

16

Crise climatique et pensée systémique : de l'éco-anxiété à l'éco-sérénité

**Marc
GRANDGIRARD**

*Psychiatre et psychothérapeute adulte.
Installé en cabinet à Lausanne, il est
spécialisé en approche systémique.
Il crée en 2020 avec des collègues
le réseau Séquoias, qui s'intéresse
aux liens entre la crise climatique et
la santé psychique.*

La crise climatique est de plus en plus présente dans l'espace médiatique, notamment à travers la publication des rapports du GIEC. L'éco-anxiété, corollaire de cet état du monde, peut se développer tant chez les personnes demandeuses de soin que chez les thérapeutes. Elle se manifeste par des symptômes anxieux, mais également par l'alternance d'émotions comme la colère, l'impuissance, la dépression, mais aussi la joie et l'espoir d'un changement de monde. Accueillir cette nouvelle forme d'anxiété est essentiel, mais face à la réalité tangible de la crise, ne devrions-nous pas considérer l'éco-indifférence comme la véritable problématique ?

Durant ce séminaire, nous souhaitons élargir la pensée systémique, qui habituellement s'intéresse aux environnements familial, social et professionnel principalement, à notre environnement écologique au sens large. De plus, nous considérerons l'importance d'établir une relation thérapeutique horizontale, la thématique de la crise climatique nous touchant aussi bien que les personnes que nous accompagnons.

Il sera proposé de créer une dynamique de groupe favorable à l'échange de nos vécus professionnels et personnels en lien avec la crise climatique, pour tendre vers une posture - consciente mais sereine - qu'on peut appeler éco-sérénité. Cette posture passe par le renforcement du self comme entité intérieure bienveillante, courageuse, responsable et différenciée.

**Le séminaire aura lieu au
Cerfasy, Neuchâtel**

Mercredi 13 septembre 2023

9h-17h

Prix : 210 CHF

**(En cas de désistement se référer
au point 1 de la page 33)**