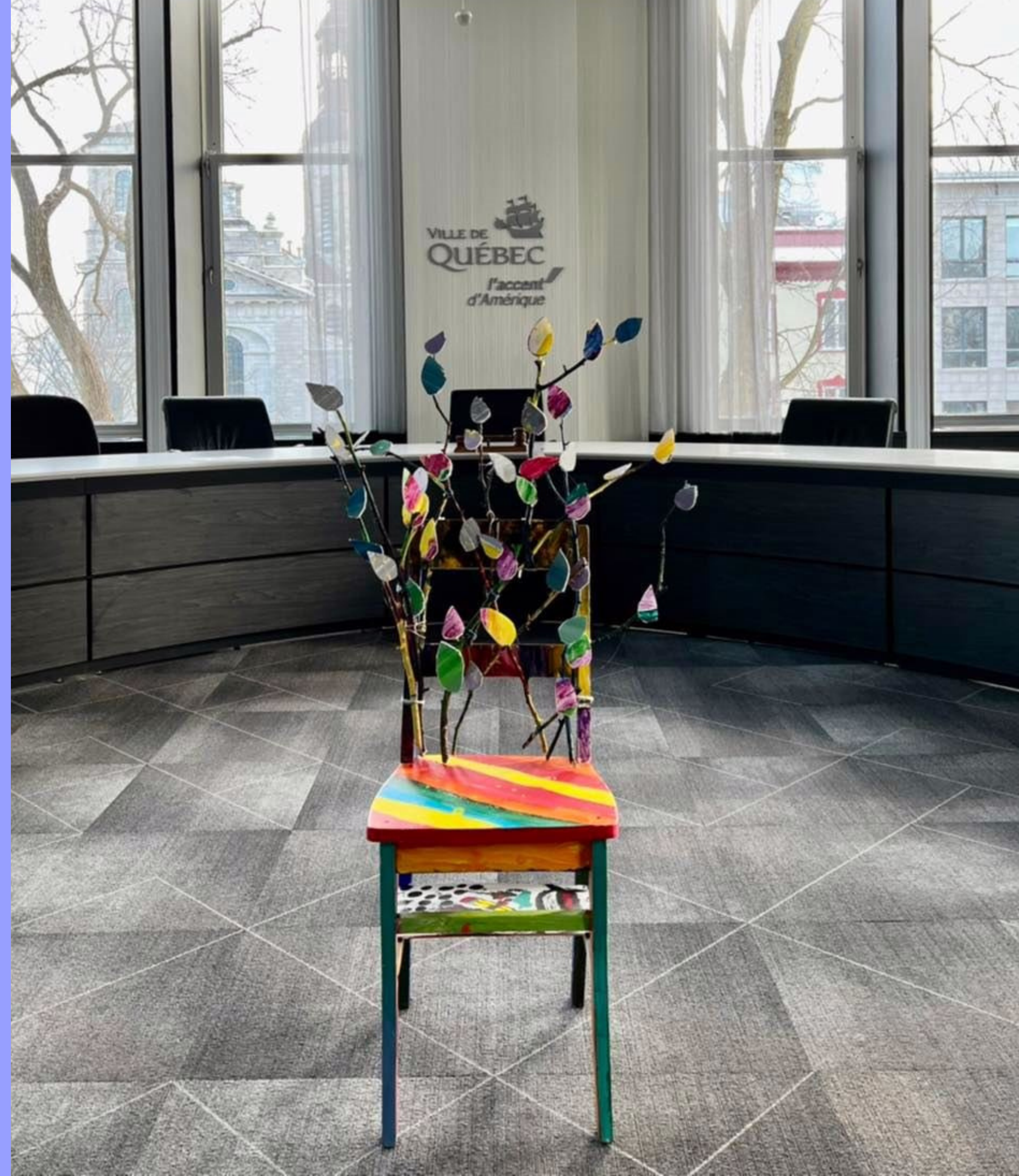
Vigilance à ne pas répéter les discours
Dimensions politiques et systémiques des enjeux
Convergence des luttes



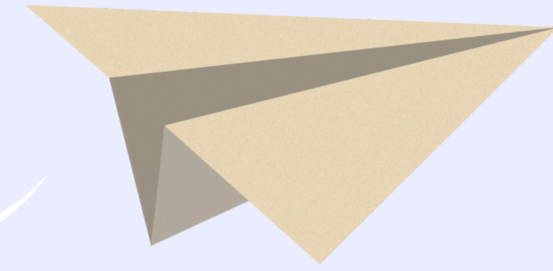
**POUR LA SUITE
DU MONDE :**

L'IMAGINER

CHAISE DU TEMPS
HÔTEL DE VILLE DE QUÉBEC



Quelques références



Hickman, C., Marks, E., Pihkala, P., Clayton, S., Lewandowski, E. R., Mayall, E.E., Wray, B., Mellor, C., and van Susteren, L. (2021) Young People's Voices on Climate Anxiety, Government Betrayal and Moral Injury: A Global Phenomenon. Preprint with The Lancet : <http://dx.doi.org/10.2139/ssrn.3918955>

Gousse-Lessard, A.-S., et Lebrun-Paré, F. (2021). Regards croisés sur le phénomène « d'écoanxiété » : perspectives psychologique, sociale et éducationnelle. *Revue Éducation Relative à l'Environnement et à l'Éco-citoyenneté*, 17.1. <https://journals.openedition.org/ere/8159>

Ojala, M., Cunsolo, A., Ogunbode, C. A., & Middleton, J. (2021). Anxiety, worry, and grief in a time of environmental and climate crisis : A narrative review. *Annual Review of Environment and Resources*, 46:10.1-10.24. <https://doi.org/10.1146/annurev-environ-012220-022716>

Pihkala, P. (2020). Anxiety and the ecological crisis: An analysis of eco-anxiety and climate anxiety. *Sustainability*, 12. 7836. doi:10.3390/su12197836

St-Jean, K. (2020). *Apprivoiser l'écoanxiété, et faire de ses écoémotions un moteur de changement*. Les Éditions de l'Homme. Montréal, Québec