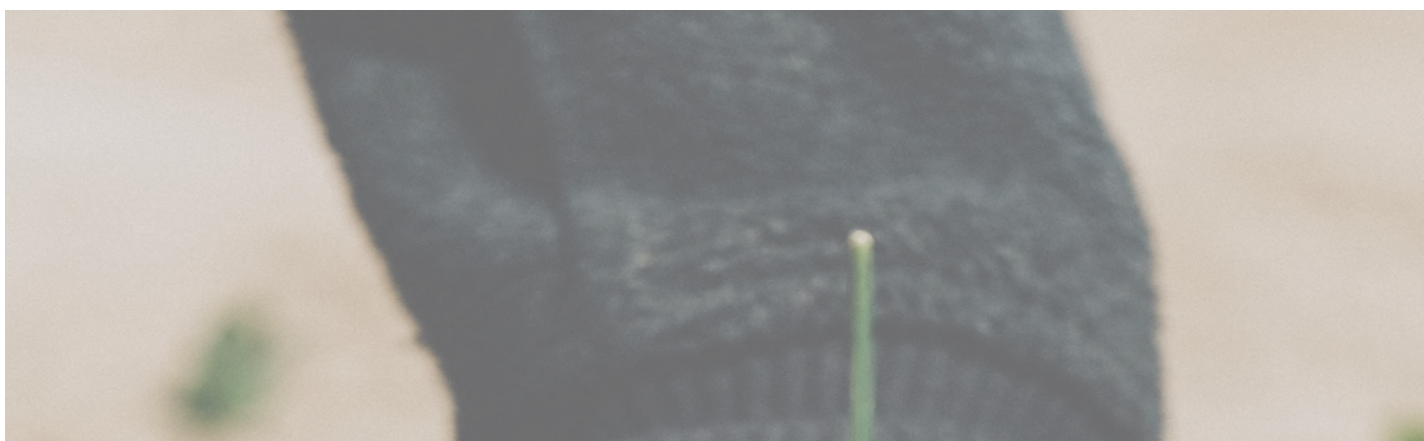




ascodocpsy

réseau documentaire en santé mentale



SISM 2022

"POUR MA SANTÉ MENTALE, AGISSONS POUR NOTRE ENVIRONNEMENT"

Environnement et climat

Changement climatique : état des lieux

p. 1

Dispositifs sanitaires nationaux

p. 2

Impacts psychologiques

p. 3

Pistes d'actions

p. 6

Se former en ligne

p. 8



Changement climatique : état des lieux



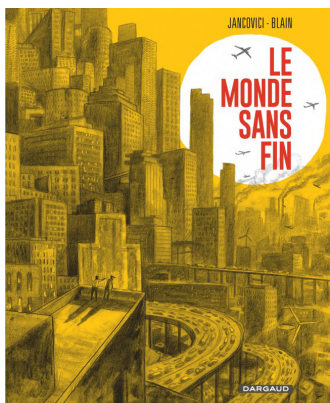
Le lundi 9 août 2021, le Groupe d'Experts Intergouvernemental sur l'Évolution du Climat (GIEC), ou Intergovernmental Panel on Climate Change (IPCC) en anglais, a publié le premier volume de son sixième rapport d'évaluation. Six et huit mois plus tard (le 28 février et le 4 avril 2022), il publie les deuxième et troisième volets. Ce sixième rapport présente les connaissances les plus avancées et récentes sur le réchauffement climatique tout en soulignant la responsabilité de l'Homme dans ce dernier. Découvrez les 5 principales conclusions à retenir.

DKHISSI Younes. **Rapport GIEC 2022 : 5 conclusions à retenir.** 7 avril 2022.



Le réchauffement planétaire n'est pas seulement imputable à l'effet de serre mais aussi à l'irresponsabilité des décideurs et au déni de certains chefs d'État par inculture scientifique, méfiance paranoïaque ou intérêt politique. Ils sont à l'origine de l'irréversibilité du changement climatique en raison du temps perdu. Pour envisager les conséquences de ce phénomène et passer à l'action, il est urgent de décroisonner les savoirs – en y intégrant les sciences de l'homme : socio, psycho, politique, philo... C'est ce que tente de faire l'auteur. En tant que physicien du climat, il ne prétend pas apporter une réponse complète mais il souhaite mobiliser la société civile pour participer à des actions de proximité efficaces et mesurables à tous les niveaux des territoires afin de contenir l'emballage des processus activateurs et accompagner le nécessaire changement de mode de vie.

LE TREUT Hervé, JOLI Michel. **Climat et civilisation, un défi incontournable.** Toulouse : Erès; 2022, 176 p.



La rencontre entre un auteur majeur de la bande dessinée et un éminent spécialiste des questions énergétiques et de l'impact sur le climat a abouti à ce projet, comme une évidence, une nécessité de témoigner sur des sujets qui nous concernent tous. Intelligent, limpide, non dénué d'humour, cet ouvrage explique sous forme de chapitres les changements profonds que notre planète vit actuellement et quelles conséquences, déjà observées, ces changements parfois radicaux signifient. Jean-Marc Jancovici étaye sa vision remarquablement argumentée en plaçant la question de l'énergie et du changement climatique au coeur de sa réflexion tout en évoquant les enjeux économiques (la course à la croissance à tout prix est-elle un leurre ?), écologiques et sociétaux. Ce témoignage éclairé s'avère précieux, passionnant et invite à la réflexion sur des sujets parfois clivants, notamment celui de la transition énergétique.

BLAIN Christophe, JANCOVICI Jean-Marc. **Le monde sans fin**. Paris : Dargaud; 2021, 196 p.

Dispositifs sanitaires nationaux



**MINISTÈRE
DES SOLIDARITÉS
ET DE LA SANTÉ**

Le 4ème PNSE est lancé en mai 2021 et copiloté par les ministères des Solidarités et de la Santé et de la Transition écologique. Il est le résultat d'une concertation menée avec l'ensemble des parties prenantes dans le cadre du Groupe Santé Environnement (GSE) présidé par la députée Madame Elisabeth Toutut-Picard. Plus largement, le plan a été soumis à la consultation du public fin 2020. Le PNSE 4 propose des actions concrètes pour mieux comprendre et réduire les risques liés aux substances chimiques, aux agents physiques (comme le bruit ou les ondes) et aux agents infectieux en lien avec les zoonoses, c'est-à-dire les pathologies qui peuvent se transmettre de l'animal à l'homme. Il s'inscrit pleinement dans le cadre de la démarche "Une seule santé".

Ministères des Solidarités et de la Santé et de la Transition écologique.
Plan National Santé-Environnement 4 (PNSE 4) : "un environnement, une santé" (2021-2025). Mise à jour : avril 2021.



Les agressions, les accidents, les catastrophes naturelles et technologiques peuvent être des événements psychotraumatogènes pour les personnes qui en sont victimes. La menace terroriste et surtout les prévisions sur l'évolution du climat, avec son cortège de cyclones, d'ouragans, de typhons, de tempêtes, d'inondations, de canicules, de sécheresses, d'incendies... doivent nous alerter sur les importants risques d'impact négatif de ces événements. La France est d'autant plus exposée à ces dangers météorologiques que son territoire national se répartit sur plusieurs continents aux contextes géoclimatiques différents. Afin d'anticiper la prise en charge de ces psychotraumatismes de masse provoqués par des événements de grande ampleur, il conviendrait d'améliorer et d'adapter les dispositifs existants. Ainsi, le 'plan blanc' hospitalier français pourrait évoluer en étant complété par un plan blanc psychologique et psychiatrique qui constituerait un dispositif d'avenir pour les victimes d'événements hors normes. C'est ce sujet qui est abordé dans cet entretien avec Bluenn Quillerou, psychiatre urgentiste à Paris, spécialiste du plan blanc et de la psychiatrie de liaison.

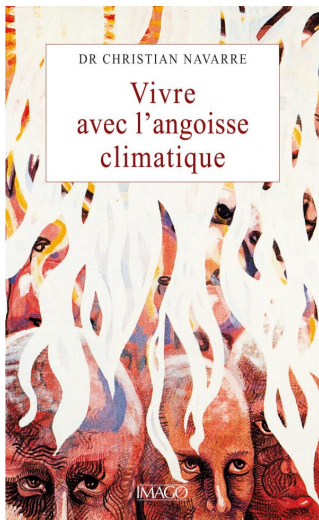
QUILLEROU Bluenn, BOUCHARD Jean-Pierre. **Le plan blanc psychologique et psychiatrique : un dispositif d'avenir pour les victimes d'événements hors normes.** ANNALES MEDICO PSYCHOLOGIQUES, 1 vol 177 (2019), p. 79-84.

Impacts psychologiques

fondation
fondaMental

Échange entre Jorge Boczkowski, Inserm, Institut Mondor de Recherche Biomédical, Université Paris-Est Créteil et Pierre Thomas, Université de Lille Les Conférences de la Fondation FondaMental. Dans le cadre du Cycle 2022 : "Environnement et maladies mentales: Diagnostiquer, comprendre et prévenir l'impact des facteurs de risque"

Fondation FondaMental. **Environnement, santé et santé mental.** Janvier 2022, 60 min.



Associée à un sentiment d'impuissance, une détresse psychique s'accompagne de culpabilité, voire de honte à constater la rapide dégradation de notre planète et notamment le réchauffement climatique. Alimentés par une crainte obsédante, se sont ainsi développés des mouvements tels que les No Kids, le survivalisme ou la collapsologie qui envisagent l'effondrement imminent de notre civilisation. De fait, comment vivre avec une telle angoisse, et que dire à nos enfants quand les lendemains s'annoncent si sombres ?

NAVARRE Christian. **Vivre avec l'angoisse climatique.** Paris : Imago; 2021, 144 p.



Canicules, inondations, tempêtes... Nous constatons chaque jour davantage les effets du dérèglement climatique. Si la pandémie de Covid-19 n'en est pas une conséquence directe, elle nous a montré qu'une crise sanitaire (et donc possiblement toute crise écologique à venir) pouvait faire vaciller en quelques semaines nos existences et nos certitudes. La science a prouvé que l'environnement a un impact sur notre santé, tout comme sur nos modes et lieux de vie. Ainsi, un événement climatique extrême (tornade ou tsunami) cause davantage de troubles psychiques que physiques chez ses victimes. A l'inverse, les espaces verts et naturels ont des effets protecteurs réels sur notre bien-être. En mettant en lumière de nombreuses études scientifiques récentes, ce livre propose un état des lieux des troubles psychiques connus, ainsi qu'une réflexion sur la manière de faire face, individuellement et collectivement, aux changements qui nous attendent, afin d'imaginer des solutions pour demain. Car on ne peut résoudre un problème sans en connaître les données.

PELISSOLO Antoine, MASSINI Cécile. **Les émotions du dérèglement climatique : canicules, inondations, pollution... l'impact des catastrophes écologiques sur notre bien-être et comment y faire face !** Paris : Flammarion; 2021, 224 p.



Les troubles du spectre de l'autisme (TSA) s'expriment à des degrés variés. Les TSA restreignent de manière hétérogène et spécifique l'indépendance, la productivité et l'accès aux loisirs des personnes. Exposées sans repère ni stratégie efficace, l'ergothérapeute leur permet d'appréhender l'espace dans lequel elles évoluent en clarifiant l'environnement physique, temporel et sensoriel. Son objectif : apporter des stratégies qui viendront augmenter le sentiment de compétence en renforçant la généralisation des performances dans le contexte de vie de la personne pour atteindre la meilleure insertion et participation possible, tout au long de sa vie.

DESVEAUX Jean-Baptiste. **La crainte de l'effondrement climatique :angoisses écologiques et incidences sur la psyché individuelle.** LE COQ HÉRON, 242 (2020), . 108-115



Cette étude a pour objectif de mesurer la prévalence de l'état de stress post-traumatique et de la détresse émotionnelle chez les victimes de la tempête Xynthia, sept ans après son passage. Méthode : Les données ont été obtenues auprès de 36 victimes d'exposition directe qui ont rempli trois échelles cliniques : le questionnaire de santé général (GHQ-12), l'échelle d'impact de l'événement (IES) et le questionnaire d'évaluation du stress post-traumatique (QSPT). Résultats : Cette étude montre un niveau élevé de détresse psychologique avec des scores pathologiques au GHQ-12 pour 29 victimes (81 %). Neuf victimes (25 %) présentent des symptômes de stress post-traumatique à l'IES avec trois cas (8 %) d'états de stress post-traumatiques actifs au QSPT. Dans notre échantillon, le deuil apparaît comme un facteur de risque significatif de développer un état de stress post-traumatique avec un odd ratio de 15,43 (IC95 % : 1,56-152,37, p =0,017). Conclusion : Les conséquences psychologiques de la tempête Xynthia sont toujours présentes sept ans après son passage et dominées par la détresse émotionnelle. Les intervenants de la santé doivent être sensibilisés aux conséquences psychologiques des catastrophes naturelles, même sur le long terme.

LAURIN Andrew, MURAT Camille, BESCOND Yves, MARINESCU Matéi. **Conséquences psychologiques et état de stress post-traumatique chez les victimes de la tempête Xynthia.** ANNALES MEDICO PSYCHOLOGIQUES, 5 vol 176 (2018), 477-482

Pistes d'actions



Dans ce troisième épisode de « L'effondrement et moi », Karine Le Loët rencontre ceux qui ont décidé de se confronter à leurs peurs, d'analyser leur angoisse et d'apprendre à vivre avec. Ils participent à un groupe de paroles où chacun raconte son histoire, ses tiraillements quotidiens.

France Culture. **L'effondrement et moi (3/4) : Affronter l'angoisse climatique.** Janvier 2021, 28 min.

D^r Alice Desbiolles

L'ÉCO-ANXIÉTÉ



Vivre sereinement
dans un monde abîmé

QU'EST-CE QUE
L'ÉCO-ANXIÉTÉ ? | COMMENT
EN SORTIR

fayard

La pandémie de coronavirus a surgi alors que les nouvelles inquiétantes sur l'état de notre planète émanent régulièrement des travaux des scientifiques. Angoisse, insomnie, découragement ou sentiment d'impuissance et de perte de sens... les troubles qui découlent de cette conscience d'un monde à l'avenir incertain et menacé sont autant de marqueurs de l'éco-anxiété, ou solastalgie.

Ce concept novateur fait référence aux émotions et aux questionnements que provoque en nous la destruction chronique de notre environnement. Alice Desbiolles, médecin de santé publique et épidémiologiste, propose de décrypter les mécanismes psychologiques et socio-culturels qui sous-tendent l'éco-anxiété : quels en sont les ressorts et les manifestations ? Comment en sortir ?

Invitation à repenser nos manières d'être, ce livre expose avec lucidité et sensibilité les moyens de vaincre la résignation qui nous guette. Il donne des clés pour passer de la déploration à l'action. Le défi est là : se rappeler que, face à la crise écologique, nous pouvons toujours prendre des décisions avisées.

DESBIOLLES Alice. **L'éco-anxiété : Vivre sereinement dans un monde abîmé.** Paris : Fayard; 2020, 240 p.



Alors que la préoccupation pour le changement climatique donne l'idée à des collègues pédopsychiatres de promouvoir des activités "citoyennes" pour, en validant la capacité d'agir sur le monde extérieur, redonner cohérence à un monde intérieur envahi de perplexités, je pense urgent de différencier le soin de la "bonne action", surtout de relever la complexité d'un phénomène afin d'éviter l'engouffrement béat du professionnel de l'enfance dans l'inclination des angoisses vers leur potentialité de terreur, c'est-à-dire l'effacement du transitionnel.

LOISEL Yoann. **Il faut s'occuper autrement des enfants, ou : de quoi 'l'effet Greta' est-il le non ? Ou encore : faut-il nourrir le catoblépas ?** INFORMATION PSYCHIATRIQUE, 10 vol 96 (2020), p. 719-723.



Pouvons-nous regarder notre avenir en face, plutôt que d'en avoir peur et de le fuir ? Pris entre l'accélération du quotidien et l'incertitude de l'avenir, le chant du monde est désenchanté. Pour la première fois, Alain Braconnier présente une nouvelle psychologie du futur qui est une réponse à l'angoisse que chacun d'entre nous ressent aujourd'hui. Fort de son expérience de psychothérapeute, Alain Braconnier présente les ressources positives à partir desquelles chacun d'entre nous peut s'appuyer pour aborder plus efficacement les questions que posent le monde d'aujourd'hui et de celui demain. Comment visualiser le futur en s'appuyant sur nos expériences passées ? Comment privilégier l'essentiel plutôt que de se laisser déborder ? Comment rester ouvert à la nouveauté ? Comment rêver à l'avenir tout en restant lucide ? Dominer l'angoisse qui pèse sur l'équilibre de nos vies et celles de nos enfants est davantage à notre portée qu'on ne le pense. Osons rêver et regardons demain avec une part d'enchantement dans nos vies.

BRACONNIER Alain. **La peur du futur, comment ne plus s'angoisser.** Paris : Odile Jacob; 2019., 240 p.

Se former en ligne



Alors que l'impact de la crise écologique sur la santé mentale apparaît de plus en plus clairement, chercheurs et praticiens **multiplient les initiatives** pour définir le phénomène d'« éco-anxiété » et les réponses à lui apporter.

Université de Lyon. **La crise écologique, un défi pour la santé mentale.** Octobre 2021.



En raison des changements climatiques, de nombreux bouleversements affectent maintenant toutes les régions du monde. Ces changements amènent avec eux des modifications majeures dans les écosystèmes aquatiques et terrestres qui nous protègent au quotidien. Le bien-être des populations est ainsi mis en péril, car ces changements s'attaquent aux fondements mêmes de la santé publique par leurs répercussions sur l'air, l'eau, les denrées alimentaires et le logement, tout en augmentant les risques de maladie. Or, dans les discussions concernant le climat, on omet souvent de parler des impacts sur la santé, sur les services de santé et les services sociaux, et, par le fait même, sur l'économie. Ce MOOC vise donc à mettre en lumière les nombreux impacts des changements climatiques sur la santé. En parallèle, il adopte une attitude proactive en proposant des mesures d'adaptation pour atténuer et prévenir les impacts dans le domaine de la santé ainsi que dans d'autres domaines connexes.

Fun Mooc. **Changements climatiques et santé : prévenir, soigner et s'adapter.** 2019.

Sources

[SantéPsy](#), [Prisme](#), [HAL](#), [Cairn](#), [Sciences direct](#),
[Google scholar](#), [Persée](#)

Réalisation effectuée dans le cadre d'Ascodocpsy par

Laure Alexandre-Duband, CH la Chartreuse

Adeline Barillet, EPSM de Vendée

Nathalie Berriau, équipe de coordination Ascodocpsy

Magali Bertaux, Institut MGEN la Verrière

Séverine Kliza, EPSM du Loiret Georges Daumézon

Sandrine Loreaud, Centre Psychothérapique de l'Ain

Catherine Roux-Baillet, CH Buëch-Durance

Mise en page

Céline Girard, équipe de coordination Ascodocpsy

Ascodocpsy - Juin 2022

Vous êtes libre de reproduire, distribuer
et communiquer ce document, selon les conditions
suivantes : Paternité (vous devez citer Ascodocpsy comme
auteur original) - Pas d'utilisation commerciale - Pas de
modification

