

**SOCIÉTÉ** *Née aux Etats-Unis, une mouvance tente de favoriser la prise de conscience individuelle face aux enjeux climatiques. Forces et limites de la démarche.*

# L'écopsychologie veut reverdir l'identité humaine



PROPOS RECUEILLIS PAR  
**DOMINIQUE HARTMANN**

Outre la consommation et la finance responsables, les médias alternatifs, l'éco-habitat ou la solidarité internationale, le Festival des initiatives locales pour le climat Alternatiba explorera en septembre également les «transitions intérieures». Parmi celles-ci, l'écopsychologie, mouvance née aux Etats-Unis et encore peu représentée en Europe, qui entend renouveler en profondeur le lien avec la nature. S'inspirant notamment de C. G. Jung, du philosophe Paul Shepard et de la militante antinucléaire Joanna Macy, elle se distingue de la psychologie environnementale pour qui ce lien est un objet d'étude scientifique. Cette approche sera présentée par le sociologue et écothéologien Michel Maxime Egger, auteur de *Soigner l'esprit, guérir la Terre - Introduction à l'écopsychologie* (Labor et Fides, 2015). Il en dégage ici les lignes de force, tout en rappelant les limites de la démarche. Il répond à l'invitation d'EcoAttitude, association qui cherche à favoriser les prises de conscience susceptibles de modifier les comportements face au changement climatique.

## Qui sont les écopsychologues?

**Michel Maxime Egger:** Les écopsychologues constituent une mouvance – plutôt qu'une science ou une nouvelle discipline de la psychologie – qui se veut socio-critique. L'objectif de l'écopsychologie est de restaurer les liens entre l'individu et la nature, et d'élucider les motifs de résistance aux changements réclamés par les menaces climatiques. Cette approche s'est cristallisée aux Etats-Unis dans les années 1990, dans l'effervescence précédant le Sommet de la Terre à Rio, en 1992. Il s'agissait d'affirmer la nécessité d'une écologie intérieure et de contrer des positions comme celle du président Bush, affirmant que «le mode de vie américain n'est pas négociable». L'un des pionniers de l'écopsychologie, le philosophe Theodore Roszak, a d'ailleurs été l'un des premiers théoriciens de la contre-culture. Elle est désormais constituée en réseau, qui a ses associations, ses revues, ses colloques. Même si le monde anglo-saxon est clairement plus sensible à la pensée de type holistique et transdisciplinaire, ce courant y est encore très minoritaire. Il est pluriel, sans

unanimité sur des questions comme l'existence d'un inconscient écologique, par exemple.

## En quoi consiste la reconnexion proposée?

Il s'agit de rendre possible un changement de cap intérieur et extérieur, au-delà du déni ou du découragement, très répandus face à l'urgence climatique. Et de mettre en lumière quelles représentations de la nature entraînent ou favorisent certains comportements. Beaucoup de campagnes de sensibilisation à l'écologie ont joué sur la peur: élucider le sentiment d'impuissance ou de culpabilité peut aider à libérer l'action. Les écopsychologues sont aussi globalement très critiques envers l'«illusion technologique», car celle-ci est jugée déresponsabilisante. Face aux difficultés de perception (la destruction de la couche d'ozone reste abstraite pour beaucoup, par exemple), ils veulent générer un autre mode de compréhension, fondé sur l'empathie. C'est à cela que servent les «écothérapies», fondées sur une proximité et une pratique de la nature, favorisant donc le lien sensible avec elle.

Les écopsychologues veulent à la fois mettre à jour les représentations limitantes et favoriser les motivations. Selon le psychanalyste James Hillman, les cabinets psys devraient devenir de véritables lieux d'*empowerment*. A condition que les thérapeutes soient formés à considérer que le lien à la terre se trouve au tréfonds de la psyché humaine.

## Au cœur des critiques, l'utilitarisme et l'anthropocentrisme.

Ces deux visions du monde contribuent selon les écopsychologues à aliéner l'être humain de son habitat naturel: dominée et objectivée, la nature devient une entité exploitée à volonté, déconnectée de l'humain (depuis le Néolithique, estiment-ils). Cette aliénation expliquerait en partie certaines formes d'addiction consumériste. Quant aux dualismes qui structurent notre psyché (humain/nature, raison/émotion, masculin/féminin, technique/nature, etc.), ils constituent des frontières artificielles dont le maintien nécessite beaucoup d'énergie psychique, énergie prise sur la capacité à inventer de nouvelles solutions qui répondent aux défis actuels. Le psychoanthropologue Gregory Bateson doute même qu'une espèce dotée d'une «aussi étrange façon de concevoir le monde» puisse survivre. Pour les écopsychologues, la survalorisation de l'autonomie individuelle – étape de développement indispensable –

conduit dans nos sociétés à une négation de l'interdépendance de l'être humain avec les autres et avec la nature. D'où l'importance accordée à une réforme de l'éducation fondée sur l'expérience du milieu naturel, pour que les enfants renouent avec la pluralité du vivant et éprouvent les interdépendances existantes.

## Quel type d'activité économique est-il possible dans une telle démarche?

L'écopsychologie se concentre avant tout sur la personne. Mais certains de ses partisans réalisent bien que, pour porter pleinement ses fruits, leur approche doit être articulée à des changements sociétaux et politiques. Des voix dissidentes mettent d'ailleurs aussi en question la notion de «nature en soi», la nature n'existant que «pensée» en fonction des époques, des développements économiques et des contextes culturels. Pour ces auteurs, assumer notre responsabilité écologique implique de renouveler aussi nos liens avec les entités «non naturelles» (l'habitat, les déchets, la technologie, etc.) Pour l'instant, il faut avouer que le développement d'une écocitoyenneté est encore à l'état de chantier dans cette pensée.

## Pour les écopsychologues, l'urbanisation serait responsable d'une partie des maux humains. Mais les psychopathologies ne sont pas seulement urbaines.

Certes. La grande ville est pour eux le

symbole d'un milieu de vie artificiel, hyperconnecté, accéléré, où l'être humain ne participe plus aux rythmes et aux énergies de la terre, où il perd son intimité avec la nature sans laquelle, comme l'affirme Chellis Glendinning, «il devient malade». En ce sens, il s'agit pour eux principalement d'élargir le spectre des démarches thérapeutiques actuelles en ajoutant le monde naturel non humain à l'individu, à la famille et à la société. A noter aussi qu'ils s'appuient avant tout sur des observations et expériences thérapeutiques menées dans leurs cabinets de psychologues avec leurs patients. Beaucoup d'études sont déjà menées sur l'impact physique de la pollution sur la santé, mais les liens entre consumérisme et saturation psychique, par exemple, ou les effets de l'hortithérapie ou de l'animalthérapie sur certains comportements commencent eux aussi à être bien documentés.

## L'écopsychologie est-elle une approche spirituelle?

Oui et non. Elle se distingue de l'écospiritualité en ceci qu'elle ne postule pas forcément une entité divine – transcendantale ou immanente – animant le super-organisme que serait la Terre. En revanche, elle considère celle-ci comme un système homéostatique doué d'une forme de conscience, où tous les vivants sont des partenaires de l'évolution. Plusieurs de ses adeptes puisent notamment dans le


bouddhisme et des traditions premières. De mon point de vue, cet intérêt n'est pas d'ordre nostalgique. Dans ces sociétés, le lien avec la nature a toujours été thérapeutique et sacré. Même si celles-ci ne doivent pas être idéalisées – la violence y est indéniable –, elles ont conservé un rapport beaucoup plus harmonieux à la nature que le monde occidental. I

## ZOOM D'ÉTÉ SUR ALTERNATIBA

**Cet été,** *Le Courrier* consacre une série au village Alternatiba. Cette initiative transnationale tente de construire «par le bas» un réseau d'actions locales pour le climat. Chaque semaine, votre journal s'intéressera à l'une des thématiques portées par la caravane climatique et mise en branle par les acteurs locaux que vous retrouverez du 18 au 20 septembre sur la plaine de Plainpalais, à Genève: écohabitat, recyclage, alternatives numériques, éducation à l'action citoyenne, reconversion sociale et écologique de la production, et bien plus encore. Toutes ces approches sont envisagées comme des alternatives tangibles au changement climatique et à la crise énergétique. co



Pour Michel Maxime Egger, l'éducation devrait être fondée sur l'expérience du milieu naturel, «pour que les enfants renouent avec la pluralité du vivant et éprouvent les interdépendances existantes». KEYSTONE



## Je m'abonne un an au Courrier

- 650.- 5 jours soutien (papier + pdf + site web)
- 319.- 5 jours (1<sup>ère</sup> année)\* (papier + pdf + site web)
- 500.- AboCombi soutien (pdf + papier week-end + site web)
- 279.- AboCombi (pdf + papier week-end + site web)
- 450.- Web soutien (pdf + site web)
- 219.- Web (pdf + site web)
- 250.- Week-end soutien (ven-sam-dim) (papier + pdf)
- 139.- Week-end (ven-sam-dim) (papier + pdf)

\* Rabais AVS/AI, Chômage et étudiant sur demande

## LE COURRIER

Nom \_\_\_\_\_

Prénom \_\_\_\_\_

Adresse \_\_\_\_\_

NPA - Localité \_\_\_\_\_

Téléphone \_\_\_\_\_

Courriel \_\_\_\_\_

Coupon à retourner par poste **Le Courrier - Service des abonnements - Rue de la Truite 3 - CP 238 - 1211 Genève 8**, fax 022 809 55 67 ou courriel [abo@lecourrier.ch](mailto:abo@lecourrier.ch)