MÉDIATHÈQUE

Éco-anxiété en France

Changements climatiques

Mots clés

éco-anxiété

Présentation

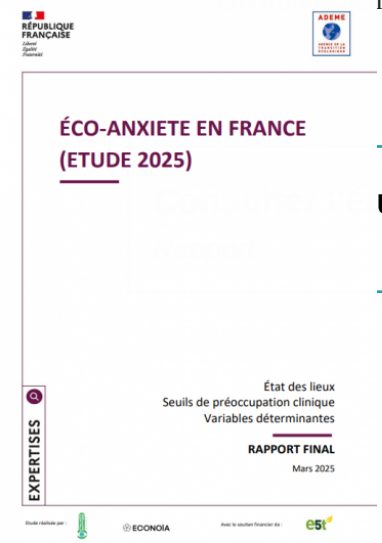
L'éco-anxiété, définie par les chercheurs comme une détresse psychologique (mal-être) découlant des inquiétudes face à la crise environnementale, est un sujet de préoccupation exponentielle pour les populations mondiales. Les médias et la recherche s'en font l'écho, sans que l'on en connaisse précisément l'impact sur la population française. D'où la nécessité d'en établir l'état des lieux de façon objectivée. C'est l'une des ambitions de ce travail, première étude réalisée en France à partir d'un échantillon représentatif (de 15 à 64 ans concernant par extrapolation 42 millions de Français).

En complément, ce travail a permis d'améliorer l'approche de mesure de l'éco-anxiété, fondée sur un concept solide et un outil diagnostic construit scientifiquement, et de proposer un étalonnage original de catégories d'intensité croissante. Il permet de comprendre que l'éco-anxiété est un continuum avec des scores et des symptômes progressifs, révélant trois catégories générales d'éco-anxieux au sein de la population française. D'abord, 31,5 millions de Français ne seraient pas du tout éco-anxieux, peu ou très peu. Ensuite, 6,3 millions seraient moyennement éco-anxieux avec de premiers symptômes qu'il convient de ne pas laisser s'aggraver.

Enfin, 2,1 millions seraient fortement éco-anxieux et 2,1 millions très fortement éco-anxieux, au point de devoir bénéficier d'un suivi psychologique, avec un risque pour 420.000 d'entre eux de basculer vers une psychopathologie tierce connue (dépression réactionnelle ou trouble anxieux). Aucune catégorie sociodémographique n'est épargnée par l'éco-anxiété, mais à des degrés différents. Elle touche plus les femmes que les hommes mais pas seulement les plus jeunes, contrairement à l'idée reçue. Les Bac+3 sont les plus éco-anxieux, les sans diplômes le moins. La CSP la moins éco-anxieuse est celle des retraités. Habiter en grande agglomération et en région parisienne accroît l'éco-anxiété, de même que l'intérêt pour l'environnement. Pour préserver la santé mentale des éco-anxieux, une prise en charge curative et préventive de l'éco-anxiété serait nécessaire aux niveaux individuel, collectif et sociétal, pour dépasser le problème

de santé publique et transformer l'énergie négative de l'éco-anxiété en énergie positive de résilience tournée vers l'éco-engagement, au service de la transition environnementale.

Mise à jour de cette page :
29/01/2026



ude

Ressources pour comprendre et transmettre

Format :
Étude (rapport / thèse ...)

Année :
2025

Auteur :
ADEME

Editeur :
ADEME