



RAPPORT D'ÉTUDE: L'ÉCO-ANXIÉTÉ CHEZ LES JEUNES DE 16 À 25 ANS

Le soutien de la Commission européenne à la production de cette publication ne constitue pas une approbation de son contenu, qui reflète uniquement les opinions des auteurs, et la Commission ne peut être tenue responsable de l'utilisation qui pourrait être faite des informations contenues dans cette publication.

Uchendu, J.O, Goetheer, C.D.J. & van den Broek, K.L. (2024), Report on the EcoreactEU Study on Youth Eco-Anxiety.



Utrecht
University



Co-funded by
the European Union

Sommaire

Contexte	3
Partenaires du projet	5
Principales conclusions	6
Partie 1 : Analyse documentaire	7
1.1 Introduction	8
1.2 Les émotions prédominantes de l'éco-anxiété chez les jeunes	9
1.3 Causes de l'éco-anxiété chez les jeunes	10
1.4 Mécanismes d'adaptation à l'éco-anxiété	10
1.5 Perception et rôle des travailleurs jeunesse dans le soutien aux jeunes face à l'éco-anxiété	11
Partie 2 : Résumé de l'étude EcoReactEU	13
2.1 Méthodes	13
2.2 Résultats et discussion	16
Principales recommandations	30
Conclusion	33
Bibliographie	34
Annexes	39

Contexte

Le sujet de l'impact des bouleversements environnementaux sur le bien-être humain est de plus en plus débattu. Alors que les rapports sur l'aggravation des bouleversements environnementaux à l'échelle mondiale se multiplient, les facteurs de stress multiples sur la santé humaine, les migrations et l'économie gagnent en intensité. Par conséquent, les liens entre le bien-être mental et l'environnement sont devenus des sujets importants pour les médias et la recherche scientifique. L'impact des problèmes environnementaux sur la santé mentale se manifeste sous différentes formes. Cependant, nous parlons plus couramment d'un phénomène d'« éco-anxiété », qui traverse globalement toute la société. L'éco-anxiété est un ensemble d'émotions ressenties en relation avec des problèmes environnementaux récurrents et à l'inaction des gouvernements face à l'ampleur des enjeux environnementaux. Ces émotions comprennent, entre autres, l'anxiété, la tristesse, la culpabilité, la solitude, l'espoir, le désespoir, etc. Le projet EcoReactEU, soutenu par le programme Erasmus+ de l'Union européenne, a été conçu pour améliorer la compréhension de la communauté éducative de l'éco-anxiété des jeunes, et favoriser la formulation d'une réponse éducative adaptée pour accompagner les jeunes en proie à l'éco-anxiété.

Le projet EcoReactEU vise à lutter contre l'éco-anxiété des jeunes en Europe par l'éducation et l'action. Il vise également à améliorer notre compréhension collective de l'éco-anxiété chez les jeunes, grâce à une étude scientifique

de la question. Les résultats de cette étude serviront de base au projet qui comprend le développement d'une plateforme européenne de ressources pour l'intégration de l'éco-anxiété dans les projets et les politiques de jeunesse. Les résultats permettront également d'assurer la pertinence des outils produits dans le cadre du projet au regard de la réalité des jeunes et des travailleurs jeunesse interrogés. Grâce à ce projet, nous diffuserons et populariserons les connaissances sur l'éco-anxiété et fournirons des outils pédagogiques aux travailleurs jeunesse et aux éducateurs dans leur ensemble.

À travers un consortium interdisciplinaire, l'Université d'Utrecht, la Ligue de l'enseignement, ARCI et Eko Greece ont mené une étude dans le cadre du projet EcoReactEU afin d'examiner l'impact des problèmes environnementaux tels que le changement climatique, la perte de biodiversité, la pollution, etc. sur le bien-être psychologique des jeunes vivant dans 4 pays d'Europe, à savoir la France, la Grèce, l'Italie et les Pays-Bas. Les réponses reçues des Pays-Bas étaient toutefois comparativement plus faibles que celles des autres pays et n'ont donc pas été prises en compte lors de la phase d'analyse de l'étude. L'objectif de l'étude était de mieux comprendre l'éco-anxiété chez les jeunes et d'obtenir des informations pouvant être nourries par les travailleurs jeunesse.

Cette étude a été menée auprès de 632 jeunes âgés de 16 à 25 ans vivant dans les pays spécifiés, par le biais d'une enquête qui a recueilli des réponses sur

leurs émotions, leur intensité, leurs causes et leurs stratégies d'adaptation en ce qui concerne leur expérience de l'éco-anxiété. L'étude s'est attachée à mieux comprendre l'éco-anxiété chez les jeunes et à rechercher des solutions potentielles pouvant être adoptées dans des contextes pédagogiques en impliquant les travailleurs jeunesse. Les travailleurs jeunesse ont également été interrogés sur leur propre expérience de l'éco-anxiété, ainsi que la mesure dans laquelle ils pouvaient prédire avec précision les émotions, les niveaux, les causes et les mécanismes d'adaptation de l'éco-anxiété chez les jeunes.

Ce rapport est divisé en deux parties principales. La partie 1 comprend une analyse documentaire qui explore la littérature existante sur l'éco-anxiété chez les jeunes et met en évidence les lacunes que notre étude visait à combler. La partie 2 comprend un résumé détaillé de l'étude, y compris les méthodes, les résultats, une brève section de discussion et les principales recommandations de l'étude.



Partenaires du projet



La Ligue de l'enseignement

Fondée en 1866, la Ligue de l'enseignement (France) est une ONG qui vise à garantir l'accès à l'éducation pour tous, indépendamment de l'âge, de l'origine sociale et ethnique. Elle promeut également une société laïque, la solidarité entre les citoyens et une citoyenneté active. La Ligue de l'enseignement regroupe plus de 20 000 associations dans 102 fédérations départementales et 13 unions régionales dans le but commun de former des citoyens responsables qui utiliseront pleinement leurs droits et seront actifs dans la société en renforçant son caractère démocratique, humaniste et social.



Eko Greece

Le groupe Entrepreneuriat et Économie Sociale (EKO) est une organisation à but non lucratif basée à Athènes, en Grèce, qui opère au niveau local et européen et dont le principal groupe cible est la jeunesse. Sa mission première est de contribuer à la création d'une société inclusive, exempte de préjugés et de discriminations, qui sera en mesure de se développer et de croître de manière durable.



Arci Aps

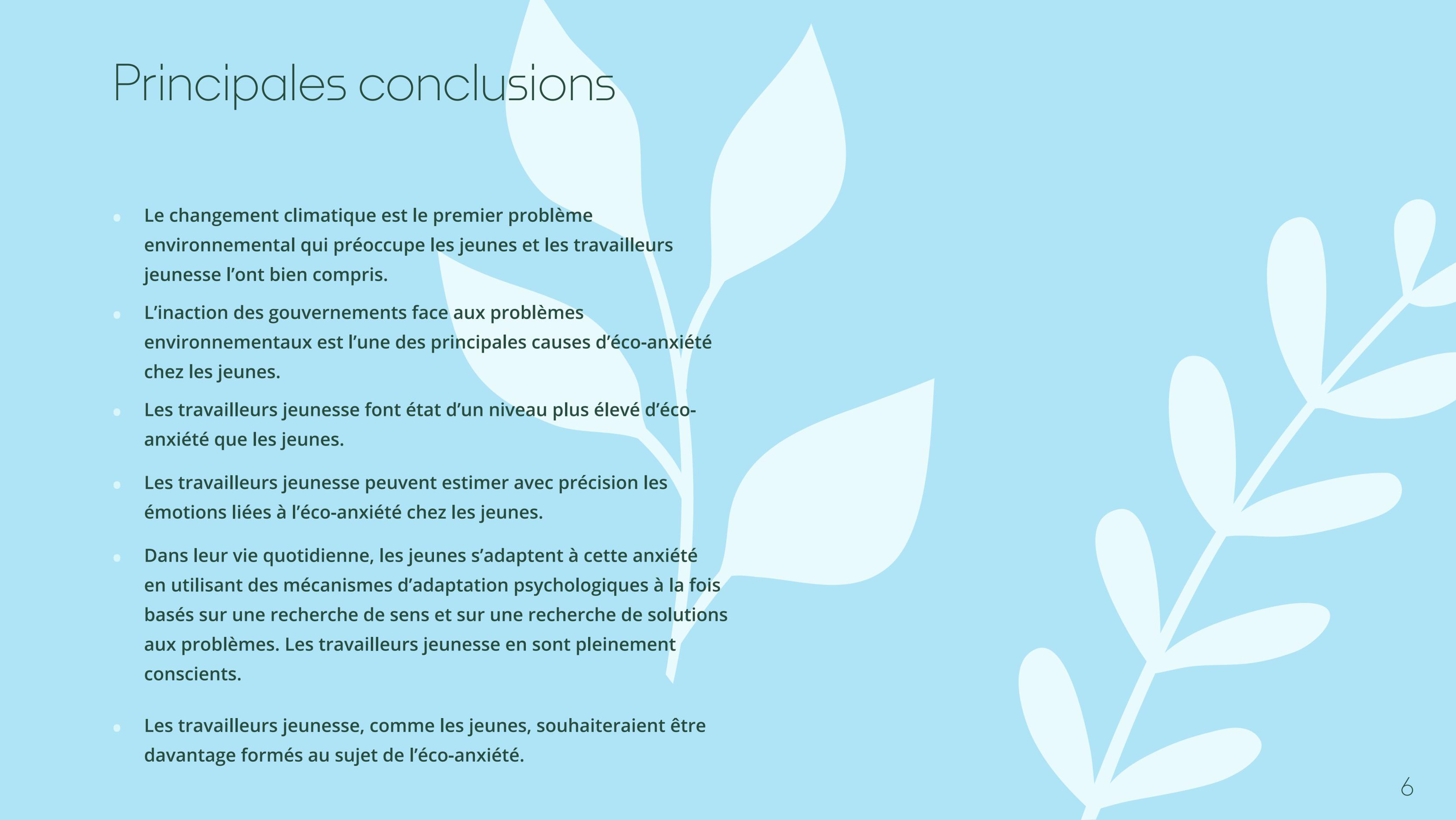
Arci Aps a été fondée en 1957 et est présente sur l'ensemble du territoire italien, avec près de 1 000 000 de membres et plus de 4 000 clubs. ARCI est engagée dans des actions d'intervention sociale, avec l'objectif de favoriser la participation des citoyens et de promouvoir les droits des citoyens les plus vulnérables ou marginalisés.



Université d'Utrecht

L'Université d'Utrecht est une institution académique basée à Utrecht, aux Pays-Bas, dont l'objectif est de créer un monde meilleur grâce à la recherche sur des questions complexes qui dépassent les frontières des disciplines scientifiques. L'institut Copernicus du Développement Durable rattaché à l'université d'Utrecht, a contribué au projet EcoreactEU sur la base de sa mission qui consiste à relier la recherche à la mission sociale par le biais de partenariats mondiaux.

Principales conclusions



- Le changement climatique est le premier problème environnemental qui préoccupe les jeunes et les travailleurs jeunesse l'ont bien compris.
- L'inaction des gouvernements face aux problèmes environnementaux est l'une des principales causes d'éco-anxiété chez les jeunes.
- Les travailleurs jeunesse font état d'un niveau plus élevé d'éco-anxiété que les jeunes.
- Les travailleurs jeunesse peuvent estimer avec précision les émotions liées à l'éco-anxiété chez les jeunes.
- Dans leur vie quotidienne, les jeunes s'adaptent à cette anxiété en utilisant des mécanismes d'adaptation psychologiques à la fois basés sur une recherche de sens et sur une recherche de solutions aux problèmes. Les travailleurs jeunesse en sont pleinement conscients.
- Les travailleurs jeunesse, comme les jeunes, souhaiteraient être davantage formés au sujet de l'éco-anxiété.

Partie 1 : Analyse documentaire

Cette partie du rapport a été conçue dans l'optique d'explorer les connaissances établies sur l'éco-anxiété des jeunes à partir d'études antérieures. Il s'agit de fournir des informations substantielles sur les émotions prévalentes dans l'éco-anxiété ainsi que sur certaines des causes identifiées de l'éco-anxiété chez les jeunes.

Il s'agit également d'explorer des mécanismes d'adaptation psychologiques auxquels les jeunes ont recours pour gérer l'éco-anxiété, ainsi que des implications de chacun de ces mécanismes. Les travailleurs jeunesse et leurs perceptions de l'éco-anxiété chez les jeunes, ainsi que le potentiel très peu exploré des travailleurs jeunesse pour soutenir les jeunes face à l'éco-anxiété seront enfin analysés.



1.1 Introduction

Globalement, les problèmes environnementaux et les menaces telles que le changement climatique, la perte de biodiversité, la pollution plastique... sont en augmentation, menaçant la santé et le bien-être psychologique des jeunes (Groupe d'experts intergouvernemental sur l'évolution du climat, 2022 ; UNICEF, 2021). Ces derniers temps, il a beaucoup été question des impacts potentiels des problèmes environnementaux sur la santé mentale humaine. Ces impacts résultent d'une exposition directe et indirecte aux problèmes environnementaux (Clayton, 2020). Les réactions émotionnelles telles que l'augmentation de l'anxiété, de la dépression, de la peur... sont connues sous le nom d'« éco-anxiété ». Bien que l'éco-anxiété ait des définitions variées selon les experts, ce phénomène peut être décrit comme étant une large gamme d'émotions ressenties en relation avec les problèmes environnementaux ou l'état des écosystèmes planétaires (Pikhala, 2020)¹. Bien que l'éco-anxiété soit ressentie par toutes les générations, la jeunesse de manière générale est plus vulnérable à l'éco-anxiété en raison du stade de développement de ses fonctions cognitives et de sa sensibilité accrue aux problèmes de santé liés au climat en temps de crise (Wu et al., 2020). Les jeunes, en particulier ceux qui sont confrontés à un avenir profondément marqué par le changement climatique, auront besoin d'un soutien psychologique pour faire face à leur éco-anxiété.

L'éco-anxiété chez les jeunes se présente comme une forme grave et débilitante d'inquiétude et de stress face à notre environnement naturel changeant et incertain (Gifford & Gifford, 2016). De nombreuses études ont mis en évidence les diverses façons dont l'éco-anxiété peut impacter la santé mentale des jeunes. Il s'agit notamment de la détresse psychologique

exprimée par l'anxiété, la dépression et la perte de contrôle émotionnel (Searle & Gow, 2010 ; Stanley et al., 2021). De même, des symptômes de stress, d'inquiétude pathologique, d'insomnie, de stress post-traumatique et d'impacts fonctionnels négatifs ont également été observés dans d'autres études sur l'éco-anxiété (Ogunbode et al., 2021 ; Verplanken et al., 2020 ; Hickman et al., 2021 ; Sciberras & Fernando, 2022). D'autres études ont également fait état de difficultés à dormir et d'une incapacité à profiter des situations sociales avec les amis et la famille chez les jeunes souffrant d'éco-anxiété (Hogg et al., 2021 ; Ogunbode et al., 2021). On a également constaté que l'éco-anxiété avait une influence directe sur la décision de procréer, amenant beaucoup de jeunes couples à décider de ne pas faire d'enfants. Ils craignent que leurs enfants subissent davantage les effets du changement climatique à l'avenir, tout en contribuant à ce changement par l'augmentation de leur empreinte carbone (Hickman et al., 2021). D'autre part, l'éco-anxiété a également été associée à certains comportements positifs et pro-environnementaux, tels que le militantisme climatique, qui contribue à atténuer certains des impacts négatifs susmentionnés. Bien que ces émotions soient éprouvantes, l'éco-anxiété est toujours considérée comme une réponse rationnelle à une crise mondiale et n'est donc pas considérée comme une maladie mentale (Clayton & Karazsia, 2020 ; Crandon et al., 2022).

De nombreux jeunes en Europe souffrent d'éco-anxiété. 45 % des jeunes européens âgés de 16 à 25 ans ont déclaré que l'éco-anxiété avait un impact significatif sur leur vie quotidienne en raison de l'anxiété et de la détresse qu'elle engendre (The European House - Ambrosetti, 2023). Une enquête mondiale sur l'éco-anxiété menée auprès de 10 000 jeunes âgés de 16 à 25 ans vivant dans 10 pays, dont la Finlande, le Royaume-Uni, la France et le Portugal, a montré qu'ils étaient soit très inquiets, soit extrêmement inquiets

1. D'autres termes tels que l'anxiété liée au climat ou au changement climatique, les émotions liées au climat et la détresse liée au climat sont également largement utilisés dans la littérature sur les émotions liées à l'environnement ; ils font généralement référence à des émotions directement associées à la crise climatique et non à des problèmes environnementaux plus larges.

du changement climatique, au point que cela avait un impact sur leur vie quotidienne (Royaume-Uni 49 %, Portugal 65 %, France 58 %, Finlande 44 %) (Hickman et al., 2021). Une autre étude récente sur les niveaux d'éco-anxiété en Italie a révélé que les jeunes, comparés aux adultes, avaient des niveaux d'anxiété plus élevés concernant leur impact personnel sur l'environnement (Rocchi et al., 2023). Une autre étude transnationale portant sur des jeunes grecs et néerlandais a mis en évidence le rôle des reportages sur le changement climatique dans les médias sur leur bien-être, évoquant des réactions émotionnelles fortes telles que la colère, la peur et l'anxiété face à l'inaction humaine face au problème (Parry et al., 2022). Alors que la littérature actuelle montre des niveaux significatifs d'éco-anxiété en Europe du Nord-Ouest, on ne sait pas encore clairement quels sont les niveaux d'éco-anxiété chez les jeunes de l'Europe méditerranéenne, bien qu'ils subissent des impacts plus importants du changement climatique par rapport à d'autres parties de l'Europe (Groupe d'experts intergouvernemental sur l'évolution du climat, 2022 ; Pietrapertosa et al., 2019).

Comprendre l'éco-anxiété chez les jeunes est une étape essentielle pour améliorer leur bien-être et promouvoir leur capacité à adopter des comportements pro-environnementaux. Cette compréhension contribue non seulement à améliorer les politiques environnementales sur le bien-être des jeunes, mais permet également aux parents et aux éducateurs qui cherchent des conseils pour aborder l'éco-anxiété chez les jeunes de bénéficier d'informations précieuses et de meilleures pratiques (Verlie et al., 2020). Notre étude vise à améliorer la compréhension de l'éco-anxiété chez les jeunes âgés de 16 à 25 ans résidant en France, en Grèce et en Italie², étant donné que ces régions restent sous-représentées dans la littérature scientifique sur l'éco-anxiété. En outre, nous prenons en compte les perspectives des travailleurs jeunesse, reconnaissant leur rôle potentiel dans la transmission de conseils

pour faire face à l'éco-anxiété. L'étude examine la précision des estimations des travailleurs jeunesse concernant les émotions, les niveaux, les causes et les mécanismes d'adaptation liés à l'éco-anxiété chez les jeunes. En outre, elle recueille des informations sur leurs connaissances en matière d'éco-anxiété et identifie leurs besoins de formation. Les sections suivantes de ce rapport se pencheront sur les principales conclusions et recommandations tirées de cette étude.

1.2 Les émotions prédominantes de l'éco-anxiété chez les jeunes

L'éco-anxiété est considérée comme un spectre d'émotions multiples qui passent souvent de l'une à l'autre chez les jeunes (Li & Monroe, 2019). Au sein de ce spectre, les émotions les plus répandues chez les jeunes sont la colère, la tristesse, la peur, l'inquiétude, le stress, l'impuissance, la frustration, la culpabilité, la honte, la solitude et l'espoir (Searle & Gow, 2010 ; Pikhala, 2022). Cette liste n'est toutefois pas exhaustive, car l'éco-anxiété reste un sujet nouveau. L'exploration de ces émotions peut nous aider à déterminer les niveaux d'éco-anxiété chez les jeunes et la mesure dans laquelle ils ont un impact négatif sur leur capacité à s'épanouir et à mener une vie normale. De nombreux jeunes éco-anxieux ont une vision pessimiste de l'avenir (Hickman et al., 2021). Ces convictions découlent de leur perception de l'incapacité de l'humanité à protéger la planète et à préserver leur avenir ; elles sont également interprétées comme un sentiment de diminution des possibilités qui s'offrent à eux par rapport aux générations précédentes. D'autre part, la recherche montre également que le spectre de l'éco-anxiété comprend aussi le ressenti d'émotions positives telles que l'inspiration, la gratitude, l'empathie, la responsabilisation et l'espoir (Pikhala, 2022 ; Clayton, 2020). Toutefois, des recherches supplémentaires sont nécessaires pour comprendre pleinement ces manifestations positives de l'éco-anxiété chez les jeunes.

2. Nous avons initialement inclus les Pays-Bas dans cette étude, mais en raison du faible nombre de réponses à l'enquête, les Pays-Bas ont été retirés et seuls trois pays ont été pris en compte dans l'analyse.

1.3 Causes de l'éco-anxiété chez les jeunes

L'éco-anxiété peut être déclenchée par l'expérience directe et indirecte de problèmes environnementaux. Les expériences directes comprennent l'exposition aux impacts du changement climatique comme les inondations, les ouragans, les feux de forêt, etc. (Ma et al., 2020). Les expériences indirectes comprennent la prise de conscience des problèmes et des menaces environnementales par les médias, l'observation des changements dans l'environnement local et les expériences directes de proches. Hickman et al. (2021) ont également suggéré que les jeunes peuvent éprouver de l'éco-anxiété en raison de l'inaction perçue des pouvoirs publics face aux problèmes environnementaux tels que le changement climatique. Dans le même ordre d'idées, certaines études soulignent que les impacts environnementaux futurs anticipés (Cunsolo et Ellis, 2018), la culpabilité personnelle due au mode de vie occidental (Hickman, 2020) et l'observation de l'inaction au sein de la société sont des causes courantes de l'éco-anxiété. Étant donné que les études existantes se sont davantage concentrées sur le lien entre anxiété climatique et santé mentale des jeunes, on en sait aujourd'hui toujours peu sur le lien entre éco-anxiété et santé mentale des jeunes, en particulier sur ceux qui ont des problèmes de santé mentale préexistants. Dans les régions les plus impactées par le changement climatique, les jeunes sont également particulièrement sensibilisés au potentiel des problèmes environnementaux à accroître les tensions communautaires, pouvant ainsi avoir un impact sur le fonctionnement de la famille et même sur la sécurité alimentaire (Berry et al., 2018).

1.4 Mécanismes d'adaptation à l'éco-anxiété

Les jeunes font face à l'éco-anxiété de différentes manières. La littérature existante sur l'éco-anxiété et l'adaptation chez les jeunes suggère trois approches clés utilisées par les jeunes, à savoir 1) l'adaptation centrée sur la recherche de solutions (« centrée sur le problème »), 2) l'adaptation centrée sur l'apaisement émotionnel (« centrée sur l'émotion ») et 3) l'adaptation centrée sur la recherche de sens (« centrée sur le sens ») (Ojala & Bengtsson, 2018). Les jeunes s'engagent dans une adaptation centrée sur la recherche de solutions lorsqu'ils s'attaquent directement aux problèmes environnementaux par l'action et le militantisme ; cela peut inclure des comportements pro-environnementaux, des changements de mode de vie et la recherche de plus d'informations. Cette approche peut toutefois entraîner une anxiété et une dépression accrues en raison du sentiment de ne pas en faire assez (Ojala, 2013). Lorsque l'adaptation est axée sur l'apaisement émotionnel, les émotions négatives sont apaisées par l'évitement, le déni, le désengagement et le rejet de la responsabilité individuelle. Lorsque l'adaptation est axée sur la recherche de sens, les jeunes commencent à reconnaître les menaces de manière réaliste, puis recherchent des solutions positives conformes à leurs croyances, valeurs et objectifs ; cela se reflète également chez les jeunes qui font confiance aux acteurs de la société ou aux innovations technologiques pour résoudre le problème (Stanisławski, 2019). Par exemple, un jeune peut choisir de ne pas nier la réalité du changement climatique tout en activant des émotions positives qui peuvent l'aider à supporter l'inquiétude qu'il ressent en raison de sa prise de conscience du changement climatique. Cette approche les aide à maintenir un bien-être et un engagement positifs. Une autre étude portant sur l'adaptation à l'éco-anxiété a révélé que les jeunes utilisent une combinaison de stratégies d'adaptation susmentionnées, en particulier une combinaison d'approches

axées sur le problème et sur l'émotion (Valle, 2023). Une autre étude menée en Suède auprès d'enfants, d'adolescents et de jeunes adultes a montré que les stratégies d'adaptation centrées sur le sens étaient les moins utilisées dans les trois groupes, tandis que les jeunes adultes et les adolescents utilisaient davantage les stratégies d'adaptation centrées sur la recherche de solutions (Ojala, 2012).

L'utilisation de l'approche d'adaptation centrée sur la recherche de sens chez les jeunes est corrélée à un meilleur bien-être, à une plus grande autonomie et à un sentiment d'utilité (Ojala, 2012). Les jeunes qui adoptent cette approche peuvent continuer à s'engager dans des actions environnementales malgré la gravité des problèmes (Ojala, 2012).

En plus de ces trois approches d'adaptation, d'autres activités telles que l'ignorance volontaire des actualités, l'acceptation des sentiments d'anxiété et la priorité donnée aux soins personnels et au repos sont également nécessaires et bénéfiques pour faire face à l'éco-anxiété (Baudon & Jachens, 2021). Ces approches se retrouvent chez les jeunes dont l'éco-anxiété a été reconnue et acceptée par leur famille et leurs amis (ibid). Lorsque les jeunes se sentent écoutés, ils développent un sentiment d'autonomie et une résilience psychologique qui leur permettent de mieux faire face aux émotions négatives (Sanson & Dubicka, 2022). De même, le soutien social et émotionnel que les travailleurs jeunesse peuvent apporter aux jeunes est un mécanisme d'adaptation souvent négligé dans les études sur l'éco-anxiété. Les travailleurs jeunesse sont en bonne position pour comprendre l'éco-anxiété des jeunes et les accompagner. Toutefois, il y a une incertitude concernant la nature des mécanismes d'adaptation employés par les jeunes, et l'impact de ces derniers sur leur niveau d'éco-anxiété.

1.5 Perception et rôle des travailleurs jeunesse dans le soutien aux jeunes face à l'éco-anxiété

Les travailleurs jeunesse s'engagent de manière formelle et informelle auprès des jeunes dans les secteurs de l'éducation, du bien-être et des loisirs (Alldred et al., 2018). Ils contribuent à promouvoir la réussite scolaire des jeunes, à réduire les comportements à risque et à encourager de bonnes habitudes en matière de santé (Borden et al., 2011). De nos jours, les travailleurs jeunesse ont également la responsabilité d'aider les jeunes à faire face à l'éco-anxiété et aux réactions émotionnelles liées aux problèmes environnementaux. Les chercheurs ont appelé à la mise en place de programmes qui renforcent l'autonomie des jeunes dans le but d'accroître les connaissances, l'efficacité collective et le sentiment de responsabilité positive pour l'action climatique, ainsi que des comportements plus pro-environnementaux (Cutter-Mackenzie & Rousell, 2018 ; Gallay et al., 2020 ; Trott, 2019).

Les études existantes ont fourni quelques recommandations provisoires aux enseignants et aux éducateurs pour soutenir les jeunes. Il s'agit notamment de proposer des activités environnementales en dehors des salles de classe et de reconnaître le rôle qu'a la justice environnementale sur les différents milieux économiques des élèves (Zummo et al., 2020 ; Stevenson & Peterson, 2015). En outre, les chercheurs ont également encouragé les enseignants à élaborer du matériel pédagogique contenant des énoncés sur le changement climatique axés sur les solutions et encourageant les élèves à échanger leurs opinions et idées sur le sujet (Boggs et al., 2016). Ce dont on est moins sûrs, en revanche, c'est à quel point les travailleurs jeunesse comprennent l'éco-anxiété chez les jeunes. Malgré leur rôle essentiel dans l'accompagnement des jeunes touchés par l'éco-anxiété, aucune recherche n'a examiné dans quelle mesure ils sont

conscients de l'éco-anxiété des jeunes, de son niveau, de ses causes et de leurs mécanismes d'adaptation. Il s'agira d'éclaircir ce point, car les travailleurs jeunesse peuvent établir des relations à long terme avec les jeunes et les aider à développer leur sens de la responsabilité individuelle, ce qui ne manquera pas de motiver leur résilience climatique et leur action politique.

Dans ce chapitre, nous avons explicité l'idée d'éco-anxiété chez les jeunes, en explorant les émotions dominantes ressenties ainsi que les causes et les mécanismes d'adaptation utilisés pour gérer les émotions récurrentes. Il existe d'importantes lacunes dans la littérature concernant les émotions liées à l'éco-anxiété, en particulier pour les jeunes vivant dans des pays tels que la France, l'Italie et la Grèce. En outre, les études existantes sur les mécanismes d'adaptation doivent encore se concentrer sur les relations entre les niveaux d'éco-anxiété chez les jeunes et les formes de mécanismes d'adaptation qu'ils utilisent. Plus important encore, nous soulignons le manque de recherche sur le rôle critique des travailleurs jeunesse dans l'identification de l'éco-anxiété des jeunes et leur accompagnement. Les sections suivantes de ce rapport présentent un résumé de notre étude menée auprès de jeunes âgés de 16 à 25 ans et de travailleurs jeunesse vivant en France, en Grèce et en Italie. Nous abordons les lacunes mentionnées ci-dessus et fournissons des informations clés sur la perception et la compréhension de l'éco-anxiété des jeunes par les travailleurs jeunesse, ainsi que sur leurs besoins d'outillage et de formation pour pouvoir soutenir les jeunes.

Partie 2 : Résumé de l'étude EcoReactEU

Cette section fournit un résumé détaillé de l'étude menée dans le cadre du projet européen EcoReactEU. Cette partie vise à présenter les méthodes qui ont été employées pour réaliser cette étude, et à partager et commenter les résultats obtenus. Une section de discussion pour examiner les résultats et leur signification ainsi que des recommandations sont également proposées ici.

2.1 Méthodes

2.1.1 Recrutement des participants

Les participants étaient des jeunes (632) âgés de 16 à 25 ans vivant en France, en Italie et en Grèce, ainsi que des travailleurs jeunesse (200) vivant également dans les pays susmentionnés. Les participants à l'étude ont été recrutés par les partenaires du projet qui vivent et travaillent dans les pays concernés (la Ligue de l'enseignement : France, Eko Greece : Grèce, et Arci Aps : Italie). Le recrutement s'est étendu à l'ensemble du pays en France et en Grèce, tandis que les participants en Italie ont été principalement échantillonnés dans la région nord de l'Italie du fait de l'implantation locale du partenaire. Deux questionnaires ont été élaborés en anglais et traduits dans les quatre langues affiliées : français, grec, néerlandais et italien. Les questionnaires ont ensuite été administrés en ligne par le biais de courriels, d'événements et à travers les médias sociaux. La collecte des données a débuté en décembre 2023 et s'est achevée fin février 2024. Bien que cette étude ait également permis de recruter des participants aux Pays-Bas, nous avons collecté un nombre insuffisant de réponses dans ce pays pour en faire une analyse significative, et avons donc exclu les réponses de ce groupe. La participation à l'étude était strictement basée sur le consentement volontaire, et les réponses des participants qui ne l'ont pas donné n'ont donc pas été retenues. Les participants âgés de moins de 16 ans ont également été retirés de l'analyse

dans les deux ensembles de données, de même que les jeunes âgés de plus de 25 ans. En outre, les réponses des participants qui n'ont pas rempli leurs données démographiques ont également été supprimées. Enfin, nous avons vérifié la présence de doublons et de valeurs incohérentes dans les données.

2.1.2 Élaboration du questionnaire et questions de recherche

Les deux questionnaires utilisés dans l'étude ont été élaborés à partir d'échelles validées dans la littérature sur l'éco-anxiété. Ils comprenaient 15 questions. Le temps pour remplir le questionnaire était de 10 minutes en moyenne. Voir l'annexe 1 pour les questionnaires.

À travers cette étude, nous avons cherché à comprendre :

- Les émotions dominantes associées à l'éco-anxiété chez les jeunes et les travailleurs jeunesse et les différences entre les deux groupes de participants et entre les différents pays pour les deux groupes.
- Les causes et les mécanismes d'adaptation à l'éco-anxiété chez les jeunes dans les différents pays.
- La mesure dans laquelle les travailleurs jeunesse peuvent évaluer avec précision les émotions, les niveaux, les causes et les mécanismes d'adaptation chez les jeunes.
- Dans quelle mesure les jeunes se sentent-ils écoutés et soutenus par les travailleurs jeunesse en ce qui concerne leur éco-anxiété ?
- Les formes de soutien dont les jeunes et les travailleurs jeunesse ont besoin pour accompagner les jeunes sujets à l'éco-anxiété.



2.1.3 Profil des participants à l'étude

- Tous les milieux de vie (ville, campagne, village, etc.) sont bien représentés dans l'étude pour les deux groupes de participants.
- Plus de 60 % des jeunes ont terminé leurs études secondaires et plus de 50 % des travailleurs jeunesse travaillent dans des ONG spécialisées dans la jeunesse.

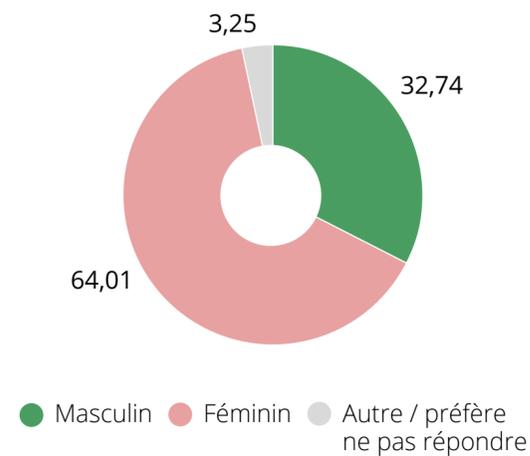


Nombre total de jeunes
632

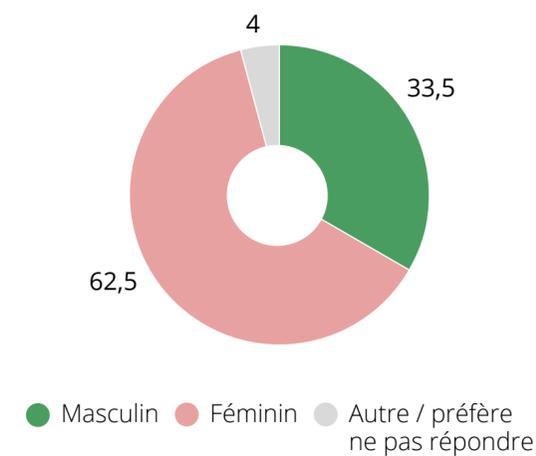


Nombre total de travailleurs jeunesse
200

Genre des jeunes %

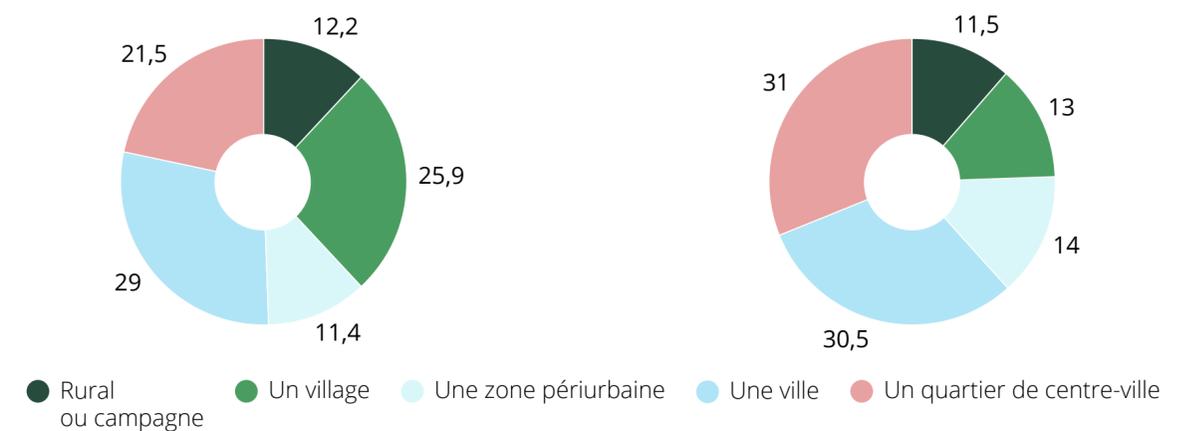


Genre des travailleurs jeunesse %

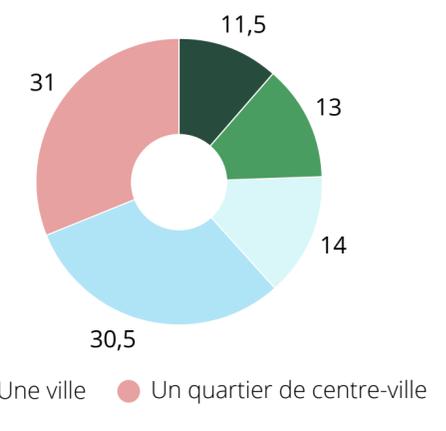


Il y avait plus de femmes participantes que d'hommes pour les catégories des jeunes et des travailleurs jeunesse.

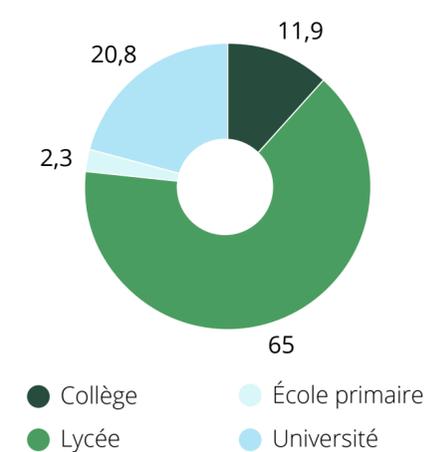
Lieu de vie des jeunes %



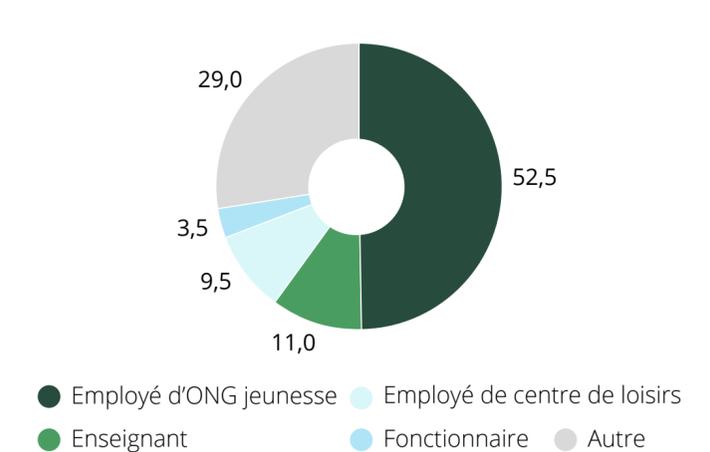
Lieu de vie des travailleurs jeunesse %



Niveau d'éducation des jeunes



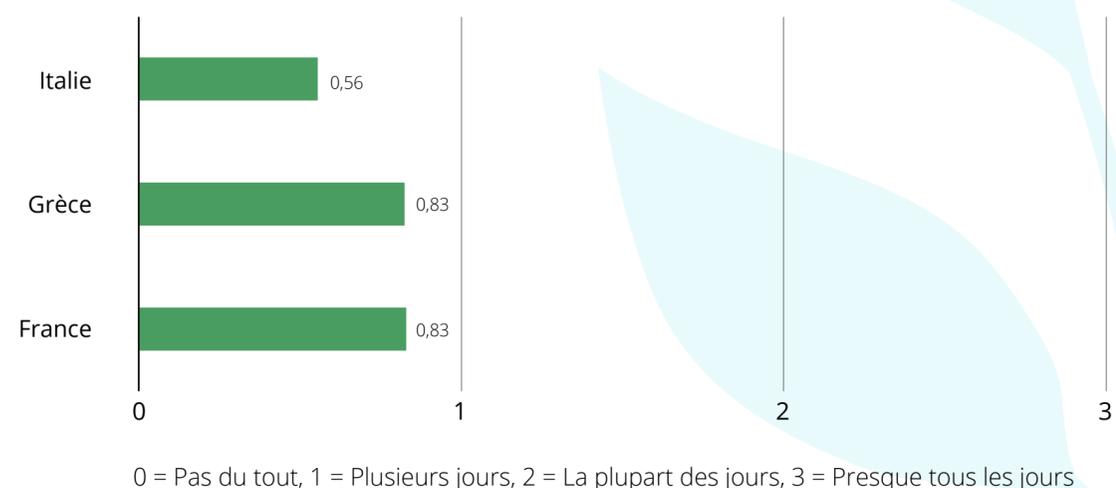
Métiers des travailleurs jeunesse



2.2 Résultats et discussion

2.2.1 Niveaux d'éco-anxiété chez les jeunes par pays

Au cours des 2 dernières semaines, à quelle fréquence avez-vous ressenti les émotions suivantes (par exemple : nervosité, inquiétude excessive, difficultés à dormir, peur) en pensant aux problèmes environnementaux ?



Interprétation des résultats

Niveaux d'éco-anxiété chez les jeunes et les travailleurs jeunesse

Notre étude a exploré les niveaux d'éco-anxiété chez les jeunes dans les trois pays et la capacité des travailleurs jeunesse à estimer avec précision les niveaux d'éco-anxiété chez les jeunes. Des échelles validées ont été utilisées pour élaborer les questionnaires. Des scores élevés indiquent une plus grande intensité des expériences émotionnelles ainsi qu'un impact sur le fonctionnement quotidien et l'adaptation.

Niveaux d'éco-anxiété chez les jeunes par pays

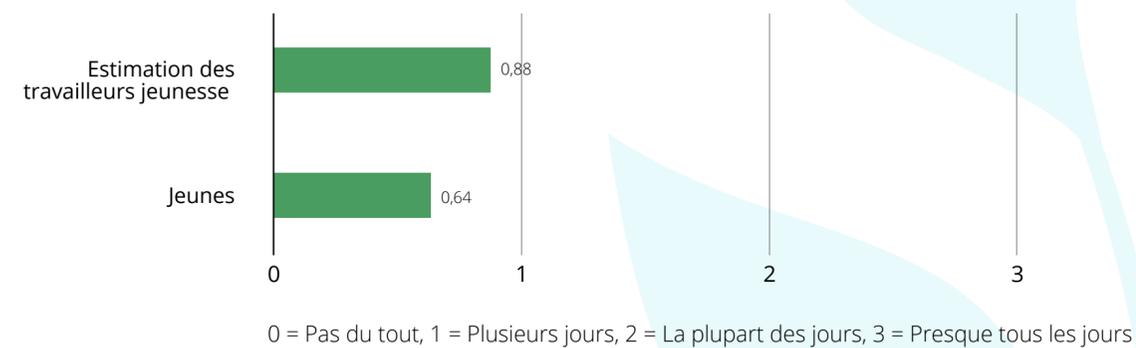
Les scores des niveaux d'éco-anxiété chez les jeunes des trois pays étaient variés. L'Italie avait des niveaux d'éco-anxiété plus faibles (0,56) que la France (0,83) et la Grèce (0,83), qui avaient des scores égaux de niveaux d'éco-anxiété. En raison du peu de littérature sur l'éco-anxiété dans ces pays, il est difficile de justifier ces différences. Toutefois, les différences d'échantillonnage entre les pays peuvent également expliquer ces résultats. Les participants italiens venaient principalement de la région nord de l'Italie, tandis que les participants français et grecs venaient du pays tout entier. Les recherches ayant montré que les croyances en l'urgence du changement climatique sont plus probables par temps chaud (Zaval et al., 2014), le climat plus frais du nord de l'Italie a peut-être atténué l'anxiété liée au climat.

Niveaux d'éco-anxiété chez les jeunes en fonction du lieu de vie

Il n'y a pas eu de différences dans les niveaux d'éco-anxiété des jeunes en fonction de leur lieu de vie. Cette constatation est surprenante puisque des recherches menées aux États-Unis ont montré que les niveaux d'anxiété climatique ont tendance à être plus élevés chez les populations vivant dans les zones urbaines que chez celles vivant dans les zones rurales (Austin & Kelly, 2024).

2.2.2 Niveaux d'éco-anxiété chez les jeunes et estimations des niveaux d'éco-anxiété chez les jeunes par les travailleurs jeunesse

Au cours des 2 dernières semaines, à quelle fréquence avez-vous ressenti les émotions suivantes (par exemple : nervosité, inquiétude excessive, difficultés à dormir, peur) en pensant aux problèmes environnementaux ?



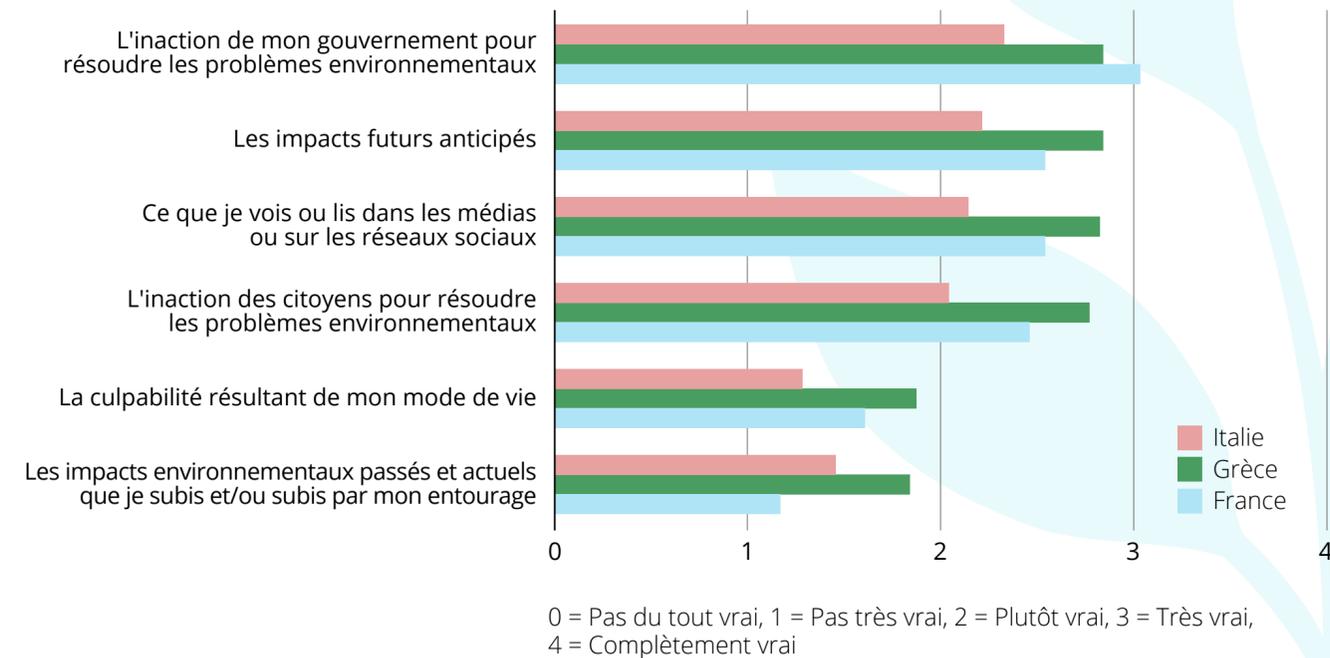
En effet, de nombreuses publications ont montré que l'exposition à la nature (de fait plus courante dans les zones rurales) a des effets positifs sur la santé mentale (Jimenez et al., 2021). Pourtant, une étude récente menée en Allemagne n'a pas trouvé de lien entre les facteurs de stress cumulatifs (comme le fait de vivre dans un environnement urbain) et l'anxiété liée au climat (Wullenkord et al., 2024). Cette constatation peut indiquer que des différences entre les pays ou d'autres facteurs modérateurs entrent en jeu dans la relation entre le milieu de vie et l'éco-anxiété.

Niveaux d'éco-anxiété chez les jeunes par rapport aux estimations des travailleurs jeunesse

Il existe une différence significative entre les estimations des niveaux d'éco-anxiété des jeunes par les travailleurs jeunesse et leurs niveaux réels. Pour plusieurs émotions, ces derniers ont surestimé les niveaux d'éco-anxiété. Comme il s'agit de la première étude portant sur la capacité des travailleurs jeunesse à évaluer le niveau d'éco-anxiété des jeunes, les raisons qui sous-tendent ces surestimations ne sont pas claires. Cette erreur d'appréciation indique peut-être que les jeunes se sentent à l'aise pour exprimer leurs émotions avec les travailleurs jeunesse, et qu'ils peuvent même exagérer leurs émotions pour s'assurer d'être entendus. Il se peut également que leurs estimations soient biaisées par quelques jeunes qui expriment des niveaux élevés d'éco-anxiété. Ils peuvent également baser leurs estimations sur les médias, qui leur montrent des niveaux plus élevés d'éco-anxiété que dans la réalité, ces démonstrations leur restant en tête au moment de faire leur évaluation (Tversky & Kahneman, 1973). Les recherches futures devraient s'attacher à examiner pourquoi les travailleurs jeunesse surestiment l'éco-anxiété, et quelles en sont les implications. Il est possible que la création d'espaces où les travailleurs jeunesse et les jeunes peuvent se réunir pour discuter de ces « éco-émotions » contribue à une meilleure compréhension mutuelle du problème.

2.2.3 Causes de l'éco-anxiété chez les jeunes par pays

Ce que je ressens face aux problèmes environnementaux (par exemple, le changement climatique, la perte de biodiversité, la pollution plastique, la déforestation, les incendies de forêt, l'élévation du niveau de la mer, la pollution de l'air, les sécheresses, les vagues de chaleur, les inondations) est dû à :



Interprétation des résultats

Causes de l'éco-anxiété chez les jeunes

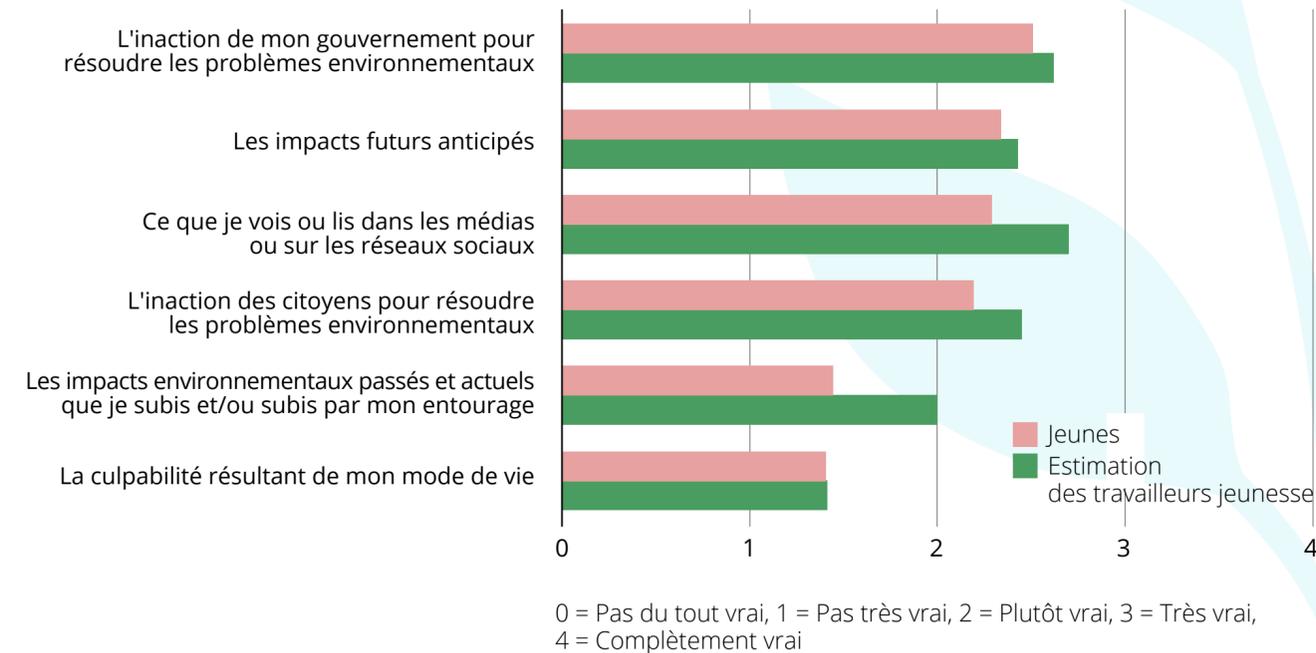
Dans le cadre de cette étude, nous avons fourni aux participants une liste de causes validées de l'éco-anxiété (voir l'annexe 1 pour les questionnaires) et nous leur avons demandé de choisir dans quelle mesure chacune des causes s'appliquait à eux. Notre objectif était d'évaluer les causes de l'éco-anxiété chez les jeunes et les différences entre les pays. Nous avons également cherché à comprendre dans quelle mesure les travailleurs jeunesse pouvaient estimer correctement les causes de l'éco-anxiété chez les jeunes.

Causes de l'éco-anxiété chez les jeunes par pays

Notre analyse a montré une différence dans les causes de l'éco-anxiété entre les pays. Les jeunes Italiens ont systématiquement obtenu des scores inférieurs à ceux des jeunes Grecs et des jeunes Français pour toutes les causes. Cela correspond bien aux niveaux inférieurs d'éco-anxiété rapportés par ce groupe (voir ci-dessus). Les principales causes d'éco-anxiété citées par les jeunes comprennent l'inaction des gouvernements face aux problèmes environnementaux, ce qui concorde avec une autre étude menée par Hickman et al (2021), qui a constaté que l'inaction des gouvernements en matière d'engagements climatiques était l'une des principales causes d'anxiété climatique chez 10 000 jeunes interrogés dans 10 pays différents de divers continents, dont l'Afrique, l'Australie, l'Europe, les Amériques et l'Asie.

2.2.4 Causes réelles de l'éco-anxiété chez les jeunes par rapport à celles estimées par les travailleurs jeunesse

Ce que je ressens face aux problèmes environnementaux (par exemple : le changement climatique, la perte de biodiversité, la pollution plastique, la déforestation, les incendies de forêt, l'élévation du niveau de la mer, la pollution de l'air, les sécheresses, les vagues de chaleur, les inondations) est dû à :



Les autres causes principales de l'éco-anxiété sont les informations lues et vues sur les réseaux sociaux, ce qui fait écho aux résultats d'une étude mondiale menée dans 32 pays (y compris des pays européens comme l'Italie) qui a montré que l'exposition aux médias affecte l'anxiété liée au climat (Ogunbode et al., 2022).

Enfin, l'anticipation des impacts futurs des problèmes environnementaux ont été considérés comme un facteur clé de l'éco-anxiété. En effet, nous avons constaté que les modèles mentaux du changement climatique, ou les croyances causales des gens sur le changement climatique, influencent les perceptions du risque et les préoccupations concernant le changement climatique (Fleming et al., 2021).

Par conséquent, lorsqu'on aborde l'éco-anxiété, il est important de prendre en compte 1) l'inaction des gouvernements, 2) l'exposition aux médias et 3) les impacts perçus du changement climatique, car ils sont perçus comme les forces motrices de l'éco-anxiété.

Causes réelles de l'éco-anxiété chez les jeunes par rapport à celles estimées par les travailleurs jeunesse

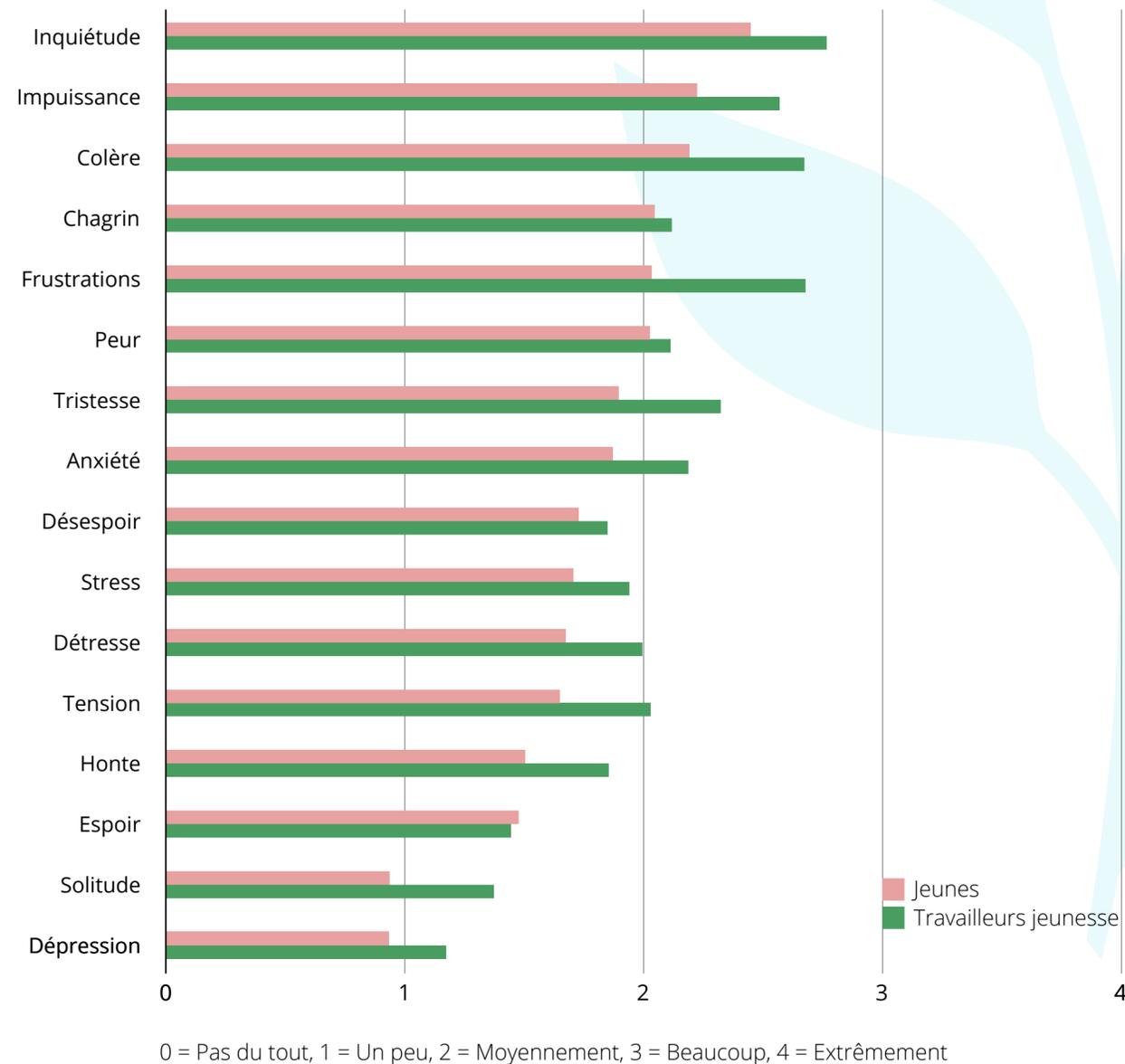
Les travailleurs jeunesse ont eu tendance à identifier les principaux moteurs de l'éco-anxiété chez les jeunes, tout en surestimant l'impact des « choses qu'ils voient ou lisent dans l'actualité ou sur les réseaux sociaux » et de « l'inaction de leurs concitoyens pour résoudre les problèmes environnementaux ». En outre, les travailleurs jeunesse ont surestimé les effets des impacts environnementaux que les jeunes ou un proche ont subi sur la santé mentale des jeunes. Ce résultat laisse penser que les travailleurs jeunesse s'attendent à ce que les jeunes aient davantage subi les effets néfastes du changement climatique qu'en réalité. Cette différence peut s'expliquer par les différences d'âge : alors que les jeunes n'ont



peut-être pas connu le changement des conditions météorologiques au cours des dernières décennies, les travailleurs jeunesse, quant à eux, peuvent en avoir fait l'expérience au cours de leur vie. Par exemple, les chaleurs extrêmes et les sécheresses sont devenues plus fréquentes en Europe au cours des dernières décennies (Pradhan et al., 2022). L'âge moyen des travailleurs jeunesse de notre échantillon est de 34,5 ans, alors que l'âge moyen des jeunes est de 19,1 ans. Aussi, les travailleurs jeunesse sont plus susceptibles d'observer ces changements des conditions météorologiques, alors que pour les jeunes, les chaleurs extrêmes et les sécheresses peuvent être perçues comme plus normales. Par conséquent, la différence de durée de vie et l'observation du changement climatique peuvent expliquer la surestimation du rôle de l'expérience du changement climatique dans l'éco-anxiété des jeunes.

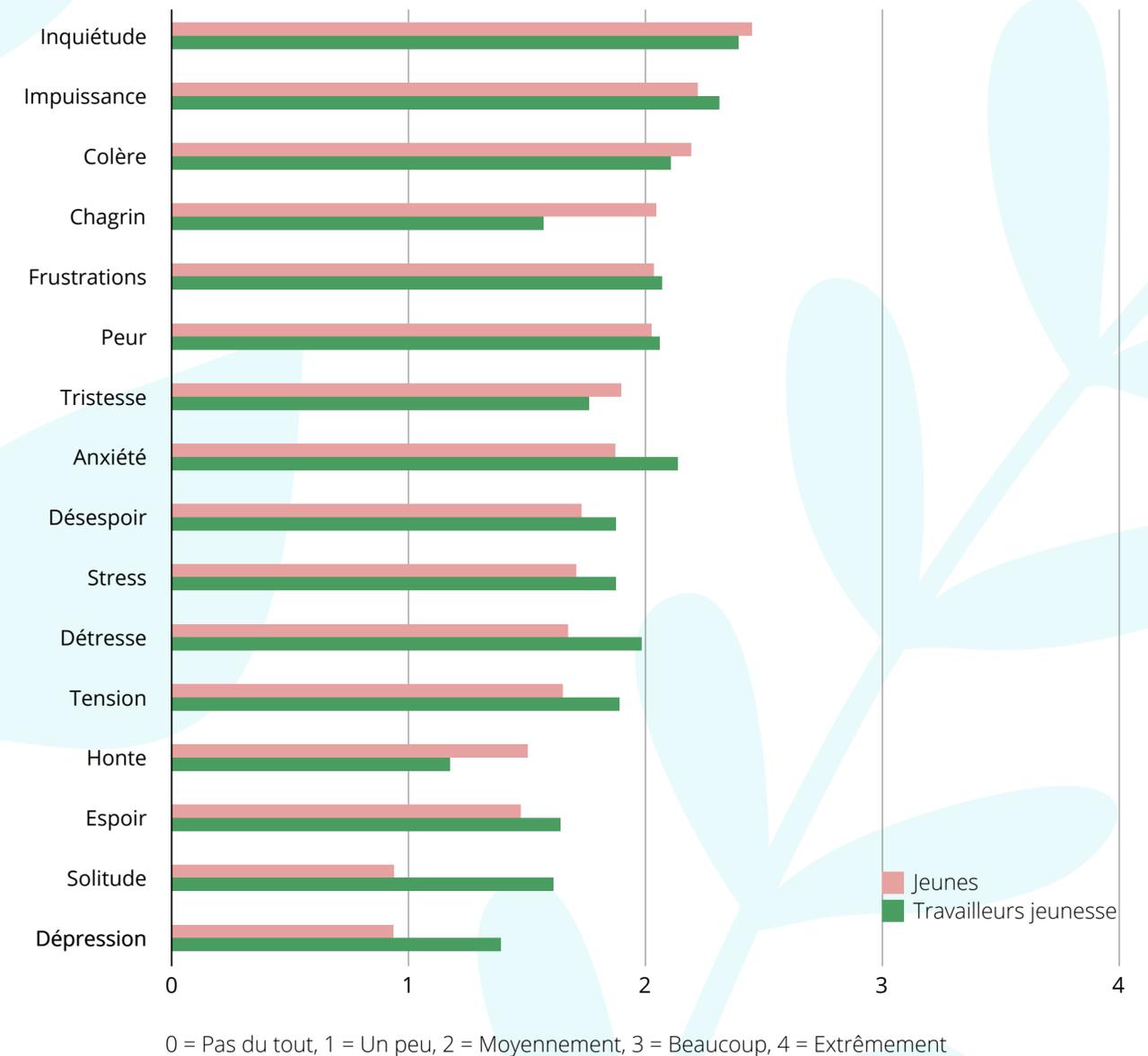
2.2.5 Émotions associées à l'éco-anxiété chez les jeunes et chez les travailleurs jeunesse

Dans quelle mesure ressentez-vous chacune des émotions suivantes lorsque vous pensez aux enjeux environnementaux (par exemple : le changement climatique, la perte de biodiversité, la pollution plastique, la déforestation, les incendies de forêt, l'élévation du niveau de la mer, la pollution de l'air, les sécheresses, les vagues de chaleur, les inondations) ?



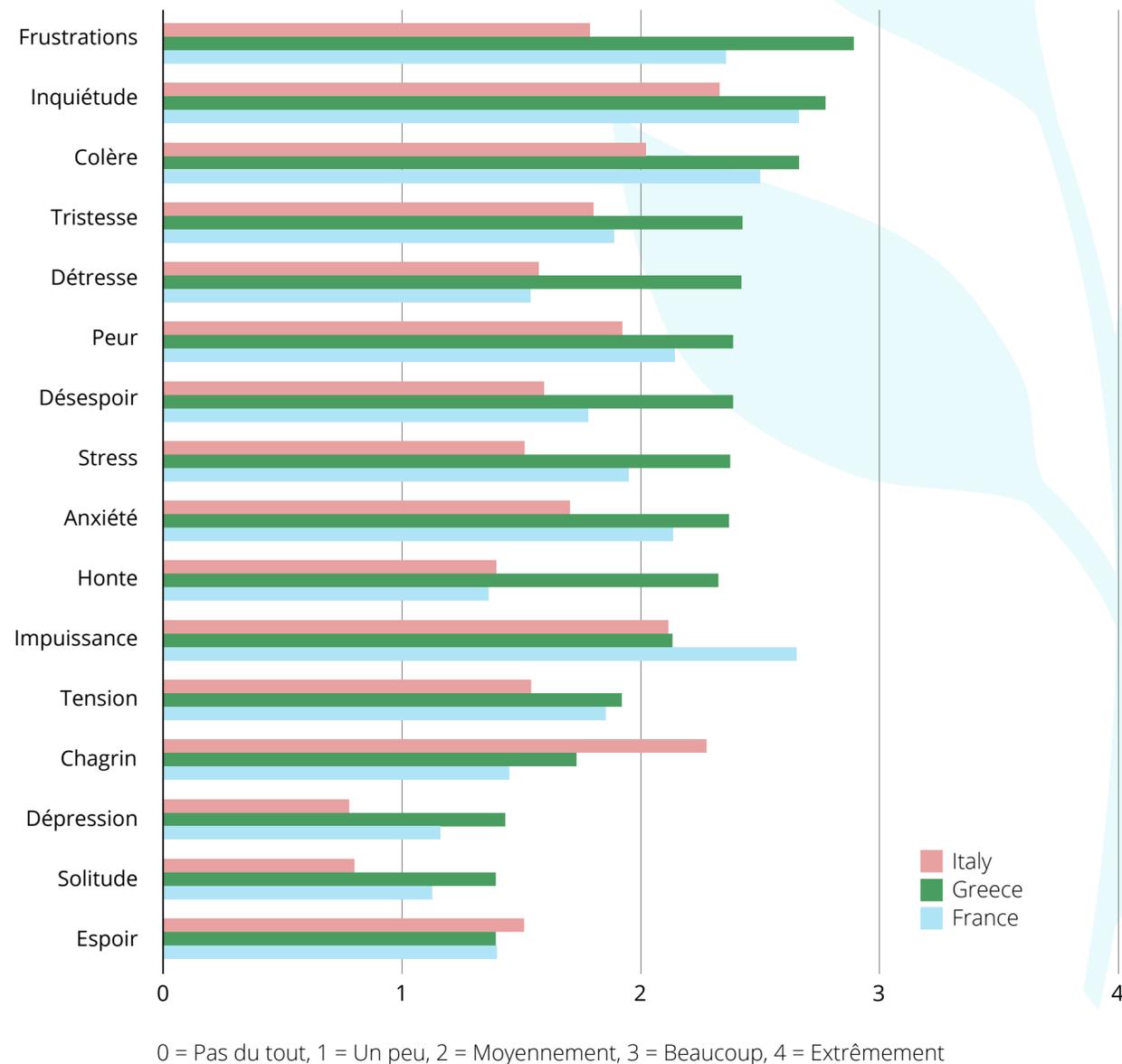
2.2.6 Émotions associées à l'éco-anxiété chez les jeunes et estimations de ces émotions par les travailleurs jeunesse

Dans quelle mesure ressentez-vous chacune des émotions suivantes lorsque vous pensez aux enjeux environnementaux (par exemple : le changement climatique, la perte de biodiversité, la pollution plastique, la déforestation, les incendies de forêt, l'élévation du niveau de la mer, la pollution de l'air, les sécheresses, les vagues de chaleur, les inondations) ?



2.2.7 Émotions associées à l'éco-anxiété chez les jeunes par pays

Dans quelle mesure ressentez-vous chacune des émotions suivantes lorsque vous pensez aux enjeux environnementaux (par exemple : le changement climatique, la perte de biodiversité, la pollution plastique, la déforestation, les incendies de forêt, l'élévation du niveau de la mer, la pollution de l'air, les sécheresses, les vagues de chaleur, les inondations) ?



Interprétation des résultats

Émotions associées à l'éco-anxiété chez les jeunes et chez les travailleurs jeunesse

Nous avons cherché à comprendre les émotions prévalentes de l'éco-anxiété chez les jeunes et les travailleurs jeunesse. À notre connaissance, c'est la première fois qu'une étude porte sur l'éco-anxiété chez les travailleurs jeunesse. En explorant les émotions dans les deux groupes, nous pouvons analyser l'existence de points communs et des différences. Nos questionnaires contenaient une liste d'échelles d'émotions validées et invitaient les participants à indiquer dans quelle mesure ils ressentaient chacune d'entre elles. Notre étude a révélé que les travailleurs jeunesse faisaient état d'un niveau plus élevé d'éco-anxiété que les jeunes.

En raison de la rareté de la littérature sur ce sujet, les raisons sous-jacentes de cette différence nous restent inconnues. C'est pourquoi nous analysons les causes principales de l'éco-anxiété, telles qu'elles ont été décrites dans la section précédente, afin d'explorer les explications possibles de ces résultats. Ces différences peuvent peut-être être liées à des différences d'expérience du changement climatique telle que vécue par les travailleurs jeunesse par rapport aux jeunes. Les travailleurs jeunesse étant plus âgés que les jeunes, ils sont plus susceptibles d'avoir observé les impacts concrets du changement climatique, que ce soit via leur expérience propre ou via les médias. En outre, les personnes plus âgées ayant tendance à s'engager davantage dans la politique (Quintelier, 2007), il est probable que les travailleurs jeunesse ressentent plus de frustration que les jeunes face à l'inaction du gouvernement. Enfin, la surestimation par les travailleurs jeunesse de l'éco-anxiété des jeunes (voir section 2.2) peut

également exacerber leurs propres éco-anxiété des travailleurs jeunesse eux-mêmes. À l'avenir, il faudra étudier si ces explications potentielles sont effectivement à l'origine du niveau plus élevé d'éco-anxiété chez les travailleurs jeunesse que chez les jeunes. Indépendamment des causes de ces différences, ces résultats soulignent que les jeunes ont besoin de soutien pour faire face à l'éco-anxiété, mais également les travailleurs jeunesse eux-mêmes ont besoin d'accompagnement pour mettre en place des mécanismes d'adaptation sains afin de faire face à leur éco-anxiété.

Émotions associées à l'éco-anxiété chez les jeunes et estimations de ces émotions par les travailleurs jeunesse

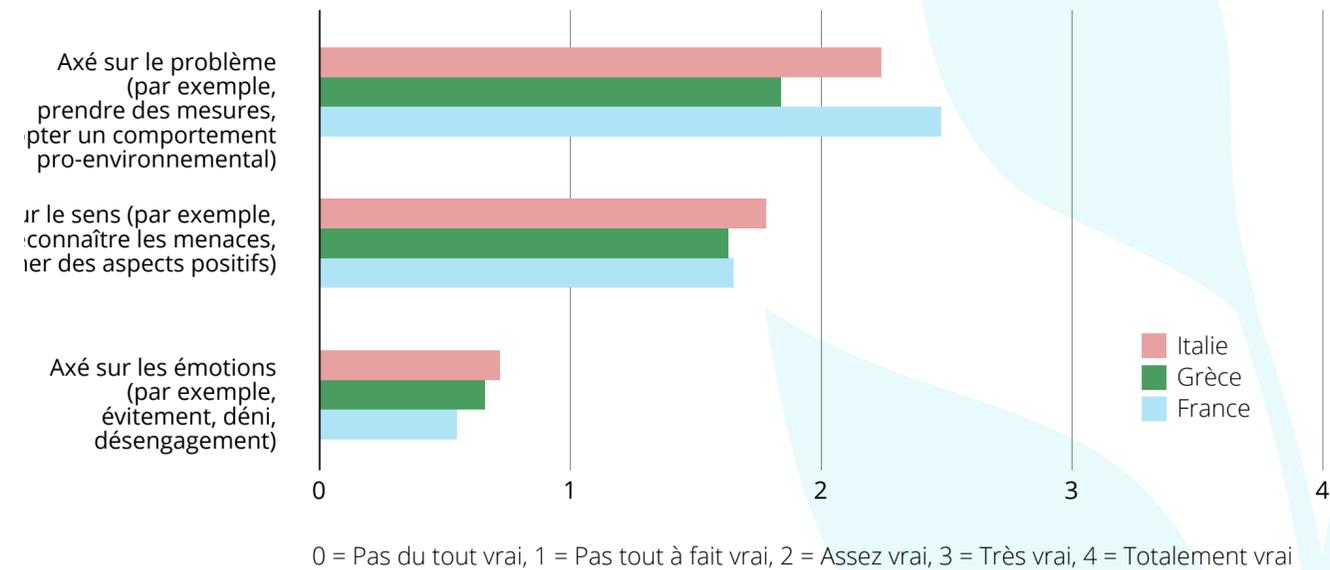
Nous voulions également savoir si les travailleurs jeunesse pouvaient estimer avec précision les émotions ressenties par les jeunes dans le cadre de l'éco-anxiété. Notre analyse a montré que leurs estimations étaient proches de la réalité des jeunes, car nous n'avons pas trouvé de différences majeures entre les émotions prédominantes liées à l'éco-anxiété telles que déclarées par les jeunes et les estimations des travailleurs jeunesse. Cette constatation est particulièrement intéressante, étant donné les niveaux plus élevés d'éco-anxiété chez ces derniers que chez les jeunes, comme nous l'avons vu plus haut. Ces résultats indiquent que, bien que les travailleurs jeunesse déclarent des niveaux plus élevés d'éco-anxiété, ils éprouvent des émotions d'éco-anxiété similaires à celles des jeunes. Cet alignement émotionnel pourrait renforcer leur capacité à soutenir les jeunes dans leur éco-anxiété. Ce constat se révèle précieux pour élaborer des supports à destination des travailleurs jeunesse dans le cadre de leur travail sur l'écologie avec les jeunes ; ceux-ci se révélant plus efficaces s'ils sont basés sur une meilleure connaissance contextuelle des éco-émotions des jeunes.

Émotions associées à l'éco-anxiété chez les jeunes par pays

Nous avons également constaté une différence entre les pays en ce qui concerne les émotions dominantes rapportées par les jeunes ; les jeunes Grecs ont obtenu des scores plus élevés que les jeunes Français et les jeunes Italiens. Dans l'ensemble, les jeunes Italiens ont déclaré la plus faible prévalence d'émotions liées à l'éco-anxiété. Cette constatation cadre avec les résultats de la section 2.2.1, qui ont montré que les jeunes Italiens rapportent des niveaux d'éco-anxiété inférieurs à ceux des jeunes Grecs et des jeunes Français. Des raisons similaires peuvent sous-tendre ces résultats : alors que l'échantillon italien représente principalement des jeunes du nord de l'Italie, les participants grecs et français de cette étude viennent du pays tout entier. Les jeunes Italiens du nord de l'Italie sont peut-être moins exposés aux impacts climatiques que les jeunes Français et Grecs, ce qui se traduit par des niveaux d'éco-anxiété moins élevés dans ce groupe. Il est également possible qu'il y ait des différences interculturelles dans la capacité à identifier (ou même la volonté de signaler) les émotions entre les trois pays.

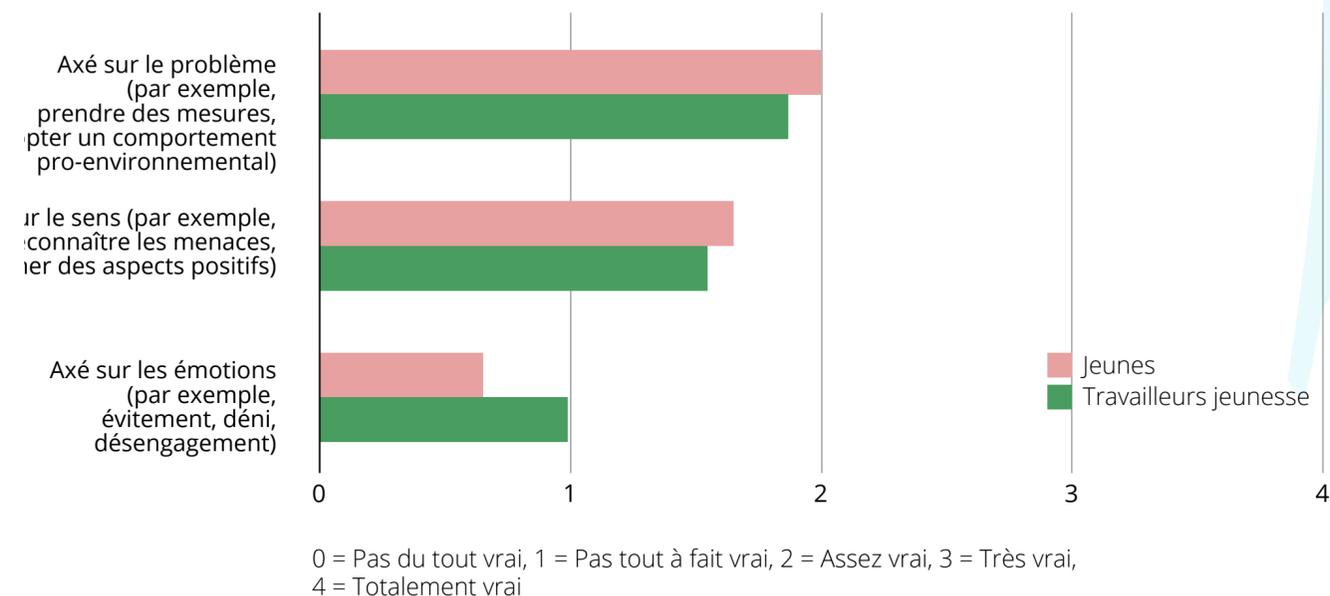
2.2.8 Mécanismes d'adaptation utilisés par les jeunes par pays

Que faites-vous, pensez-vous ou utilisez-vous pour faire face aux émotions générées par l'éco-anxiété ?



2.2.9 Mécanismes d'adaptation utilisés par les jeunes par rapport aux estimations des travailleurs jeunesse

Que faites-vous, pensez-vous ou utilisez-vous pour faire face aux émotions générées par l'éco-anxiété ?



Interprétation des résultats

Mécanismes d'adaptation à l'éco-anxiété chez les jeunes

Il est essentiel de comprendre les mécanismes d'adaptation utilisés par les jeunes pour faire face à l'éco-anxiété afin d'explorer les moyens de les soutenir. Comme nous l'avons souligné dans la section consacrée à l'analyse documentaire, les mécanismes d'adaptation peuvent être centrés sur la recherche de solutions (« le problème »), sur l'apaisement émotionnel (« l'émotion ») ou sur la recherche de sens (« le sens »). Les jeunes s'engagent dans une adaptation centrée sur la recherche de solutions lorsqu'ils s'attaquent directement aux problèmes environnementaux par l'action et le militantisme ; cela peut inclure des comportements pro-environnementaux, des changements de mode de vie et la recherche de plus d'informations. Dans une adaptation axée sur l'apaisement émotionnel, les émotions négatives sont apaisées par l'évitement, le déni, le désengagement et le rejet de la responsabilité individuelle. Et dans le cas de l'adaptation centrée sur la recherche de sens, les jeunes commencent à reconnaître les menaces de manière réaliste, puis recherchent les aspects positifs en accord avec leurs croyances, leurs valeurs et leurs objectifs. Dans leur vie quotidienne, les jeunes interrogés dans le cadre de cette étude utilisent principalement une combinaison de mécanismes d'adaptation psychologiques à la fois basés sur une recherche de sens et sur une recherche de solutions aux problèmes. Cela contraste avec les résultats qui ont montré que l'adaptation centrée sur l'apaisement émotionnel était la stratégie la plus utilisée par les jeunes dans des pays comme la Suède (Valle, 2023 ; Ojala, 2012b). Comme indiqué dans la section 1.3, les stratégies d'adaptation centrées sur la recherche de sens se sont vues associées à des niveaux plus

élevés de bien-être (Ojala, 2012), ce qui suggère qu'il pourrait s'agir d'un mécanisme d'adaptation efficace pour faire face à l'éco-anxiété. Par ailleurs, ces résultats peuvent indiquer que les individus présentant des niveaux d'éco-anxiété plus faibles ont tendance à rechercher des mécanismes d'adaptation centrés sur la recherche de sens, étant donné que l'étude était transversale et qu'aucune relation de cause à effet ne peut donc être attribuée à ces associations. Néanmoins, étant donné que les niveaux d'éco-anxiété parmi les jeunes de cette étude étaient également considérés comme modérés, ces résultats suggèrent qu'ils s'engagent dans des stratégies d'adaptation appropriées. Ces résultats peuvent donc inciter les travailleurs jeunesse à stimuler davantage l'adoption de mécanismes d'adaptation axés sur la recherche de sens chez les jeunes.

Mécanismes d'adaptation à l'éco-anxiété chez les jeunes et estimations des travailleurs jeunesse

Les estimations des travailleurs jeunesse sur les mécanismes d'adaptation centrés sur le problème et sur le sens chez les jeunes étaient cohérentes avec celles des jeunes, puisqu'il n'y avait pas de différences majeures entre les deux scores. Cela signifie que les travailleurs jeunesse peuvent évaluer avec précision l'utilisation de ces mécanismes d'adaptation chez les jeunes. En revanche, les travailleurs jeunesse ont surestimé l'utilisation des mécanismes d'adaptation centrés sur l'émotion chez les jeunes. Cela suggère que les travailleurs jeunesse surestiment la mesure dans laquelle les jeunes se désintéressent et se détournent des problèmes environnementaux. Ces résultats sont conformes aux recherches qui montrent que les individus ont tendance à sous-estimer la volonté des autres de s'engager dans un comportement pro-environnemental (Andre et al., 2024), mais contrastent avec les recherches qui montrent que les personnes plus âgées sont plus susceptibles d'adopter un comportement

pro-environnemental (Wang et al., 2021). Ces résultats peuvent servir à améliorer la formation des travailleurs jeunesse afin de les sensibiliser aux stratégies d'adaptation préférées des jeunes.

Mécanismes d'adaptation à l'éco-anxiété chez les jeunes, par pays

L'utilisation par les jeunes de stratégies d'adaptation centrées sur le problème varie légèrement d'un pays à l'autre. Les jeunes Grecs ont obtenu de moins bons résultats pour ce mécanisme que les jeunes Italiens et Français. Ces résultats indiquent que les jeunes Grecs sont moins susceptibles de réagir à l'éco-anxiété en adoptant un comportement pro-environnemental. Cependant, elle reste la stratégie d'adaptation la plus utilisée par les jeunes Grecs, bien que dans une moindre mesure que les deux autres pays. Cela pourrait être dû au fait que les jeunes Grecs se sentent plus impuissants face aux problèmes environnementaux que les deux autres pays, comme nous l'avons vu dans la section 2.2.7.

2.3.1 Classement des problèmes environnementaux en fonction du degré de préoccupation (Jeunes par pays)

Rang	FRANCE	Rang	ITALIE	Rang	GRÈCE
1.	Changement climatique	1.	Changement climatique	1.	Changement climatique
2.	Perte de biodiversité	2.	Pollution plastique	2.	Feux de forêt
3.	Pollution plastique	3.	Perte de biodiversité	3.	Perte de biodiversité
4.	Déforestation	4.	Pollution de l'air	4.	Pollution de l'air
5.	Pollution de l'air	5.	Déforestation	5.	Pollution plastique
6.	Sécheresses	6.	Feux de forêt	6.	Déforestation
7.	Feux de forêt	7.	Sécheresses	7.	Vagues de chaleur
8.	Vagues de chaleur	8.	Élévation du niveau de la mer	8.	Inondation
9.	Élévation du niveau de la mer	9.	Vagues de chaleur	9.	Élévation du niveau de la mer
10.	Inondation	10.	Inondation	10.	Sécheresses

2.3.2 Classement des problèmes environnementaux en fonction du degré de préoccupation (Jeunes vs Travailleurs jeunesse)

Rang	JEUNES	Rang	ESTIMATION DES TRAVAILLEURS JEUNESSE
1.	Changement climatique	1.	Changement climatique
2.	Perte de biodiversité	2.	Pollution plastique
3.	Pollution plastique	3.	Pollution de l'air
4.	Pollution de l'air	4.	Feux de forêt
5.	Déforestation	5.	Vagues de chaleur
6.	Feux de forêt	6.	Déforestation
7.	Sécheresses	7.	Perte de biodiversité
8.	Élévation du niveau de la mer	8.	Inondation
9.	Vagues de chaleur	9.	Sécheresses
10.	Inondation	10.	Élévation du niveau de la mer

Interprétation des résultats

Classement des problèmes environnementaux en fonction du degré de préoccupation (Jeunes par pays)

Les changements environnementaux ont un impact sur le monde, et nombre d'entre eux se produisent en même temps. Cependant, les jeunes ressentent certains d'entre eux plus intensément. Nous avons demandé aux jeunes de classer une liste de problèmes environnementaux en fonction du degré d'inquiétude qu'ils ressentent à leur propos, avec les plus préoccupants en tête. Dans tous les pays, c'est le changement climatique qui suscite le plus d'inquiétude. Cela correspond à d'autres études qui montrent des niveaux élevés d'inquiétude concernant le changement climatique au niveau mondial (Urban, 2016). En outre, l'inquiétude suscitée par le changement climatique peut être alimentée par une perception d'impuissance relative à ce sujet (Bostrom et al., 2018), ce qui peut exacerber l'inquiétude ressentie.

Après le changement climatique, on retrouve la pollution plastique dans les trois pays. Ces niveaux élevés d'inquiétude face à la pollution plastique peuvent être attribués à la visibilité de la pollution et à ses impacts directs sur la vie marine (Nuojua et al., 2022). Pour les jeunes Grecs, les feux de forêt occupent également une place importante par rapport aux deux autres pays. Ce résultat est prévisible étant donné que la Grèce a connu des épisodes marquants de feux de forêt ces dernières années (Koundouri, 2023 ; Rovithakis et al., 2022). Pour les jeunes Italiens et Grecs, la pollution de l'air est également classée à un niveau comparativement élevé. Si la qualité de l'air en Italie et en Grèce est généralement très bonne (Indice de qualité de l'air, 2024), la pollution de l'air reste un problème dans la plupart des zones urbaines d'Europe (Sicard et al., 2021). Pour les jeunes Français, la perte de biodiversité occupe une place comparativement élevée. Selon une grande enquête réalisée en



France en 2022, les Français sont de plus en plus préoccupés par la perte de biodiversité. 94 % des personnes interrogées ont indiqué qu'elles considéraient qu'il était important de prendre des mesures pour protéger et restaurer la biodiversité. Le problème environnemental le moins bien classé est celui des inondations, ce qui pourrait être une question de chronologie : les autres effets du changement climatique se font déjà ressentir, alors que les inondations devraient n'avoir un impact plus prononcé sur ces pays qu'au cours des prochaines décennies, en raison de l'élévation du niveau de la mer.

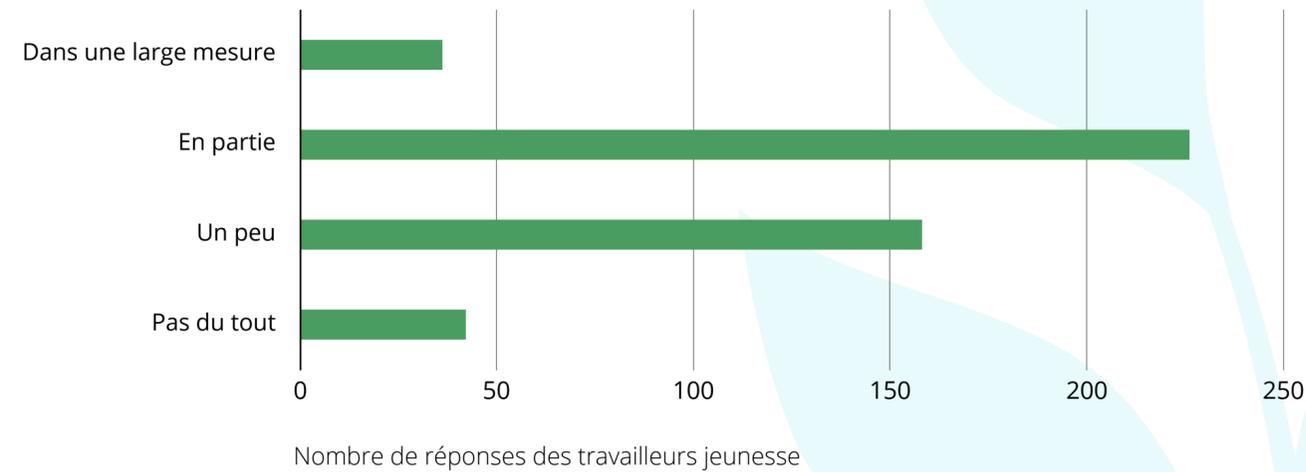
L'ensemble de ces résultats suggère que le soutien apporté aux jeunes en Italie, en Grèce et en France pour faire face à leur éco-anxiété devrait se concentrer en premier lieu sur leurs préoccupations concernant le changement climatique, mais aussi prendre en compte les préoccupations concernant d'autres problèmes environnementaux.

Classement des problèmes environnementaux en fonction du degré de préoccupation (Jeunes vs estimations travailleurs jeunesse)

Il a également été demandé aux travailleurs jeunesse d'estimer à quoi ressembleraient ces classements pour les jeunes. Les travailleurs jeunesse ont correctement estimé que le changement climatique et la pollution plastique occupaient une place importante pour les jeunes. En revanche, des sujets tels que la perte de biodiversité et l'élévation du niveau de la mer ont été jugés beaucoup moins importants pour les jeunes qu'ils ne l'étaient en réalité. Cela montre que les travailleurs jeunesse n'ont pas totalement compris la relation entre les problèmes environnementaux et l'éco-anxiété chez les jeunes. Ces résultats peuvent servir de base pour élaborer des ressources à destination de ce public afin qu'ils puissent mieux comprendre l'éco-anxiété et aider les jeunes à mieux gérer leurs émotions à ce sujet.

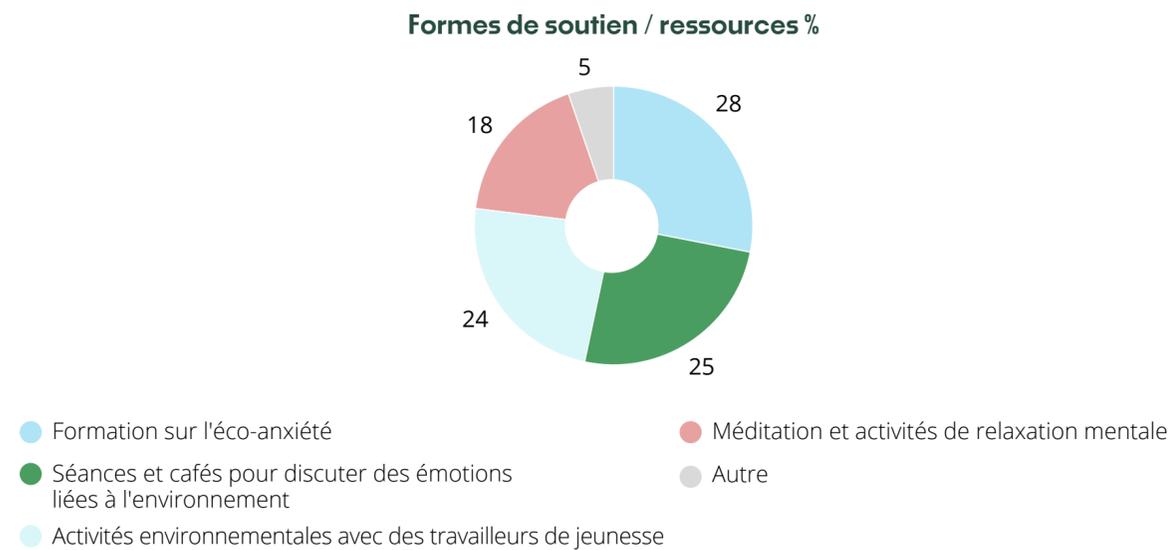
2.3.3a Soutien face à l'éco-anxiété - Enseignements majeurs sur les jeunes

En ce qui concerne ces réponses émotionnelles à l'éco-anxiété, vous sentez-vous suffisamment écouté et compris par les travailleurs jeunesse ?



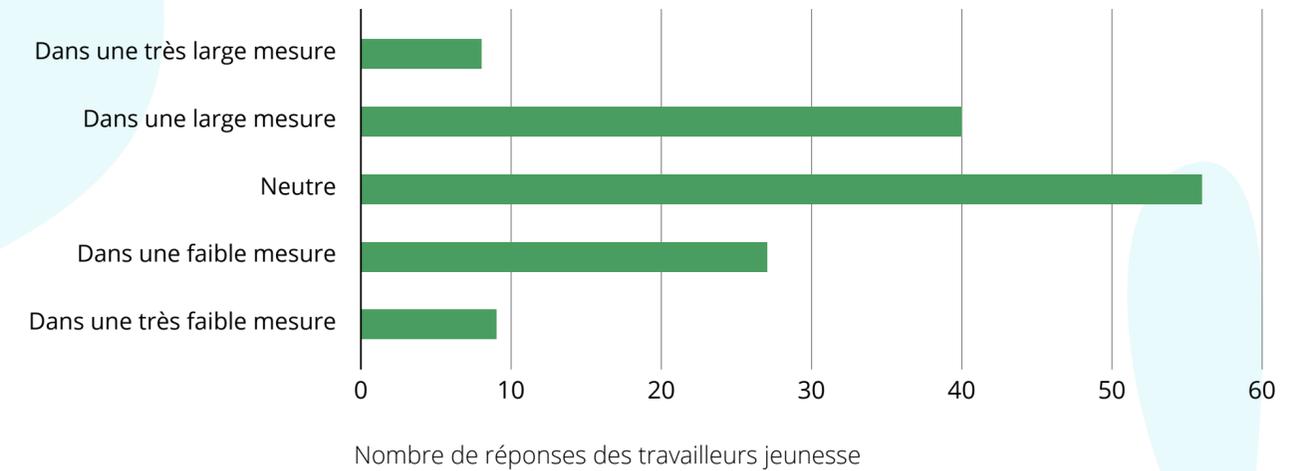
2.3.3b Soutien face à l'éco-anxiété - Enseignements majeurs sur les jeunes

Quelles formes de soutien / ressources aimeriez-vous bénéficier pour vous aider à mieux gérer votre expérience de l'éco-anxiété ?



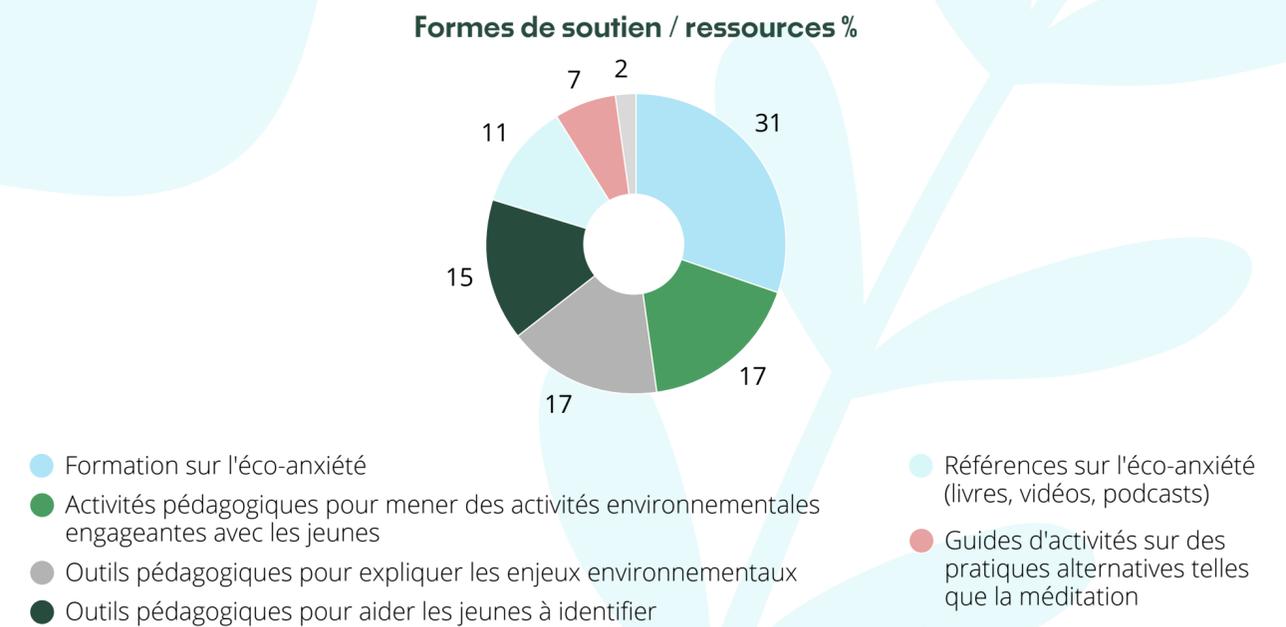
2.3.4a Soutien face à l'éco-anxiété - Enseignements majeurs sur les travailleurs jeunesse

Dans le cadre de votre métier, dans quelle mesure pensez-vous pouvoir aider les jeunes à faire face à l'éco-anxiété ?

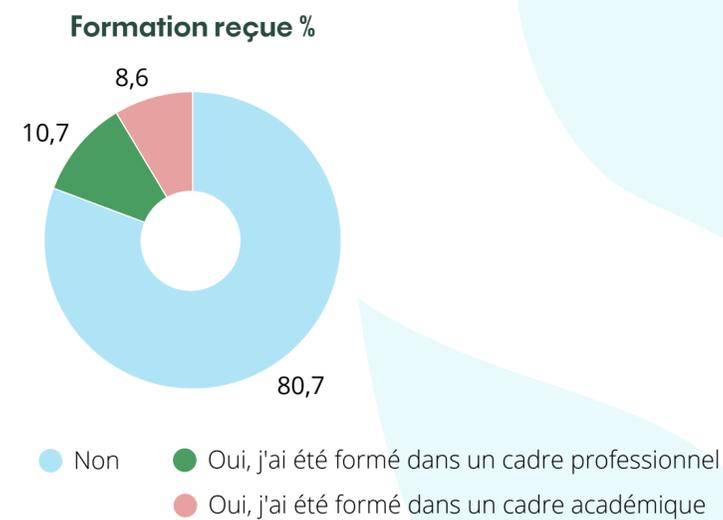


2.3.4b Soutien face à l'éco-anxiété - Enseignements majeurs sur les travailleurs jeunesse

What form of support / resources would you like to receive as a youth worker to better help you manage the eco-anxiety experienced by the young people you work with ?



2.3.5 Formation à l'éco-anxiété des travailleurs jeunesse



Interprétation des résultats

Soutien face à l'éco-anxiété pour les jeunes

Notre étude a révélé que la plupart des jeunes se sentaient **quelque peu** écoutés par les travailleurs jeunesse en ce qui concerne l'éco-anxiété. Les jeunes ont indiqué qu'ils aimeraient bénéficier d'une formation sur l'éco-anxiété, de séances et de forums pour discuter de leur éco-anxiété et participer à des activités en lien avec l'environnement avec les travailleurs jeunesse.

Soutien aux travailleurs jeunesse en matière d'éco-anxiété

La plupart des travailleurs jeunesse ont **moyennement** confiance en leur capacité à aider les jeunes souffrant d'éco-anxiété. Plus de 80 % des travailleurs jeunesse n'ont reçu aucune forme de formation sur l'éco-anxiété, et ces derniers indiquent qu'ils aimeraient justement recevoir une **formation sur l'éco-anxiété**. Les travailleurs jeunesse souhaiteraient également bénéficier d'un soutien et de ressources pédagogiques pour mener des activités dédiées avec les jeunes, ainsi que de séances et de forums pour discuter des émotions liées à la situation environnementale. Ces résultats démontrent la nécessité de développer davantage de ressources et d'accompagnement à destination des jeunes et des travailleurs jeunesse afin de lutter contre l'éco-anxiété chez les jeunes. Ces informations contribueront au développement des ressources produites dans le cadre du projet EcoReactEU.

Les réponses aux questions ouvertes concernant ce sujet se trouvent dans la section Annexe du rapport.

Principales recommandations

1. Analyse des résultats : sensibiliser les travailleurs jeunesse à l'éco-anxiété des jeunes.

Les résultats de cette étude fournissent des informations clés sur l'éco-anxiété des jeunes, ainsi que sur la compréhension qu'en ont les travailleurs jeunesse. Nous discutons ici des implications de ces résultats.

Le changement climatique est le premier problème environnemental qui préoccupe les jeunes. Les travailleurs jeunesse l'ont bien perçu.

Les résultats suggèrent que le soutien apporté aux jeunes en Italie, en Grèce et en France pour faire face à leur éco-anxiété devrait se concentrer en premier lieu sur leurs préoccupations concernant le changement climatique, tout en tenant compte des autres problèmes environnementaux. C'est pourquoi nous recommandons aux travailleurs jeunesse qui soutiennent les jeunes dans leur éco-anxiété de prévoir un espace suffisant pour discuter des préoccupations liées au changement climatique. Nous préconisons également l'animation d'ateliers visant à acquérir des connaissances sur les mécanismes des changements climatiques en cours, et les actions individuelles et collectives à prioriser pour lutter contre cet enjeu. L'objectif est également de lutter contre les fausses informations sur le changement climatique diffusées à travers une grande diversité de canaux consultés par les jeunes.

L'inaction des gouvernements face aux problèmes environnementaux est l'une des principales causes d'éco-anxiété chez les jeunes.

Lorsqu'on aborde l'éco-anxiété, il est important de prendre en compte 1) l'inaction des gouvernements, 2) l'exposition aux médias et 3) les impacts perçus du changement climatique, car ils sont perçus comme les forces motrices de l'exo-anxiété des jeunes. Bien que ces facteurs puissent être difficiles à aborder par les travailleurs jeunesse, il importera de reconnaître leur influence sur l'éco-anxiété des jeunes.

Les travailleurs jeunesse semblent faire l'objet d'un niveau plus élevé d'éco-anxiété que les jeunes.

Ces résultats soulignent que non seulement les jeunes ont besoin de soutien pour faire face à l'éco-anxiété, mais que les travailleurs jeunesse eux-mêmes ont besoin d'aide pour mettre en place des mécanismes d'adaptation sains afin de faire face à leur éco-anxiété. C'est la raison pour laquelle nous préconisons que les travailleurs jeunesse expérimentent en amont ou en simultanément les outils proposés aux jeunes qui peuvent également répondre à leurs préoccupations (compréhension des enjeux environnementaux, gestion des émotions, perspective de futurs souhaitables...). Il est important de soutenir les travailleurs jeunesse dans leur éco-anxiété, notamment afin de préserver leur résilience et leur capacité à aider les jeunes.

Les travailleurs jeunesse peuvent estimer avec précision les émotions liées à l'éco-anxiété chez les jeunes.

Cet alignement émotionnel pourrait renforcer leur capacité à soutenir les jeunes face à leur éco-anxiété.

Dans leur vie quotidienne, les jeunes s'adaptent à travers des mécanismes d'adaptation psychologiques à la fois basés sur une recherche de sens et sur une recherche de solutions aux problèmes. Les travailleurs jeunesse en sont pleinement conscients.

Les mécanismes d'adaptation déployés par les jeunes s'étant avérés efficaces, les travailleurs jeunesse sont invités à stimuler davantage l'adoption de mécanismes d'adaptation centrés sur le sens chez les jeunes. L'accompagnement des jeunes dans des actions concrètes et en faveur de l'environnement sur les territoires est une bonne manière d'aider les jeunes à injecter du sens dans leur mode de vie en lien avec leurs convictions et appréhensions.

Les travailleurs jeunesse et les jeunes souhaiteraient être davantage formés à l'éco-anxiété.

Les résultats démontrent la nécessité de développer davantage de ressources et d'accompagnement à destination des jeunes et des travailleurs jeunesse afin de lutter contre l'éco-anxiété chez les jeunes. C'est pourquoi les recommandations suivantes présentent des exemples de formats à travers lesquels un tel soutien peut être apporté.

2. Créer des espaces de discussion sur l'éco-anxiété.

Comme le montrent les résultats et l'analyse de cette étude, les travailleurs jeunesse ont souvent des difficultés à évaluer avec précision les émotions, les niveaux et les causes de l'éco-anxiété chez les jeunes. Nous suggérons de développer des formations sur l'éco-anxiété et de créer davantage d'espaces pour discuter de ces émotions en profondeur – comme le confirment les résultats de cette enquête. Les espaces tels que les cafés et les tables rondes sont utiles pour valider les émotions des jeunes tout en donnant un aperçu de l'expérience spécifique et unique de l'éco-anxiété telle que ressentie par les jeunes. En créant ces espaces, on propose une voie ouverte et inclusive où les travailleurs jeunesse peuvent introduire de manière créative des exercices d'engagement pour promouvoir l'autonomie des jeunes et transformer leur éco-anxiété en action. Par ailleurs, notre étude a également montré que les travailleurs jeunesse ressentent eux-mêmes l'éco-anxiété à divers degrés. Des espaces comme ceux-là peuvent offrir un soutien mutuel où l'action pro-environnementale inspire l'autonomie et la résilience.

3. Impliquer d'autres acteurs clés de la jeunesse.

Au-delà de l'éducation formelle, les éducations informelle et non formelle jouent un rôle crucial dans l'appréhension de l'éco-anxiété dans son ensemble. Les parents ainsi que les organisations qui travaillent avec les jeunes doivent être inclus dans les stratégies de soutien face à l'éco-anxiété. Notre étude a révélé que la plupart des jeunes participants avaient recours à une adaptation centrée sur le problème pour gérer l'éco-anxiété, alors que d'autres études montrent que l'adaptation centrée sur le sens est plus optimale et conduit à une meilleure résilience. Cette transition vers un mode d'adaptation davantage axé sur le sens nécessitera plus que les efforts des travailleurs jeunesse. Ainsi, l'engagement et le soutien des jeunes dans tous les espaces auxquels ils participent, tels que la maison, la communauté et les salles de classe, contribueront grandement à les aider à faire face à la situation en utilisant des mécanismes plus adaptés.



Conclusion

Cette étude EcoReactEU est la première enquête sur l'éco-anxiété menée pour comprendre les émotions, les niveaux, les causes et les mécanismes d'adaptation de l'éco-anxiété chez les jeunes qui intègrent les perspectives des travailleurs jeunesse. Nous avons constaté que la mesure dans laquelle les travailleurs jeunesse peuvent estimer ces caractéristiques chez les jeunes varie. Comme le souligne une autre étude de grande envergure menée par Hickman et al. (2021), l'inaction des pouvoirs publics en matière d'environnement reste l'une des principales causes d'éco-anxiété chez les jeunes. Le changement climatique est un problème environnemental de premier plan qui préoccupe particulièrement les jeunes dans les trois pays étudiés. Les travailleurs jeunesse et les jeunes souhaitent être formés sur l'éco-anxiété et mieux comprendre le phénomène.

Il est important de rappeler que les données de l'enquête indiquent que les jeunes se sentent peu entendus par les travailleurs jeunesse en ce qui concerne l'éco-anxiété. Ces derniers sont également moyennement confiants en leurs propres capacités à soutenir les jeunes dans leur expérience de l'éco-anxiété. Cette observation est également évidente dans d'autres aspects des données, où les estimations des travailleurs jeunesse concernant les mécanismes d'adaptation et les causes de l'éco-anxiété ne correspondaient pas aux déclarations des jeunes. La recommandation essentielle est donc que les opportunités de favoriser une plus grande connexion entre les jeunes et les travailleurs jeunesse bénéficieront aux deux parties, afin d'améliorer la compréhension par ces derniers des expériences d'éco-anxiété vécues par les jeunes. Cela peut se faire par le biais de formations et d'espaces tels que les « Cafés Climat ».

La littérature scientifique n'a pas encore suffisamment exploré l'éco-anxiété des jeunes et les stratégies de soutien des travailleurs jeunesse. Cette étude fournit une base essentielle pour des recherches plus axées à l'échelle des régions et globales sur la capacité des travailleurs jeunesse en matière d'accompagnement des jeunes. Notre étude a également révélé des niveaux d'éco-anxiété plus élevés chez les travailleurs jeunesse que chez les jeunes, une révélation intéressante qui appelle à mettre davantage l'accent sur le soutien face à l'éco-anxiété pour les jeunes et les acteurs à leur contact. Nous recommandons de lancer des initiatives qui impliquent également les parents et les organisations qui travaillent avec les jeunes pour un engagement plus solide. En définitive, cette étude nous a permis de mieux comprendre la relation entre les jeunes et les travailleurs jeunesse et la manière dont les initiatives de soutien peuvent être développées dans les milieux éducatifs.

Bibliographie

Allred, P., Cullen, F., Edwards, K., & Fusco, D. (2018). *The SAGE Handbook of Youth Work Practice* (Manuel SAGE de la pratique du travail auprès des jeunes). SAGE Publications Ltd.

Andre, P., Boneva, T., Chopra, F., & Falk, A. (2024). Misperceived Social Norms and Willingness to Act Against Climate Change (Normes sociales mal perçues et volonté d'agir contre le changement climatique.). *Social Science Research Network*. <https://doi.org/10.2139/ssrn.4740469>

AQI. (2024). AQI : Real-time Air Quality Index (Index de la qualité de l'air en temps réel). <https://www.aqi.in/in>

Baudon, P., & Jachens, L. (2021). A Scoping Review of Interventions for the Treatment of Eco-Anxiety (Un examen approfondi des interventions pour le traitement de l'éco-anxiété). *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(18), 9636. <https://doi.org/10.3390/ijerph18189636>

Boggs, G. L., Wilson, N. S., Ackland, R. T., Danna, S., & Grant, K. B. (2016). Beyond The Lorax : Examining Children's Books on Climate Change (Au-delà du Lorax : examen des livres pour enfants sur le changement climatique). *The Reading Teacher*, 69(6), 665–675. <https://doi.org/10.1002/trtr.1462>

Borden, L. M., Schlomer, G. L., & Wiggs, C. B. (2011). The Evolving Role of Youth Workers (L'évolution du rôle des travailleurs jeunesse). *Journal of Youth Development*, 6(3), 124–136. <https://doi.org/10.5195/jyd.2011.179>

Bostrom, A., Hayes, A. L., & Crosman, K. M. (2018). Efficacy, Action, and Support for Reducing Climate Change Risks (Efficacité, action et soutien pour la réduction des risques liés au changement climatique). *Risk Analysis*, 39(4), 805–828. <https://doi.org/10.1111/risa.13210>

Cianconi, P., Betrò, S., & Janiri, L. (2020). The Impact of Climate Change on Mental Health : A Systematic

Descriptive Review (L'impact du changement climatique sur la santé mentale : Une revue systématique et descriptive). *Frontiers in Psychiatry*, 11. <https://doi.org/10.3389/fpsy.2020.00074>

Clayton, S. (2020). Climate anxiety : Psychological responses to climate change (L'anxiété climatique : Réponses psychologiques au changement climatique). *Journal of Anxiety Disorders*, 74, 102263. <https://doi.org/10.1016/j.janxdis.2020.102263>

Clayton, S., & Karazsia, B. T. (2020). Development and validation of a measure of climate change anxiety (Développement et validation d'une mesure de l'anxiété liée au changement climatique). *Journal of Environmental Psychology*, 69, 101434. <https://doi.org/10.1016/j.jenvp.2020.101434>

Crandon, T. J., Scott, J. G., Charlson, F. J., & Thomas, H. J. (2022). A social-ecological perspective on climate anxiety in children and adolescents (Une perspective socio-écologique sur l'anxiété climatique chez les enfants et les adolescents). *Nature Climate Change*, 12(2), 123–131. <https://doi.org/10.1038/s41558-021-01251-y>

Cunsolo, A., & Ellis, N. R. (2018). Ecological grief as a mental health response to climate change-related loss (Le deuil écologique comme réponse de santé mentale à la perte liée au changement climatique). *Nature Climate Change*, 8(4), 275–281. <https://doi.org/10.1038/s41558-018-0092-2>

Cutter-Mackenzie, A., & Rousell, D. (2018). Education for what? Shaping the field of climate change education with children and young people as co-researchers (L'éducation pour quoi faire? L'éducation au changement climatique avec les enfants et les jeunes en tant que co-chercheurs). *Children's Geographies*, 17(1), 90–104. <https://doi.org/10.1080/14733285.2018.1467556>

- Doherty, T. J., & Clayton, S. (2011). The psychological impacts of global climate change (Les impacts psychologiques du changement climatique mondial). *American Psychologist*, 66(4), 265–276. <https://doi.org/10.1037/a0023141>
- Fleming, W., Hayes, A. L., Crosman, K. M., & Bostrom, A. (2020). Indiscriminate, Irrelevant, and Sometimes Wrong : Causal Misconceptions about Climate Change (Indiscriminées, non pertinentes et parfois erronées : Les fausses idées causales sur le changement climatique). *Risk Analysis*, 41(1), 157–178. <https://doi.org/10.1111/risa.13587>
- Gallay, E., Pykett, A., Smallwood, M., & Flanagan, C. (2020). Urban youth preserving the environmental commons : student learning in place-based stewardship education as citizen scientists (La jeunesse urbaine préservant les biens communs environnementaux : l'apprentissage des étudiants dans l'éducation à l'intendance basée sur le lieu en tant que scientifiques citoyens). *Sustainable Earth*, 3(1), 3. <https://doi.org/10.1186/s42055-020-00026-1>
- Gifford, E., & Gifford, R. (2016). The largely unacknowledged impact of climate change on mental health (L'impact largement méconnu du changement climatique sur la santé mentale). *Bulletin of the Atomic Scientists*, 72(5), 292–297. <https://doi.org/10.1080/00963402.2016.1216505>
- Hickman, C. (2020). We need to (find a way to) talk about... Eco-anxiety (Nous devons trouver un moyen de parler de... l'éco-anxiété). *Journal of Social Work Practice*, 34(4), 411–424. <https://doi.org/10.1080/02650533.2020.1844166>
- Hickman, C., Marks, E., Pihkala, P., Clayton, S., Lewandowski, R. E., Mayall, E. E., Wray, B., Mellor, C., & van Susteren, L. (2021). Climate anxiety in children and young people and their beliefs about government responses to climate change : a global survey (L'anxiété climatique chez les enfants et les jeunes et leurs croyances sur les réponses du gouvernement au changement climatique : une enquête mondiale). *The Lancet Planetary Health*, 5(12), e863–e873. [https://doi.org/10.1016/S2542-5196\(21\)00278-3](https://doi.org/10.1016/S2542-5196(21)00278-3)
- Hogg, T. L., Stanley, S. K., O'Brien, L. v., Wilson, M. S., & Watsford, C. R. (2021). The Hogg Eco-Anxiety Scale : Development and validation of a multidimensional scale (L'échelle d'éco-anxiété de Hogg : Développement et validation d'une échelle multidimensionnelle). *Global Environmental Change*, 71, 102391. <https://doi.org/10.1016/j.gloenvcha.2021.102391>
- GIEC. (2022). *Climate Change 2022: Impacts, Adaptation, and Vulnerability. Contribution of Working Group II to the Sixth Assessment Report of the Intergovernmental Panel on Climate Change (Changement climatique 2022 : Impacts, adaptation et vulnérabilité. Contribution du groupe de travail II au sixième rapport d'évaluation du groupe d'experts intergouvernemental sur l'évolution du climat)*. Cambridge University Press. <https://doi.org/10.1017/9781009325844>
- Koundouri, P. (2023). Urgent call for comprehensive governmental climate action against wildfires in Greece (Appel urgent à une action climatique gouvernementale globale contre les feux de forêt en Grèce). *Npj Climate Action*, 2(1). <https://doi.org/10.1038/s44168-023-00076-z>
- Jiménez, M. P., DeVille, N. V., Elliott, E. G., Schiff, J. E., Wilt, G. E., Hart, J. E., & James, P. (2021). Associations between Nature Exposure and Health : A Review of the Evidence (Associations entre l'exposition à la nature et la santé : Un examen des données probantes). *International Journal Of Environmental Research And Public Health/International Journal Of Environmental Research And Public Health*, 18(9), 4790. <https://doi.org/10.3390/ijerph18094790>
- Le, A., & Kelly, S. W. (2024). 124. Rural vs. Urban Differences in Climate Change Anxiety and the Role of CIVIC Engagement Among California Adolescents (Les différences rurales vs. urbaines dans l'anxiété liée au changement climatique et le rôle de l'engagement CIVIC parmi les adolescents californiens). *Journal Of Adolescent Health*, 74(3), S67. <https://doi.org/10.1016/j.jadohealth.2023.11.323>
- Léger-Goodes, T., Malboeuf-Hurtubise, C., Mastine, T., Généreux, M., Paradis, P.-O., & Camden, C. (2022). Eco-anxiety in children : A scoping review of the mental health impacts of the awareness of climate change (L'éco-anxiété chez les enfants : Une étude exploratoire des impacts sur la santé mentale de la prise de conscience du changement climatique). *Frontiers in Psychology*, 13. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.872544>

- Li, C. J., & Monroe, M. C. (2019). Exploring the essential psychological factors in fostering hope concerning climate change (Exploration des facteurs psychologiques essentiels pour favoriser l'espoir concernant le changement climatique). *Environmental Education Research*, 25(6), 936–954. <https://doi.org/10.1080/13504622.2017.1367916>
- Ma, T., Moore, J., & Cleary, A. (2022). Climate change impacts on the mental health and wellbeing of young people : A scoping review of risk and protective factors (Impacts du changement climatique sur la santé mentale et le bien-être des jeunes : Une étude exploratoire des facteurs de risque et de protection). *Social Science & Medicine*, 301, 114888. <https://doi.org/10.1016/j.socscimed.2022.114888>
- Nuojua, S., Cracknell, D., & Pahl, S. (2022). Human Behavior and Marine Plastic Pollution (Comportement humain et pollution plastique marine). Dans *Plastics and the Ocean : Origin, Characterization, Fate, and Impacts* (pp. 429–454). <https://doi.org/10.1002/9781119768432.ch15>
- Office français de la biodiversité. (2023). The French are increasingly concerned about biodiversity issues (Les Français sont de plus en plus préoccupés par les questions de biodiversité). https://www.ofb.gouv.fr/en/actualites/french-are-increasingly-concerned-about-biodiversity-issues#_ftn1
- Ogunbode, C. A., Doran, R., Hanss, D., Ojala, M., Salmela-Aro, K., Van Den Broek, K. L., Bhullar, N., Aquino, S. D., Marot, T. A., Schermer, J. A., Włodarczyk, A., Lu, S., Jiang, F., Maran, D. A., Yadav, R., Ardi, R., Chegeni, R., Ghanbarian, E., Zand, S., . . . Karasu, M. (2022). Climate anxiety, wellbeing and pro-environmental action : correlates of negative emotional responses to climate change in 32 countries (Anxiété climatique, bien-être et action pro-environnementale : corrélats des réponses émotionnelles négatives au changement climatique dans 32 pays). *Journal Of Environmental Psychology*, 84, 101887. <https://doi.org/10.1016/j.jenvp.2022.101887>
- Ogunbode, C. A., Pallesen, S., Böhm, G., Doran, R., Bhullar, N., Aquino, S., Marot, T., Schermer, J. A., Włodarczyk, A., Lu, S., Jiang, F., Salmela-Aro, K., Hanss, D., Maran, D. A., Ardi, R., Chegeni, R., Tahir, H., Ghanbarian, E., Park, J., ... Lomas, M. J. (2021). Negative emotions about climate change are related to insomnia symptoms and mental health : Cross-sectional evidence from 25 countries (Les émotions négatives concernant le changement climatique sont liées aux symptômes d'insomnie et à la santé mentale : données transversales provenant de 25 pays). *Current Psychology*, 42(2), 845–854. <https://doi.org/10.1007/s12144-021-01385-4>
- Ojala, M. (2012a). How do children cope with global climate change ? Coping strategies, engagement, and well-being (Comment les enfants font-ils face au changement climatique mondial ? Stratégies d'adaptation, engagement et bien-être). *Journal of Environmental Psychology*, 32(3), 225–233. <https://doi.org/10.1016/j.jenvp.2012.02.004>
- Ojala, M. (2012b). Regulating worry, promoting hope : How do children, adolescents, and young adults cope with climate change ? (Réguler l'inquiétude, promouvoir l'espoir : comment les enfants, les adolescents et les jeunes adultes font-ils face au changement climatique ?) *The International Journal of Environmental and Science Education*, 7(4), 537–561.
- Ojala, M. (2013). Coping with Climate Change among Adolescents : Implications for Subjective. Well-Being and Environmental Engagement (Faire face au changement climatique chez les adolescents : Implications pour le bien-être subjectif et l'engagement environnemental). *Sustainability*, 5(5), 2191–2209. <https://doi.org/10.3390/su5052191>
- Ojala, M., & Bengtsson, H. (2018). Young People's Coping Strategies Concerning Climate Change : Relations to Perceived Communication With Parents and Friends and Pro Environmental Behavior (Stratégies d'adaptation des jeunes concernant le changement climatique : relations avec la communication perçue avec les parents et les amis et le comportement pro-environnemental). *Environment and Behavior*, 51(8), 907–935. <https://doi.org/10.1177/0013916518763894>
- Pihkala, P. (2020). Anxiety and the Ecological Crisis : An Analysis of Eco-Anxiety and Climate Anxiety (Anxiété et crise écologique : Une analyse de l'éco-anxiété et de l'anxiété climatique). *Sustainability*, 12(19), 7836. <https://doi.org/10.3390/su12197836>

Pihkala, P. (2022). Toward a Taxonomy of Climate Emotions (Vers une taxonomie des émotions liées au climat). *Frontiers in Climate*, 3. <https://doi.org/10.3389/fclim.2021.738154>

Pradhan, P., Seydewitz, T., Zhou, B., Lüdeke, M., & Kropp, J. P. (2022). Climate Extremes are Becoming More Frequent, Co-occurring, and Persistent in Europe (Les extrêmes climatiques deviennent plus fréquents, co-occurents et persistants en Europe). *Anthropocene Science*, 1(2), 264–277. <https://doi.org/10.1007/s44177-022-00022-4>

Quintelier, E. (2007). Differences in political participation between young and old people (Différences de participation politique entre les jeunes et les personnes âgées). *Contemporary Politics*, 13(2), 165–180. <https://doi.org/10.1080/13569770701562658>

Rocchi, G., Pileri, J., Luciani, F., Gennaro, A., & Lai, C. (2023). Insights into eco-anxiety in Italy : Preliminary psychometric properties of the Italian version of the Hogg Eco-anxiety Scale, age and gender distribution (Aperçu de l'éco-anxiété en Italie : Propriétés psychométriques préliminaires de la version italienne de l'échelle d'éco-anxiété de Hogg, répartition par âge et par sexe). *Journal of Environmental Psychology*, 92, 102180. <https://doi.org/10.1016/j.jenvp.2023.102180>

Rovithakis, A., Grillakis, M., Seiradakis, K., Giannakopoulos, C., Karali, A., Field, R. D., Lazaridis, M., & Voulgarakis, A. (2022). Future climate change impact on wildfire danger over the Mediterranean : the case of Greece (Impact du changement climatique futur sur le risque de feux de forêt dans la région méditerranéenne : le cas de la Grèce). *Environmental Research Letters*, 17(4), 045022. <https://doi.org/10.1088/1748-9326/ac5f94>

Sanson, A., & Dubicka, B. (2022). Editorial : The climate and ecological mental health emergency – evidence and action (Éditorial : Le climat et l'urgence écologique en matière de santé mentale – données et action). *Child and Adolescent Mental Health*, 27(1), 1–3. <https://doi.org/10.1111/camh.12540>

Sciberras, E., & Fernando, J. W. (2022). Climate change-related worry among Australian adolescents : an eight-year longitudinal study (Les inquiétudes liées au changement climatique chez les adolescents australiens : une étude longitudinale sur huit ans). *Child and Adolescent Mental Health*, 27(1), 22–29. <https://doi.org/10.1111/camh.12521>

Searle, K., & Gow, K. (2010). Do concerns about climate change lead to distress ? (Les préoccupations liées au changement climatique conduisent-elles à la détresse psychologique ?) *International Journal of Climate Change Strategies and Management*, 2(4), 362–379. <https://doi.org/10.1108/17568691011089891>

Sicard, P., Agathokleous, E., De Marco, A., Paoletti, E., & Calatayud, V. (2021). Urban population exposure to air pollution in Europe over the last decades (Exposition de la population urbaine à la pollution atmosphérique en Europe au cours des dernières décennies). *Environmental Sciences Europe*, 33(1). <https://doi.org/10.1186/s12302-020-00450-2>

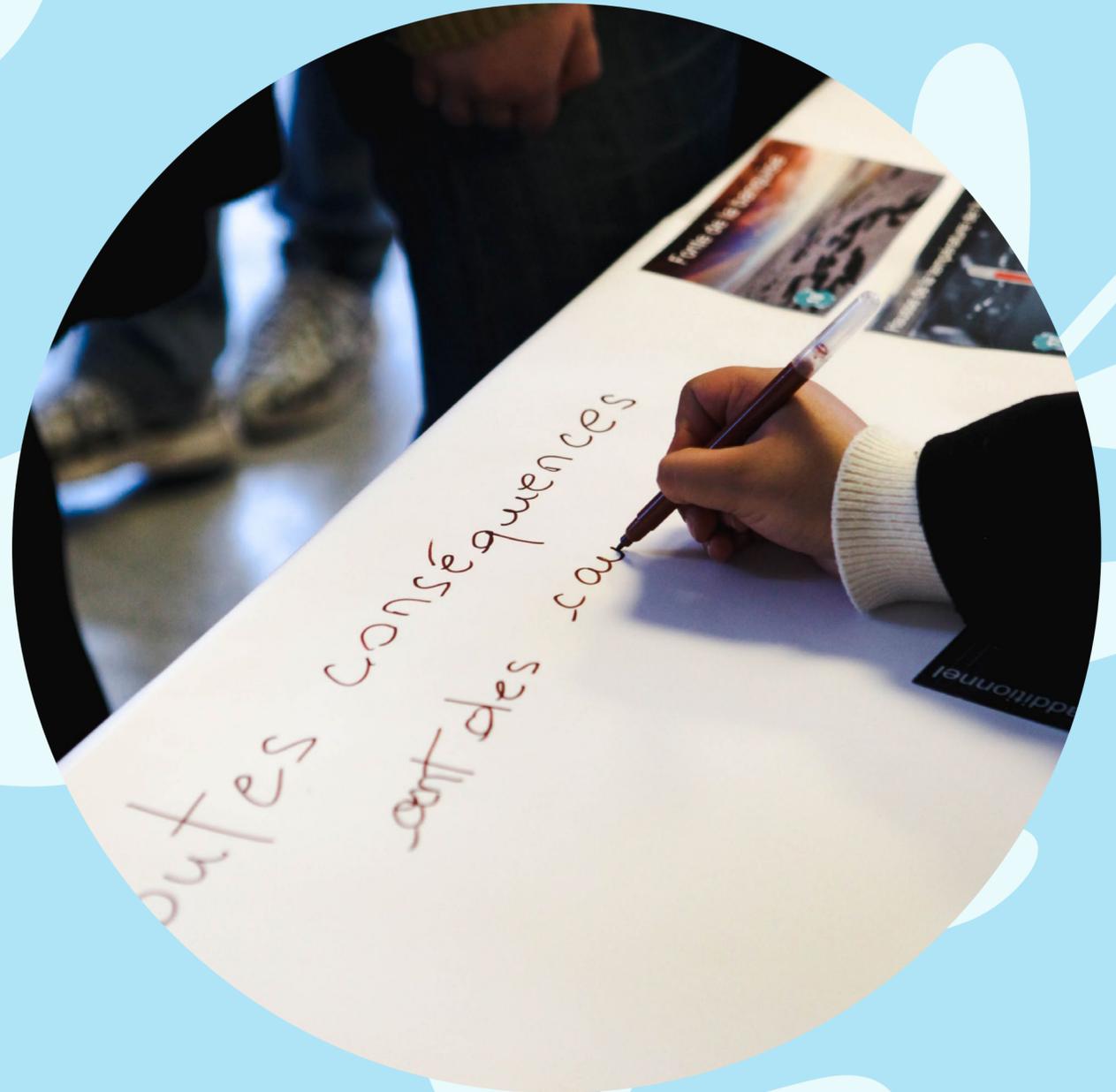
Stanisławski, K. (2019). The Coping Circumplex Model : An Integrative Model of the Structure of Coping With Stress (Le modèle du complexe d'adaptation : Un modèle intégratif de la structure de l'adaptation au stress). *Frontiers in Psychology*, 10. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2019.00694>

Stanley, S. K., Hogg, T. L., Leviston, Z., & Walker, I. (2021). From anger to action : Differential impacts of eco-anxiety, eco-depression, and eco-anger on climate action and wellbeing (Impacts différentiels de l'éco-anxiété, de l'éco-dépression et de l'éco-colère sur l'action climatique et le bien-être). *The Journal of Climate Change and Health*, 1, 100003. <https://doi.org/10.1016/j.joclim.2021.100003>

Stevenson, K., & Peterson, N. (2015). Motivating Action through Fostering Climate Change Hope and Concern and Avoiding Despair among Adolescents (Motiver l'action en encourageant l'espoir et la préoccupation face au changement climatique et en évitant le désespoir chez les adolescents). *Sustainability*, 8(1), 6. <https://doi.org/10.3390/su8010006>

- The European House – Ambrosetti. (2023). Headway – A new roadmap in Mental Health. [Report]. In collaboration with Angelini Pharma (Headway – Une nouvelle feuille de route pour la santé mentale. [Rapport]. En collaboration avec Angelini Pharma). The European House – Ambrosetti. https://eventi.ambrosetti.eu/headway/wp-content/uploads/sites/225/2022/09/220927_Headway_Mental-Health-Index-2.0_Report-1.pdf
- Trott, C. D. (2019). Reshaping our world : Collaborating with children for community-based climate change action (Remodeler notre monde : Collaborer avec les enfants pour une action communautaire contre le changement climatique). *Action Research*, 17(1), 42–62. <https://doi.org/10.1177/1476750319829209>
- Tversky, A., & Kahneman, D. (1973). Availability : A heuristic for judging frequency and probability (La disponibilité : Une heuristique pour juger de la fréquence et de la probabilité). *Cognitive Psychology*, 5(2), 207–232. [https://doi.org/10.1016/0010-0285\(73\)90033-9](https://doi.org/10.1016/0010-0285(73)90033-9)
- UNICEF. (2021). UNICEF Rapport annuel 2021. <https://www.unicef.org/reports/unicef-annual-report-2021>
- Urban, J. (2016). Are we measuring concern about global climate change correctly? Testing a novel measurement approach with the data from 28 countries (Mesurons-nous correctement les inquiétudes liées au changement climatique mondial? Tester une nouvelle approche de mesure avec les données de 28 pays). *Climatic Change*, 139(3–4), 397–411. <https://doi.org/10.1007/s10584-016-1812-0>
- Valle, L. M. I. (2023). Exploring Eco-anxiety : Experiences and Coping Strategies among Young People [Master's thesis, Tilburg University] (Exploration de l'éco-anxiété : Expériences et stratégies d'adaptation chez les jeunes [Mémoire de maîtrise, Université de Tilburg]). School of Humanities and Digital Sciences, Department of Communication and Cognition. <http://arno.uvt.nl/show.cgi?fid=162649>
- Verlie, B., Clark, E., Jarrett, T., & Supriyono, E. (2021). Educators' experiences and strategies for responding to ecological distress (Expériences et stratégies des éducateurs pour répondre à la détresse écologique). *Australian Journal of Environmental Education*, 37(2), 132–146. <https://doi.org/10.1017/aee.2020.34>
- Verplanken, B., Marks, E., & Dobromir, A. I. (2020). On the nature of eco-anxiety : How constructive or unconstructive is habitual worry about global warming? (Sur la nature de l'éco-anxiété : dans quelle mesure l'inquiétude chronique concernant le réchauffement climatique est-elle constructive ou non?). *Journal of Environmental Psychology*, 72, 101528. <https://doi.org/10.1016/j.jenvp.2020.101528>
- Wang, Y., Feng, H., & Liu, Y. (2021). Pro-Environmental Behavior in an Aging World : Evidence from 31 Countries (Comportement pro-environnemental dans un monde vieillissant : Données provenant de 31 pays). *International Journal Of Environmental Research And Public Health/International Journal Of Environmental Research And Public Health*, 18(4), 1748. <https://doi.org/10.3390/ijerph18041748>
- Wu, J., Snell, G., & Samji, H. (2020). Climate anxiety in young people : a call to action (L'anxiété climatique chez les jeunes : un appel à l'action). *The Lancet Planetary Health*, 4(10), e435–e436. [https://doi.org/10.1016/S2542-5196\(20\)30223-0](https://doi.org/10.1016/S2542-5196(20)30223-0)
- Wullenkord, M., Johansson, M., Loy, L. S., Menzel, C., & Reese, G. (2024). Go out or stress out? Exploring nature connectedness and cumulative stress as resilience and vulnerability factors in different manifestations of climate anxiety (Sortir ou stresser? Exploration de la connexion à la nature et du stress cumulatif en tant que facteurs de résilience et de vulnérabilité dans différentes manifestations de l'anxiété climatique). *Journal Of Environmental Psychology*, 95, 102278. <https://doi.org/10.1016/j.jenvp.2024.102278>
- Zaval, L., Keenan, E. A., Johnson, E. J., & Weber, E. U. (2014). How warm days increase belief in global warming (Comment les journées chaudes augmentent la croyance dans le réchauffement climatique). *Nature Climate Change*, 4(2), 143–147. <https://doi.org/10.1038/nclimate2093>
- Zummo, L., Gargroetzi, E., & Garcia, A. (2020). Youth voice on climate change : using factor analysis to understand the intersection of science, politics, and emotion (La voix des jeunes sur le changement climatique : utilisation de l'analyse factorielle pour comprendre l'intersection de la science, de la politique et de l'émotion). *Environmental Education Research*, 26(8), 1207–1226.

Annexes



Annexe 1a: Questionnaire de l'étude (jeunes)

Notes :

- Le questionnaire a été administré à l'aide du logiciel Qualtrics ; la mise en forme dans cette annexe ne représente pas la manière dont le questionnaire est apparu visuellement aux participants.
- L'enquête a été traduite en français, en grec et en italien pour tenir compte des préférences linguistiques.
- L'éco-anxiété étant liée à de multiples problèmes environnementaux, nous avons inclus quelques exemples courants tels que le changement climatique, la perte de biodiversité, la pollution plastique, la déforestation, les feux de forêt, l'élévation du niveau de la mer, la pollution de l'air, les sécheresses, les vagues de chaleur et les inondations, afin de mieux l'expliquer.
- Les participants âgés de moins de 16 ans ou qui n'ont pas répondu à cette question n'ont pas pu passer au reste de l'enquête.

Section 1 : Données démographiques

- Quel est votre pays de résidence ?
 - Grèce
 - France
 - Italie
 - Pays-Bas
 - Autres (pour cette option, les participants ont été invités à indiquer leur pays)
- Quel est votre genre ?
 - Homme
 - Femme
 - Autre
 - Ne souhaite pas répondre
- Quel est votre niveau d'études ?
 - École primaire
 - Lycée
 - Bac+2/3
 - Bac+4/5

- Lequel des énoncés suivants décrit le mieux l'endroit où vous vivez actuellement ?
 - En centre-ville
 - En banlieue
 - En ville
 - En village
 - En zone rurale ou pleine campagne

Section 2 : Émotions associées à l'éco-anxiété

- Dans quelle mesure ressentez-vous chacune des émotions suivantes lorsque vous pensez à des problèmes environnementaux (par exemple, le changement climatique, la perte de biodiversité, la pollution plastique, la déforestation, les feux de forêt, l'élévation du niveau de la mer, la pollution de l'air, les sécheresses, les vagues de chaleur, les inondations) ?
[sélectionnez une réponse pour chaque ligne]

	Pas du tout	Un peu	Moyennement	Beaucoup	Extrêmement
Tristesse	<input type="checkbox"/>				
Colère	<input type="checkbox"/>				
Chagrin	<input type="checkbox"/>				
Désarroi	<input type="checkbox"/>				
Désespoir	<input type="checkbox"/>				
Espoir	<input type="checkbox"/>				
Inquiétude	<input type="checkbox"/>				
Anxiété	<input type="checkbox"/>				
Dépression	<input type="checkbox"/>				
Tension	<input type="checkbox"/>				
Stress	<input type="checkbox"/>				
Peur	<input type="checkbox"/>				
Impuissance	<input type="checkbox"/>				
Honte	<input type="checkbox"/>				
Solitude	<input type="checkbox"/>				
Frustration	<input type="checkbox"/>				

- Au cours des deux dernières semaines, combien de fois avez-vous ressenti les choses suivantes en pensant à des problèmes environnementaux (par exemple, le changement climatique, la perte de biodiversité, la pollution plastique, la déforestation, les feux de forêt, l'élévation du niveau de la mer, la pollution de l'air, les sécheresses, les vagues de chaleur, les inondations) ?

	Pas du tout	Quelques jours	Plus de la moitié du temps	Presque tous les jours
Nervosité, anxiété ou à bout de nerfs	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Inquiétude continue ou incontrôlable	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Trop grande inquiétude	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Sentiment de peur	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Impossibilité d'arrêter de penser au changement climatique futur et à d'autres problèmes environnementaux mondiaux	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Impossibilité d'arrêter de penser aux événements passés liés au changement climatique et à l'environnement	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Impossibilité d'arrêter de penser aux pertes subies par l'environnement	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Difficulté à dormir	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Difficulté à apprécier les situations sociales avec la famille et les amis	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Difficulté à travailler et/ou à étudier	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Sentiment d'anxiété quant à l'impact de mes comportements personnels sur la terre	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Sentiment d'anxiété quant à ma responsabilité personnelle dans la résolution des problèmes environnementaux	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Sentiment d'anxiété à l'idée que mes comportements personnels ne contribueront guère à résoudre le problème	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Section 3 : Causes de l'éco-anxiété

Dans la question précédente, vous avez indiqué à quel point votre réponse était émotionnelle face aux problèmes environnementaux. Dans cette question, nous aimerions savoir ce qui provoque ces réactions émotionnelles. Veuillez indiquer dans quelle mesure les affirmations suivantes s'appliquent à vous :

« La façon dont je ressens les problèmes environnementaux (par exemple, le changement climatique, la perte de biodiversité, la pollution plastique, la déforestation, les feux de forêt, l'élévation du niveau de la mer, la pollution de l'air, les sécheresses, les vagues de chaleur, les inondations) est due à : »

	Pas du tout vrai	Pas très vrai	Assez vrai	Très vrai	Extrêmement vrai	Entièrement vrai
Mon expérience (ou celle d'un proche) des effets passés et actuels du changement climatique	<input type="checkbox"/>					
L'anticipation de ses impacts futurs	<input type="checkbox"/>					
Ce que je vois ou lis dans les nouvelles ou sur les médias sociaux	<input type="checkbox"/>					
La culpabilité liée à mon mode de vie	<input type="checkbox"/>					
L'inaction de mon gouvernement pour résoudre les problèmes environnementaux	<input type="checkbox"/>					
L'inaction de mes concitoyens pour résoudre les problèmes environnementaux	<input type="checkbox"/>					
Autre (les participants sont invités à préciser leur réponse)						

Section 4 : Relation entre les problèmes environnementaux et l'éco-anxiété

Nous aimerions maintenant savoir quels sont les problèmes environnementaux qui vous préoccupent le plus. Veuillez classer les problèmes environnementaux ci-dessous en fonction de votre degré d'inquiétude à leur égard. (Les options qui vous préoccupent le plus doivent figurer en tête de liste).

Changement climatique	Pollution de l'air
Perte de biodiversité	Sécheresses
Pollution plastique	Vagues de chaleur
Déforestation	Inondation
Feux de forêt	Élévation du niveau de la mer

Section 5 : Faire face à l'éco-anxiété

Dans la question suivante, nous aimerions savoir ce que vous faites, pensez ou utilisez pour faire face à ces réactions émotionnelles. Veuillez indiquer dans quelle mesure ces affirmations s'appliquent à vous et ne choisir qu'une seule alternative par question.

	Pas du tout vrai	Pas très vrai	Assez vrai	Très vrai	Extrêmement vrai	Entièrement vrai
De plus en plus de personnes ont commencé à prendre au sérieux les problèmes environnementaux.	<input type="checkbox"/>					
J'ai foi en l'humanité ; nous pouvons résoudre tous les problèmes.	<input type="checkbox"/>					
Je fais confiance aux personnes engagées dans les organisations environnementales.	<input type="checkbox"/>					
Je fais confiance aux politiciens.	<input type="checkbox"/>					
Même s'il s'agit d'un problème grave, il faut garder espoir.	<input type="checkbox"/>					
Je pense que le problème est exagéré.	<input type="checkbox"/>					

	Pas du tout vrai	Pas très vrai	Assez vrai	Très vrai	Extrêmement vrai	Entièrement vrai
Je ne m'en préoccupe pas car je ne connais pas grand-chose aux problèmes environnementaux.	<input type="checkbox"/>					
Le changement climatique est quelque chose de positif car les étés seront plus chauds.	<input type="checkbox"/>					
Rien de grave ne se produira au cours de ma vie.	<input type="checkbox"/>					
Les problèmes environnementaux ne concernent pas les européens.	<input type="checkbox"/>					
Je réfléchis à ce que je peux faire moi-même.	<input type="checkbox"/>					
Je cherche des informations sur ce que je peux faire.	<input type="checkbox"/>					
Je discute avec ma famille et mes amis de ce que je peux faire.	<input type="checkbox"/>					
J'évite les actualités et les médias qui parlent du changement climatique.	<input type="checkbox"/>					
J'accepte mes sentiments d'anxiété au sujet de l'environnement et je me rappelle qu'ils finiront bien par passer.	<input type="checkbox"/>					
Je prends des mesures pour protéger l'environnement (par exemple, je réduis ma consommation d'énergie, je participe à des actions de lutte contre le changement climatique, je plante des arbres).	<input type="checkbox"/>					
J'essaie de maintenir un équilibre entre mes engagements environnementaux et ma vie personnelle (en prenant soin de moi et en me reposant).	<input type="checkbox"/>					
Autre (les participants sont invités à préciser leur réponse)						

Section 6 : Soutien face à l'éco-anxiété

- En ce qui concerne ces réactions émotionnelles, vous sentez-vous suffisamment entendu et compris par les travailleurs jeunesse ?
 - Dans une large mesure
 - Dans une certaine mesure
 - Un peu
 - Pas du tout

 - Quelles formes de soutien/ressources souhaiteriez-vous recevoir pour vous aider à mieux gérer votre expérience de l'éco-anxiété ?
 - Formation à l'éco-anxiété
 - Activités environnementales avec des travailleurs jeunesse
 - Activités de méditation et de relaxation
 - Séances et cafés pour discuter des émotions liées à l'environnement
- Si autre, veuillez décrire _____

Annexe 1b : Questionnaire de l'étude (Travailleurs jeunesse)

Section 1 : Données démographiques

- Quel est votre pays de résidence ?
 - Grèce
 - France
 - Italie
 - Pays-Bas
 - Autres (pour cette option, les participants ont été invités à indiquer leur pays)

- Quel est votre genre ?
 - Homme
 - Femme
 - Autres
 - Ne souhaite pas répondre

- Quel est votre niveau d'études ?
 - École primaire
 - Lycée
 - Bac+2/3
 - Bac+4/5

- Lequel des énoncés suivants décrit le mieux l'endroit où vous vivez actuellement ?
 - En centre-ville
 - En banlieue
 - En ville
 - En village
 - En zone rurale ou pleine campagne

- À quelle catégorie de travailleur socio-éducatif appartenez-vous ?
 - Travailleur socio-éducatif
 - Enseignant
 - Employé dans un centre de loisirs
 - Employé du gouvernement,
 - éducateur
 - Autre (les participants sont encouragés à préciser)

- Quel est l'âge des jeunes avec lesquels vous travaillez ?
 - 5-10 ans
 - 10-15 ans
 - 15-25 ans

Section 2 : Émotions associées à l'Éco-anxiété

- Dans quelle mesure ressentez-vous chacune des émotions suivantes lorsque vous pensez à des problèmes environnementaux (par exemple, le changement climatique, la perte de biodiversité, la pollution plastique, la déforestation, les feux de forêt, l'élévation du niveau de la mer, la pollution de l'air, les sécheresses, les vagues de chaleur, les inondations) ?
[sélectionnez une réponse pour chaque ligne]

	Pas du tout	Un peu	Moyennement	Beaucoup	Extrêmement vrai
Tristesse	<input type="checkbox"/>				
Colère	<input type="checkbox"/>				
Chagrin	<input type="checkbox"/>				
Désarroi	<input type="checkbox"/>				
Désespoir	<input type="checkbox"/>				
Espoir	<input type="checkbox"/>				
Inquiétude	<input type="checkbox"/>				

	Pas du tout	Un peu	Moyennement	Beaucoup	Extrêmement vrai
Anxiété	<input type="checkbox"/>				
Dépression	<input type="checkbox"/>				
Tension	<input type="checkbox"/>				
Stress	<input type="checkbox"/>				
Peur	<input type="checkbox"/>				
Impuissance	<input type="checkbox"/>				
Honte	<input type="checkbox"/>				
Solitude	<input type="checkbox"/>				
Frustration	<input type="checkbox"/>				

Section 3 : Émotions associées à l'éco-anxiété chez les Jeunes

Dans la suite de l'enquête, nous aimerions connaître votre point de vue sur l'éco-anxiété des jeunes avec lesquels vous travaillez. Pour la question suivante, nous aimerions connaître votre point de vue sur les réactions émotionnelles aux problèmes environnementaux chez les jeunes avec lesquels vous travaillez. Représentez-vous le jeune moyen avec lequel vous travaillez et essayez de répondre aux questions suivantes à sa place. Veuillez évaluer les émotions en fonction de la façon dont vous pensez qu'elles s'appliquent aux jeunes.

	Pas du tout	Un peu	Moyennement	Beaucoup	Extrêmement
Tristesse	<input type="checkbox"/>				
Colère	<input type="checkbox"/>				
Chagrin	<input type="checkbox"/>				
Désarroi	<input type="checkbox"/>				
Désespoir	<input type="checkbox"/>				
Espoir	<input type="checkbox"/>				
Inquiétude	<input type="checkbox"/>				
Anxiété	<input type="checkbox"/>				

	Pas du tout	Un peu	Moyennement	Beaucoup	Extrêmement
Dépression	<input type="checkbox"/>				
Tension	<input type="checkbox"/>				
Stress	<input type="checkbox"/>				
Peur	<input type="checkbox"/>				
Impuissance	<input type="checkbox"/>				
Honte	<input type="checkbox"/>				
Solitude	<input type="checkbox"/>				
Frustration	<input type="checkbox"/>				

- Nous aimerions également connaître votre point de vue sur les niveaux d'éco-anxiété des jeunes avec lesquels vous travaillez. Au cours des deux dernières semaines, à quelle fréquence pensez-vous que ces jeunes ont ressenti les choses suivantes en pensant au changement climatique et à d'autres conditions environnementales mondiales (par exemple, le changement climatique, la perte de biodiversité, la pollution plastique, la déforestation, les feux de forêt, l'élévation du niveau de la mer, la pollution de l'air, les sécheresses, les vagues de chaleur, les inondations).

	Pas du tout	Quelques jours	Plus de la moitié du temps	Presque tous les jours
Nervosité, anxiété ou à bout de nerfs	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Inquiétude continue ou incontrôlable	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Trop grande inquiétude	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Sentiment de peur	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Impossibilité d'arrêter de penser au changement climatique futur et à d'autres problèmes environnementaux mondiaux	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

	Pas du tout	Quelques jours	Plus de la moitié du temps	Presque tous les jours
Impossibilité d'arrêter de penser aux événements passés liés au changement climatique et à l'environnement	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Impossibilité d'arrêter de penser aux pertes subies par l'environnement	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Nervosité, anxiété ou à bout de nerfs				
Inquiétude continue ou incontrôlable	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Trop grande inquiétude	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Sentiment de peur	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Impossibilité d'arrêter de penser au changement climatique futur et à d'autres problèmes environnementaux mondiaux	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Impossibilité d'arrêter de penser aux événements passés liés au changement climatique et à l'environnement	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Impossibilité d'arrêter de penser aux pertes subies par l'environnement	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Difficulté à dormir	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Difficulté à apprécier les situations sociales avec la famille et les amis	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Difficulté à travailler et/ou à étudier	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Sentiment d'anxiété quant à l'impact de mes comportements personnels sur la terre	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Sentiment d'anxiété quant à ma responsabilité personnelle dans la résolution des problèmes environnementaux	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Sentiment d'anxiété à l'idée que mes comportements personnels ne contribueront guère à résoudre le problème	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Section 3 : Causes de l'Éco-anxiété chez les Jeunes

Nous aimerions maintenant connaître votre point de vue sur ce qui, selon vous, provoque ces réactions émotionnelles chez les jeunes avec lesquels vous travaillez.

Veuillez évaluer dans quelle mesure les affirmations suivantes peuvent s'appliquer à eux.

La façon dont les jeunes avec lesquels je travaille ressentent les problèmes environnementaux (par exemple, le changement climatique, la dégradation écologique, l'épuisement des ressources, l'extinction des espèces, le trou de la couche d'ozone, la pollution des océans, la déforestation) est due à :

	Pas du tout vrai	Pas très vrai	Assez vrai	Très vrai	Extrêmement vrai	Entièrement vrai
Mon expérience (ou celle d'un proche) des effets passés et actuels du changement climatique	<input type="checkbox"/>					
L'anticipation de ses impacts futurs	<input type="checkbox"/>					
Ce que je vois ou lis dans les nouvelles ou sur les médias sociaux	<input type="checkbox"/>					
La culpabilité liée à mon mode de vie	<input type="checkbox"/>					
L'inaction de mon gouvernement pour résoudre les problèmes environnementaux	<input type="checkbox"/>					
L'inaction de mes concitoyens pour résoudre les problèmes environnementaux	<input type="checkbox"/>					
Autre (les participants sont invités à préciser leur réponse)						

Section 4 : Relation entre les Problèmes Environnementaux et l'Éco-anxiété chez les Jeunes

Veillez classer les problèmes environnementaux ci-dessous en fonction du degré d'inquiétude que vous percevez chez les jeunes avec lesquels vous travaillez pour chaque problème environnemental. (Les options qui, selon vous, les préoccupent le plus doivent figurer en tête de liste).

Changement climatique	Élévation du niveau de la mer
Perte de biodiversité	Pollution de l'air
Pollution plastique	Sécheresses
Déforestation	Vagues de chaleur
Feux de forêt	Inondation

Section 5 : Faire face à l'Éco-anxiété

Dans la question suivante, nous aimerions savoir ce que vous pensez que les jeunes avec lesquels vous travaillez font, pensent ou utilisent pour faire face à ces réactions émotionnelles. Veuillez indiquer dans quelle mesure les affirmations s'appliquent aux jeunes avec lesquels vous travaillez, sur la base de vos observations et de vos interactions avec eux. Ne choisissez qu'une seule alternative par question.

	Pas du tout vrai	Pas très vrai	Assez vrai	Très vrai	Extrêmement vrai	Entièrement vrai
De plus en plus de personnes ont commencé à prendre au sérieux les problèmes environnementaux.	<input type="checkbox"/>					
Ils ont foi en l'humanité ; ils pensent que nous pouvons résoudre tous les problèmes.	<input type="checkbox"/>					
Ils font confiance aux personnes engagées dans les organisations environnementales.	<input type="checkbox"/>					
Ils font confiance aux politiciens.	<input type="checkbox"/>					
Même s'il s'agit d'un problème grave, il faut garder espoir	<input type="checkbox"/>					

	Pas du tout vrai	Pas très vrai	Assez vrai	Très vrai	Extrêmement vrai	Entièrement vrai
Ils pensent que le problème est exagéré.	<input type="checkbox"/>					
Ils ne s'en préoccupent pas car ils ne connaissent pas grand-chose aux problèmes environnementaux.	<input type="checkbox"/>					
Le changement climatique est quelque chose de positif car les étés seront plus chauds.	<input type="checkbox"/>					
Rien de grave ne se produira au cours de leur vie.	<input type="checkbox"/>					
Les problèmes environnementaux ne concernent pas les européens.	<input type="checkbox"/>					
Ils réfléchissent à ce qu'ils peuvent faire eux-mêmes.	<input type="checkbox"/>					
Ils cherchent des informations sur ce qu'ils peuvent faire.	<input type="checkbox"/>					
Ils discutent avec leur famille et leurs amis de ce qu'ils peuvent faire.	<input type="checkbox"/>					
Ils évitent les actualités et les médias qui parlent du changement climatique.	<input type="checkbox"/>					
Ils acceptent leurs sentiments d'anxiété au sujet de l'environnement et se rappellent qu'ils finiront bien par passer.	<input type="checkbox"/>					
Ils prennent des mesures pour protéger l'environnement (par exemple, ils réduisent leur consommation d'énergie, ils participent à des actions de lutte contre le changement climatique, ils plantent des arbres).	<input type="checkbox"/>					
Ils essaient de maintenir un équilibre entre leurs engagements environnementaux et leur vie personnelle (en prenant soin d'eux et en se reposant).	<input type="checkbox"/>					
Autre (les participants sont invités à préciser leur réponse)						

Section 6 : Soutien face à l'éco-anxiété

- Dans le cadre de votre profession, dans quelle mesure pensez-vous pouvoir aider les jeunes à faire face à l'éco-anxiété ?
 - Dans une très large mesure
 - Dans une large mesure
 - Neutre
 - Dans une faible mesure
 - Dans une très faible mesure

 - Avez-vous reçu une formation sur la manière de gérer l'éco-anxiété chez les jeunes ?
 - Oui, j'ai été formé dans un cadre académique
 - Oui, j'ai été formé dans un cadre professionnel
 - Non

 - Quelle forme de soutien/ressources aimeriez-vous recevoir en tant que travailleur socio-éducatif afin de mieux gérer l'éco-anxiété ressentie par les jeunes avec lesquels vous travaillez ?
 - Formation sur l'éco-anxiété des jeunes
 - Outils pédagogiques pour expliquer les questions environnementales
 - Activités pédagogiques pour mener des activités d'engagement environnemental avec les jeunes
 - Outils pédagogiques pour aider les jeunes à identifier et à exprimer leurs émotions
 - Références sur l'éco-anxiété (livres, vidéos, podcasts, etc.)
 - Guides d'activités sur les pratiques alternatives (telles que la méditation)
- Si autre, veuillez décrire _____

Annexe 2

2a. Autres suggestions de soutien/ressources que les jeunes aimeraient recevoir

Suggestion dans la langue du participant	Traduction en anglais par DeepL (puis re-traduction en français)
Ik denk dat het belangrijkste is om het probleem aan te pakken en op te lossen met zijn allen. In plaats van een tijdelijke oplossing die het daadwerkelijke probleem niet onder de handen neemt	Je pense que le plus important est de s'attaquer au problème et de le résoudre dans son ensemble. Au lieu d'une solution temporaire qui ne s'attaque pas au problème réel
I want this madness stopped. I don't want to manage my eco anxiety. I want to use it as a means to obligate the governments and people to take action.	Je veux que cette folie cesse. Je ne veux pas gérer mon anxiété écologique. Je veux l'utiliser comme un moyen d'obliger les gouvernements et les gens à agir.
Parlarne	Discussions
Per quanto mi riguarda non provo ansia in merito ai problemi ambientali, questo perché di natura non sono una persona ansiosa. Tuttavia trovo che per molte persone sarebbe utile realizzare che il tempo non è scaduto e che provare angoscia non serve a nulla. Questo può essere fatto anche semplicemente descrivendo i dati positivi e ottimisti, ponendo la questione più dal punto di vista di ciò che si può ancora fare, piuttosto che ciò che ormai è impossibile fare	En ce qui me concerne, je ne ressens pas d'anxiété face aux problèmes environnementaux, car je ne suis pas une personne anxieuse par nature. Cependant, je pense que pour de nombreuses personnes, il serait utile de réaliser que nous pouvons encore changer les choses et que le sentiment d'anxiété seul ne sert à rien. On peut également y parvenir en décrivant simplement les données positives et optimistes, en posant la question sous l'angle de ce qui peut encore être fait, plutôt que de ce qu'il est désormais impossible de faire
Parlarne di più nelle scuole	En parler davantage dans les écoles
Fare qualcosa per aiutare l'ambiente	Faire quelque chose pour améliorer l'environnement
Je ne sais pas	Je ne sais pas
Nothing	Rien
Attuare soluzioni concrete per ridurre l'emergenza	Mettre en œuvre des solutions concrètes pour réduire l'urgence
occasioni di manifestazione	Occasions de manifester
Informazione	Information
Essere attenti a non usare troppa energia, non inquinare, rispettare l'indifferenziata, non buttare niente per terra e usare l'auto se davvero ce ne bisogno, comprare solo cose essenziali di plastica	Veillez à ne pas consommer trop d'énergie, ne polluez pas, trievez correctement vos déchets, ne jetez rien par terre et n'utilisez la voiture que si vous en avez vraiment besoin, réduisez au maximum vos achats d'objets en plastique
Informazioni semplici e possibili soluzioni	Informations simples et solutions possibles
Parlare di più di soluzioni in atto	Parlez plus des solutions en place

Suggestion in participant's language	Translation in English (with DeepL)
<p>Πρακτικές δραστηριότητες σε παιδιά και νέους για να αντιληφθούν μέσα από την πράξη την αξία προστασίας του περιβάλλοντος. Έτσι μέσα από τη συνεργασία και την ομαδικότητα όσοι αντιμετωπίζουν περιβαλλοντικό άγχος θα βρουν κάπου στήριξη</p>	<p>Des activités pratiques pour les enfants et les jeunes afin qu'ils voient de leurs propres yeux la valeur de la protection de l'environnement. Ainsi, grâce à la coopération et au travail d'équipe, ceux qui sont confrontés à un stress environnemental trouveront le soutien qu'ils cherchent.</p>
<p>Ateliers ludiques où l'on peut s'exprimer sur le sujet de façon innovante en montrant d'autres exemples ou en réfléchissant à d'autres solutions que celles qui sont le plus diffusées. Apporter un autre point de vue nuancé sur le sujet que les représentations très dystopiques ou utopiques que l'on peut avoir.</p>	<p>Ateliers ludiques où l'on peut s'exprimer sur le sujet de façon innovante en montrant d'autres exemples ou en réfléchissant à d'autres solutions que celles qui sont le plus diffusées. Apporter un autre point de vue nuancé sur le sujet que les représentations très dystopiques ou utopiques que l'on peut avoir.</p>
<p>Des actions concrètes des acteurs du dérèglement climatique. Et non pas un "effort" demandé à ceux qui le subissent (effort" demandé qui participe à la culpabilisation des personnes et aggravant l'éco-anxiété)</p>	<p>Des actions concrètes des acteurs du dérèglement climatique. Et non pas un « effort » demandé à ceux qui le subissent (« effort » demandé qui participe à la culpabilisation des personnes et aggravant l'éco-anxiété)</p>
<p>Avoir des dirigeants compétents</p>	<p>Avoir des dirigeants compétents</p>
<p>Je crois qu'à un moment on ne peut pas se concentrer uniquement sur la réaction émotionnelle mais qu'on arrêtera d'avoir peur en abordant la racine du problème. Si on croit en la science c'est normal d'avoir peur ! Je veux pas de la méditation, je veux être sûr que l'air sera respirable d'ici 30/40/50 ans !</p>	<p>Je crois qu'à un moment on ne peut pas se concentrer uniquement sur la réaction émotionnelle mais qu'on arrêtera d'avoir peur en abordant la racine du problème. Si on croit en la science c'est normal d'avoir peur ! Je veux pas de la méditation, je veux être sûr que l'air sera respirable d'ici 30/40/50 ans !</p>
<p>Pas besoin</p>	<p>Pas besoin</p>
<p>Que les politiciens prennent au sérieux cet enjeu</p>	<p>Que les politiciens prennent au sérieux cet enjeu</p>

2b. Autres suggestions de soutien/ressources que les travailleurs jeunesse aimeraient recevoir

Suggestion dans la langue du participant	Traduction en anglais par DeepL (puis re-traduction en français)
Activité et engagement permettant de reprendre en mains leur futur	Activité et engagement permettant de reprendre leur futur en main
“Vivre avec l'éco-lucidité” (Actes Sud, 2024)	“Vivre avec l'éco-lucidité” (Actes Sud, 2024)
Ποιο ενεργοί εκπαιδευτικοί και περισσότερα σχολεία του δασους	Des enseignants plus actifs et davantage de classes vertes
Activités pour donner de l'espoir	Activités pour donner de l'espoir
Δυνατότητα στα πλαίσια του σχολείου για διοργάνωση σχετικών εκπαιδευτικών εκδρομών ή πρόσκληση ψυχολόγων στο σχολείο	Possibilité pour l'école d'organiser des sorties éducatives pertinentes ou d'inviter des psychologues à l'école.
Je crois que ce sentiment d'éco-anxiété est normal et légitime et que pour qu'il diminue ou disparaisse, il faut que la société change. Le problème doit être traité à la source.	Je crois que ce sentiment d'éco-anxiété est normal et légitime et que pour qu'il diminue ou disparaisse, il faut que la société change. Le problème doit être traité à la source.
Éducation politique des jeunes	Éducation politique des jeunes
Réflexion multi-acteur, jeunes et politiques autour de la mobilisation des jeunes dans des formats d'activisme qui leur correspondent et qui mêle les générations et des systèmes de gouvernances horizontaux (hors de la démocratie “d'élevage”)	Réflexion pluri-acteurs, jeunes et politiques sur la mobilisation des jeunes dans des formats d'activisme qui leur correspondent et qui mélangent les générations et les systèmes de gouvernance horizontale (hors de la « politique traditionnelle »)

Colophon

Éditeurs

Uchendu, J.O, Goetheer, C.D.J. & van den Broek, K.L. (2024),
Report on the EcoreactEU Study on Youth Eco-Anxiety.

Photographie

La Ligue de l'enseignement

Designer graphique (version anglaise)

Margot Stoete – C&M (10415) – Faculty of Geosciences – Utrecht University