



SOLASTALGIE

Cycle 2 « **Eco-anxiété, solastalgie et**
résilience émotionnelle »

Webinaire - 14 octobre 2024

Intervention de Charline Schmerber
*psychopraticienne spécialiste de la gestion des émotions face à la crise
écologique*



Bienvenue dans ce webinaire !

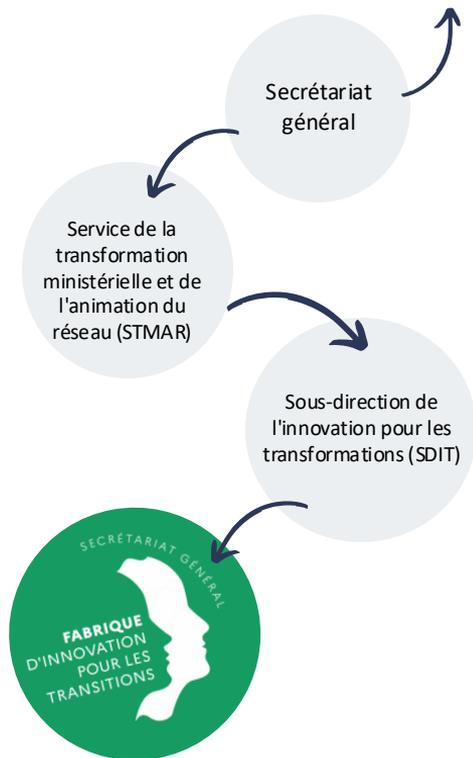


Laure Catherin

- ❖ Cheffe de projet innovation pour les transitions au sein de la Fabrique d'Innovation pour les Transitions

Qui sommes-nous ?

Ministères Territoires, Ecologie et Logement



Qui sommes-nous ?



La Fabrique d'innovation pour les transitions est axée sur l'accompagnement des transformations au service de la transition écologique, de la conduite de projet, de l'impact sur les territoires, de sujets émergents (sciences comportementales...).

Acculturer &
monter en compétences
sur les transitions

Expérimenter &
faire émerger des
projets dans les
territoires

Transmettre des
outils & partager
des ressources



Des formats proposés à *tous les agents des ministères Territoires, Ecologie et Logement* et des actions ciblées vers des *acteurs des transitions* !

Une offre et des méthodes pour accompagner les transformations et partager sur les enjeux de transitions

**Acculturer &
monter en compétences
sur les transitions**

Des fresques et ateliers collaboratifs

Les Matinales des transitions

Des cycles de webinaires inspirants

Le mois de l'innovation publique : programmation spéciale

Des parcours sur-mesure

Des webinaires d'actus' pour les Préfets

Les Dialogues économiques

Le Cycle Supérieur du Développement Durable (CSDD)

**Expérimenter &
faire émerger des
projets dans les
territoires**

Le programme Expé

Le programme Sciences comportementales au service des transitions

Le programme Adaptation au changement climatique & Redirection écologique

**Transmettre des
outils & partager
des ressources**

La boîte à outils d'intelligence collective

Les podcasts des transitions

Le centre de ressources FIT



Quelques mots sur notre rendez-vous



Cycle 2 « Eco-anxiété solastalgie et résilience émotionnelle »

Retrouvez, tous les derniers lundis du mois de 13h30 à 14h30, un décryptage proposé par un(e) expert(e) d'un mot ou concept relatif aux transitions socio-écologiques !

Sommes-nous tous sujets à l'éco-anxiété ? Quelle réalité la solastalgie décrit-elle ? La résilience émotionnelle peut-elle nous aider pour réagir face à ces émotions négatives ?

Nous accueillons pour ce second cycle de **3** webinaires **Charline Schmerber** qui fera la lumière sur ces éco-émotions et sur comment développer notre résilience face à celles-ci.

Cycle 2 « Eco-anxiété, solastalgie et résilience émotionnelle »

1

« Eco-anxiété » | 30 septembre | Visionnez le replay : <https://mtect.fr/660>

2

« Solastalgie » | 14 octobre



D'où vient ce terme ? Pourquoi un nouveau mot pour désigner un phénomène qui semble s'approcher de l'éco-anxiété ? Quelles en sont les manifestations ?

3

« Résilience émotionnelle » | 25 novembre | Inscrivez-vous : <https://mtect.fr/659>



Pour visionner les replays du cycle 1 « *Effondrement, croissance verte et prospérité* » : <https://mtect.fr/660>

Avec vous aujourd'hui !

L'intervenante



Charline SCHMERBER

- ❖ Psychopraticienne
- ❖ Spécialisée dans les éco-émotions
- ❖ Autrice du livre « [Petit guide survie pour les éco-anxieux](#) »

L'animatrice



Sarah LAURENS

- ❖ Cofondatrice du Studio Reset, studio de formation dédié à la transformation écologique des organisations



Sommaire

- 1. Origines et définition de la solastalgie**
- 2. Comprendre et qualifier la solastalgie**
- 3. Agir face à la solastalgie**
- 4. Les limites du mot**

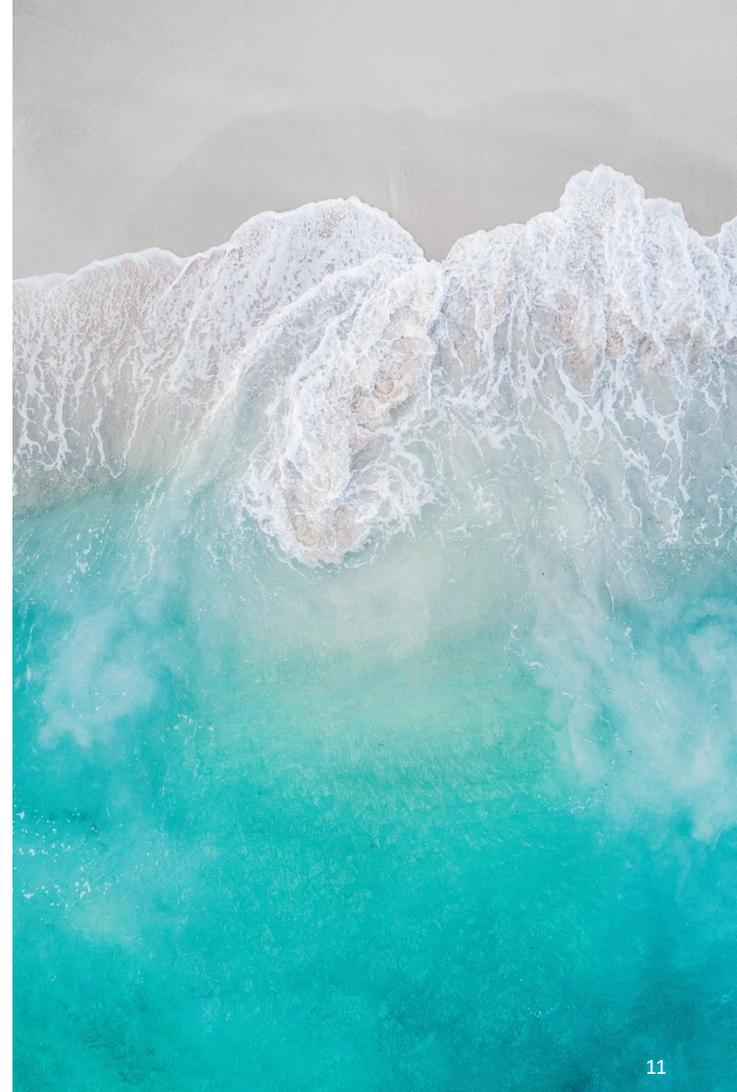
Sommaire

- 1. Origines et définition de la solastalgie**
2. Comprendre et qualifier la solastalgie
3. Agir face à la solastalgie
4. Les limites du mot

L'éco-anxiété et la solastalgie : des « faux-jumeaux »

Deux concepts souvent employés l'un pour l'autre...

- ...qui sont tous les deux à rattacher à la santé mentale (et non à la maladie mentale) et qui présentent des similitudes, notamment dans les stratégies pour y faire face (stratégie de « coping »)
- ...mais qui présentent aussi des différences, développées au cours de ce webinaire



Origine du mot « solastalgie »

Début des années 2000

- Démarrage du travail de recherche de **Glenn Albrecht**, chercheur et professeur en durabilité à l'université de Murdoch en Australie
- Réalisation d'une **étude scientifique** : interviews des fermiers de la vallée de l'Hunter en Nouvelle-Galles du Sud en Australie suite à l'exploitation d'une mine de charbon à ciel ouvert
- Différentes thématiques émergent au cours des interviews : sentiment d'appartenance, identité, santé physique et mentale, bien-être général, sentiment d'impuissance pour restaurer ce qui a été détérioré

2003

Présentation du concept de solastalgie du forum Ecosanté de Montréal

Création et explication du néologisme de G. Albrecht

Solace

Algia

En anglais : réconfort, vient du latin *solacium*, l'atténuation de la détresse

En grec : douleur, souffrance, maladie

La douleur ressentie du fait de la perte ou de la dégradation de son lieu de réconfort

- Néologisme construit pour faire référence à la nostalgie : **Nostalgia / Solastalgia**
- Mais dans le cas de la nostalgie : « *Le mal du pays, c'est le pays que l'on quitte, la solastalgie, c'est le pays qui nous quitte.* » Alice Desbiolles, médecin de santé publique

Définition de la solastalgie par Glenn Albrecht

“

« Je définis la solastalgie comme la douleur ou la détresse causée par une absence continue de consolation et par le sentiment de désolation provoqué par l'état actuel de son environnement proche et de son territoire. Il s'agit de l'expérience existentielle et vécue d'un changement environnemental négatif ressenti comme une agression contre notre sentiment d'appartenance à un lieu. »



Source : [Les émotions de la terre, Les liens qui libèrent](#), 2020

Témoignage en Nouvelle-Galles du Sud en Australie



Une mine de charbon dans la vallée de Hunter, en Nouvelle-Galles du Sud (Australie) © Jeremy Buckingham

LES ÉMOTIONS DE LA TERRE

DES NOUVEAUX MOTS
POUR UN NOUVEAU MONDE

Glenn Albrecht

L.L.L.
LES LIENS QUI LIBÈRENT

Témoignage en Nouvelle-Galles du Sud en Australie

La propriétaire d'un ranch résuma, à mes yeux, les caractères distinctifs que j'avais vaguement entraperçus. Dans son entretien avec notre équipe de recherche, elle disait éprouver, tout comme son fermier qui gérait le ranch, une douleur psychologique et physique intense en raison des impacts de la mine de charbon sur leur propriété rurale :

« Eh bien, j'ai pris conscience de la gravité des impacts de cette mine quand je suis venue l'affronter vraiment sur place. Mon fermier est venu me dire qu'il ne dormait plus la nuit. A cause du bruit, parce qu'ils chargent tout près de la route et qu'il habite juste au-delà du ruisseau à côté de la route. On entendait le bruit des excavateurs déversant les rochers dans un camion. Et quand le camion reculait... Bip, bip, bip, bip, bip. Et le camion suivant arrivant en vrombissant. Mon fermier me disait : "Nous n'en pouvons plus." J'ai perdu beaucoup de poids. Je me réveillais au milieu de la nuit avec l'estomac comme cela [elle serre le poing] en songeant : qu'est que je vais faire ? Nous perdons notre argent, ils s'en fichent, que vais-je faire ? Est-ce que je vais être ruinée ? Je ne peux pas vendre la propriété, parce qu'elle est juste à côté de la mine. Mais que faire ? J'étais vraiment sens dessus dessous. »

Ce « sens dessus dessous » décrit bien l'impact psychologique et émotionnel de la mine sur cette femme, sur son corps et son sommeil. Nous sommes des organismes complexes où tous les aspects de notre être physique et mental sont liés à notre santé globale.

Autres propositions de définitions

« La nostalgie d'un foyer pourtant bien présent, mais qui fuit sous les pieds, sans qu'on l'ait quitté un instant. C'est une saudade depuis la fenêtre de la cuisine, [...] pour un monde familier [...] qui se métamorphose sous les yeux et devient étranger »

Baptiste Morizot, enseignant chercheur en philosophie dans son article Un mal du pays sans exil

Alice Desbiolles, médecin de santé publique, dans son livre L'éco-anxiété Vivre sereinement dans un monde abîmé

« L'expression du lien qui existe entre la détresse des écosystèmes et la détresse psychologique, quand la première engendre la seconde »

Sommaire

1. Origines et définition de la solastalgie
- 2. Comprendre et qualifier la solastalgie**
3. Agir face à la solastalgie
4. Les limites du mot

Des échelles de mesure spécifiques à la solastalgie plus tardives

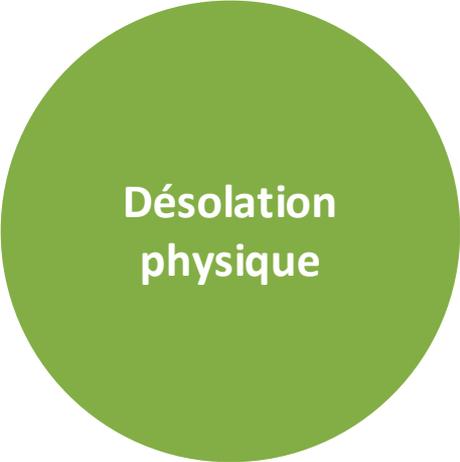


- Malgré l'étude fondatrice d'Albrecht et celles menées ensuite sur les populations autochtones, il existe moins d'études sur la solastalgie que sur l'éco-anxiété
- Moins d'outils diagnostiques pour évaluer les symptômes et donc pas encore de chiffres pour estimer le nombre de personnes solastalgiques



- 2007 : validation d'une « échelle de détresse environnementale » de 81 points, où la solastalgie est un sous-item, développée par Higginbotham et al. (équipe scientifique incluant G. Albrecht)
- Depuis, des échelles de mesure spécifiques à la solastalgie pour continuer à comprendre le néologisme
 - Scale Of Solastalgia (SOS) : 2022, Chili
 - The Brief Solastalgia Scale: A Psychometric Evaluation and Revision, 2024, Australia

3 critères intrinsèques à la solastalgie



Désolation
physique

Vivre la dégradation
d'un lieu familier



Désolation
psychique

Avoir un sentiment
de perte du « sens
du lieu » tout en
habitant dans ce lieu



Sentiment de
désolation

Incapacité à trouver
du réconfort dans le
présent, perte de
contrôle de la
situation

Focus sur l'échelle initiale : Higginbotham et al.



Extrait de l'échelle de détresse environnementale, partie dédiée à la solastalgie

1. My sense of belonging to this place has been undermined by unwelcome change.
2. I am sad that familiar animals, plants and fish are disappearing from this place.
3. I am worried that aspects of this place that I value are being lost (e.g., clean air and water, beautiful scenery)
4. I miss having the sense of peace and quiet I once enjoyed in this place.
5. I am ashamed of the way this area looks now.
6. A farming lifestyle that depends on good land and water is being threatened by environmental change.
7. Unique aspects of nature that made this place special are being lost forever.
8. I am saddened when I look at degraded landscapes and open-cut mine voids.
9. The thought of my family being forced to leave this place upsets me.
10. I feel good about the restoration of the environment (e.g., mine-site rehabilitation)



Cette échelle scientifique n'a pas encore été traduite en français

Les thèmes qui émergent de l'échelle de mesure

Désolation physique

Perte de la biodiversité

Perte / dégradation
d'un lieu familier

Impact du changement
climatique sur le
potentiel d'un lieu

Changement subi

Désolation psychique

Perte du « sens du lieu »

Etats émotionnels

Tristesse

Colère

Inquiétude

Honte, culpabilité

Sentiment de désolation

Nostalgie de ce qui
apportait de la joie et
qui n'est plus

Perte éternelle de la
singularité d'un lieu

Incapacité à trouver du
réconfort dans le
présent

Stratégie de coping

Restauration

Décryptage de l'échelle au regard du triptyque de désolation de la solastalgie

1. My **sense of belonging** to this place has been undermined by **unwelcome change**.

Désolation psychique

Perte du « sens du lieu »

Désolation physique

Changement subi

2. I **am sad** that **familiar animals, plants and fish are disappearing from this place**.

Désolation psychique

Tristesse

Désolation physique

Perte biodiversité

3. I **am worried** that **aspects of this place that I value are being lost (e.g., clean air and water, beautiful scenery)**

Désolation psychique

Inquiétude

Désolation physique

Perte d'un lieu familier

4. I **miss having the sense of peace and quiet I once enjoyed** in this place.

Sentiment de désolation

Forme de nostalgie d'un endroit perdu

5. I **am ashamed** of the way this area looks now.

Désolation psychique

Honte, culpabilité

Décryptage de l'échelle au regard du triptyque de désolation de la solastalgie

6. A **farming lifestyle** that depends on good land and water is being threatened by **environmental change**.

Désolation physique

Impact du changement climatique sur le potentiel du lieu

7. **Unique aspects of nature** that made this place **special** are being lost forever.

Sentiment de désolation

Perte de la singularité d'un lieu

8. I am **saddened** when I look at **degraded landscapes and open-cut mine voids**.

Désolation psychique

Tristesse

Désolation physique

Dégradation d'un lieu familial

9. The thought of my family being forced to leave this place **upsets me**.

Désolation psychique

Colère

10. I **feel good about the restoration** of the environment (e.g., mine-site rehabilitation)

Stratégie de coping

Restauration

La solastalgie : détresse émotionnelle mais absence de pathologie

La solastalgie n'est pas une pathologie !

- La solastalgie fait partie du large spectre des éco-émotions
- Elle est à rattacher à la santé mentale mais pas à la maladie mentale

« C'est une émotion, un état existentiel, mais pas une lésion du cerveau. »

G. Albrecht

**Une hypothèse à vérifier avec de futures études scientifiques :
comme pour l'éco-anxiété, un degré de solastalgie pathologique ?**

Les cibles de la solastalgie

Les jeunes

Les personnes âgées

Les peuples autochtones

Les minorités

- Les femmes
- Les minorités ethniques
- Les personnes à faibles revenus économiques

Les personnes exposées

- Aux facteurs artificiels (guerre, industrie minière)
- Et naturels (inondations, sécheresse, incendies)

Le récit de Lucie



- 22 ans
- Etudie la géographie, en Master 2 à l'université de Montpellier
- Originaire de Saint Bauzille de la Sylve, un petit village à 25 km de Montpellier
- Présence de Lucie dans son village lors d'un incendie qui a brûlé plus d'1 ha de forêt le 26 juillet 2022
- A vécu la dégradation de la forêt de son enfance, a perdu le "sens du lieu" de son village, se sent très impuissante alors que l'été bat son plein et que les températures grimpent

En synthèse, quelles différences entre l'éco-anxiété et la solastalie ?

Ce qui les rassemble

- Des **symptômes et des états émotionnels similaires** : détresse psychique, non pathologique
- Des **stratégies de gestion** similaires : mise en action collective et/ou individuelle, spécifique selon les individus

Ce qui les sépare

- **La temporalité de la détresse** : prospective pour l'éco-anxiété, rétrospective pour la solastalie
- **La dimension de l'expérience** : directe et/ou indirecte pour l'éco-anxiété, directe pour la solastalie (expérience terrain)
- **Intérêt plus marqué** en France pour l'éco-anxiété que pour la solastalie

Sommaire

1. Origines et définition de la solastalgie
2. Comprendre et qualifier la solastalgie
- 3. Agir face à la solastalgie**
4. Les limites du mot

Quel remède à la solastalgie ?

**La mise en action
comme stratégie de
« coping » (composer
avec ce qui pose
problème)**

- Pour restaurer, réparer l'environnement pour retrouver l'état précédent de plénitude et d'appartenance
- L'objectif n'est pas d'obtenir une réplique exacte du passé mais d'améliorer l'état présent (notion de résilience)

Quel remède à la solastalgie ? Quelques illustrations



Il n'y a pas de
modèle unique
dans les
stratégies mises
en place par les
individus

Chacun doit
construire la
stratégie qui lui
convient

Financer des projets qui
vont dans le sens de
restaurer l'environnement :
plantation d'arbres,
dépollution des océans

Choisir de travailler dans un
secteur qui favorise
l'atténuation des
conséquences du
changement climatique

S'engager dans des collectifs
qui cherchent à obtenir gain
de cause contre des projets
écocides (Alternatiba, The
Shift Project...)

Développer des nouvelles
compétences utiles pour
restaurer : agroforesterie,
jardin-forêt, permaculture...

Faire des actions concrètes
comme nettoyer des
espaces naturels

Sommaire

1. Origines et définition de la solastalgie
2. Comprendre et qualifier la solastalgie
3. Agir face à la solastalgie
- 4. Les limites du mot**

Les limites de la solastalgie

Dualiste

Posture d'Albrecht parfois qualifiée de dualiste, pas de prise en compte de l'ambivalence des émotions

Limité

Un néologisme occidental qui ne représente pas ou qui exclut certaines populations comme les îles du Pacifique par exemple

Manque de clarté

Définition peu claire, différentes variantes peuvent être trouvées, des erreurs peuvent être faites (association totale de la solastalgie avec le deuil écologique)



La fonction de ce néologisme est d'expliquer la relation entre la santé des écosystèmes, la santé humaine et le sentiment d'impuissance.

Une société occidentale clivée, peut-elle s'emparer d'un néologisme qui fait du lien ?

Inventer des nouveaux mots pour favoriser les transitions

« Les néologismes sont des cartes pour explorer autrement le monde qui vient. Pour nous faire sortir de la dissonance cognitive entre, d'un côté, nos catégories et nos pratiques obsolètes, et, de l'autre, les formes de vie humaine à inventer pour rendre la planète habitable »

Baptiste Morizot, philosophe, Manières d'être vivant

**Invitation à lâcher
l'anthropocène, pour aller vers le
symbiocène (néologisme inventé
par G. Albrecht) : une ère
caractérisée par des émotions
positives envers la terre**



Le travail du philosophe : nous fournir le langage, la mallette à outils pour changer les normes, pour transformer notre civilisation qu'Albrecht perçoit comme en partie coincée dans le passé.

Ressources pour aller plus loin (1/2)

- Glenn Albrecht, Solastalgia: The Distress Caused by Environmental Change, Australasian Psychiatry, 2007
- Glenn Albrecht, Les Émotions de la Terre, traduit par Corinne Smith, Les Liens qui libèrent, 2020.
- Baptiste Morizot, Ce mal du pays sans exil. Les affects du mauvais temps qui vient, Critique, 1-2 (n° 860-861), p. 166-181, 2019
- Alice Desbiolles, L'éco-anxiété Vivre sereinement dans un monde abîmé, Fayard, 2020
- *Validation of an Environmental Distress Scale*, Higginbotham, N.; Connor, L.; Albrecht, G.; Freeman, S.; Agho, K. EcoHealth 2006, 3, 245–254.
- *What Is Solastalgia and How Is It Measured? SOS, a Validated Scale in Population Exposed to Drought and Forest Fires*, Cáceres, C.; Leiva-Bianchi, M.; Serrano, C.; Ormazábal, Y.; Mena, C.; Cantillana, J.C., Int. J. Environ. Res. Public Health 2022
- *The Brief Solastalgia Scale: A Psychometric Evaluation and Revision*, Bruce K. Christensen, Conal Monaghan, Samantha K. Stanley, Iain Walker, Zoe Leviston, Emily Macleod, Rachael M. Rodney, Lisa-Marie Greenwood, Timothy Heffernan, Olivia Evans, Stewart Sutherland, Julia Reynolds, Alison L. Cleave, Tim Kurz and Jo Lane Eco Health, March 2024

Ressources pour aller plus loin (2/2)

- Interview de Glenn Albrecht sur le média Thinkerview : [Collapsologie, anxiété et dépression ?](#), mars 2020
- Baptiste Morizot, Manières d'être vivant, Actes Sud et Mondes sauvages, 2020
- *Ecosystems and Vulnerable Populations Perspective on Solastalgia and Psychological Distress After a Wildfire*, Eisenman, D.; McCaffrey, S.; Donatello, I.; Marshal, G. An. Ecohealth 2015
- *Mapping the Solastalgia Literature: A Scoping Review Study*, Lindsay P. Galway, Thomas Beery, Kelsey Jones-Casey and Kirsti Tasal, International Journal of Environmental Research and Public Health
- *Climate Change Threats to Family Farmers' Sense of Place and Mental Wellbeing: A Case Study from the Western Australian Wheatbelt*, Ellis, N.R.; Albrecht, G.A. Soc. Sci. Med. 2017, 175, 161–168.
- *Ecological Grief as a Mental Health Response to Climate Change-Related Loss*, Cunsolo, A.; Ellis, N.R. Nat. Clim. Chang. 2018, 8, 275.



Merci à tous pour votre participation

Ne manquez pas la suite du

Cycle 2 « Eco-anxiété, solastalgie et résilience émotionnelle »

avec notre troisième webinaire « Résilience émotionnelle »

Rendez-vous le 25 novembre de 13h30 à 14h30

Inscription sur : <https://mtect.fr/659>





Retrouvez prochainement le replay sur notre site internet

innovation-transformations.ecologie.gouv.fr



Pour ne rater aucune de nos nouveautés et vous inscrire à nos évènements, abonnez-vous dès maintenant à notre lettre d'info !

[https:// mtect.fr/519](https://mtect.fr/519)



Nous contacter : fabrique.transitions@developpement-durable.gouv.fr