

# “En matière d’écologie, les discours culpabilisants et stressants ne fonctionnent pas”

## Environnement

La majorité des Belges s’inquiètent de l’état de l’environnement mais cela n’impacte pas forcément leurs actes. Damien Brevers, professeur à l’UCLouvain, explique ce paradoxe.

Entretien Maïli Bernaerts

Plusieurs enquêtes, dont le dernier baromètre de Fost Plus, confirment l’inquiétude d’une majorité de Belges par rapport au climat. Pourtant en pratique, les comportements pro-écologiques ne suivent pas.

Comment expliquer cet écart entre les actes et les opinions ?

Soit les citoyens considèrent qu’il s’agit d’une responsabilité individuelle, comme dans la philosophie du colibri qui valorise les petits gestes; soit ils considèrent qu’il s’agit d’une responsabilité de la société et qu’ils n’ont pas réellement d’impact en tant qu’individus. C’est ce grand écart qui explique le *gap* entre la conscience de l’existence de problèmes environnementaux et de la nécessité d’agir, et le peu d’actions qui sont réellement entreprises. Cet écart vient également nourrir un sentiment d’aliénation chez certaines personnes qui agis-

sent beaucoup pour l’environnement, mais finissent par se décourager et développer des réactions émotionnelles de type anxiété quand ils remarquent que leurs actions n’ont pas l’effet escompté.

Comment sortir de ce qui apparaît comme une impasse ?

Une manière de sortir de cette impasse est de combiner l’approche individuelle et sociétale. C’est l’objet d’un projet de recherche concertée que nous allons mener à l’UCLouvain dans les prochaines années sur le thème de l’éducation aux changements climatiques. L’idée est d’étudier comment les pensées et comportements individuels peuvent

*“La panique augmente la résistance au changement et provoque de l’anxiété.”*

**Damien Brevers**

Spécialiste des processus psychologiques impliqués dans le changement de comportement.

s’intégrer dans des mouvements plus larges et plus efficaces, car nous avons pu remarquer que quand les personnes répètent des comportements et créent de nouvelles habitudes qui sont en accord avec leurs valeurs et soutenues par celles de leur communauté, on obtient quelque chose d’extrêmement positif.

L’enquête de Fost Plus dessine une société belge très fragmentée sur les thématiques environnementales. Comment l’expliquer ?

En réalité, une grande partie de la société est ambivalente, non pas sur l’aspect factuel de la crise climatique mais bien sur l’engagement envers des actions concrètes. Dans la plupart des cas, ce qui amène les personnes à changer leur comportement, c’est le fait d’avoir des alternatives plus faciles à suivre dans la vie de tous les jours. Prenons l’exemple du vélo: certaines personnes se déplacent de cette manière parce que c’est plus écologique et d’autres, parce que c’est bon pour la santé ou plus économique. Plusieurs motivations peuvent donc donner lieu à un même comportement. Toutefois, sans piste cyclable sécurisée, vous allez perdre une grande proportion de ces cyclistes. C’est ce que l’on appelle la “cognition énaquée”: une fusion entre la pensée individuelle et des possibilités d’agir qui sont offertes par notre environnement.

Cette fragmentation n’est donc pas à proprement parler un frein à l’action climatique ?

Si l’on explique aux gens qu’adopter des comportements pro-écologiques est le plus grand défi de l’humanité, une partie d’entre eux va y être sensible mais une autre va se braquer. Mais cela ne veut pas dire qu’on ne peut pas amener tout le monde à agir dans le même sens. Si on reprend l’exemple du vélo, si les pistes cyclables sont de piètre qualité, il n’y a que les gens les plus convaincus ou les plus sportifs qui vont utiliser le vélo au quotidien. Mais si vous avez des pistes cyclables super bien pensées et que l’accès à la voiture est rendu plus difficile, vous allez avoir un changement de comportement. Par ailleurs, quand on prend un peu de recul par rapport à un futur pro-écologique, on observe que c’est une société qui est positive sur pas mal d’aspects: les personnes prennent plus le temps, sont moins stressées, font plus d’exercice physique... On a tendance à présenter un futur écologique comme contraignant alors qu’en pratique, un tel avenir activerait pas mal de processus psychologiques en phase avec la santé mentale.

Pourquoi l’écologie est-elle de plus en plus associée à des représentations négatives ?



Les Belges sont nombreux à se préoccuper de l’environnement, mais cela ne se traduit pas toujours en actes.