



CONGRÈS EN LIGNE & EN DIRECT

Écoanxiété versus Écolucidité

Rester confiant face aux changements

Dimanche 6 décembre 2026 (de 9h à 16h30)

Introduction

Parmi les patients que nous accompagnons, nombreux sont ceux qui se disent préoccupés par l'état de notre planète. Dérèglement climatique, effondrement de la biodiversité, catastrophes à répétition : ces bouleversements dessinent un avenir incertain et font naître chez certains la peur, l'anxiété, mais aussi la colère et la tristesse. Face à ces émotions, nous, professionnels de santé, nous interrogeons : comment les entendre, comment les accueillir, et comment aider nos patients à envisager l'avenir ?

Le 6 décembre 2026, Emergences vous convie à un congrès en ligne et en direct, consacré au passage de l'écoanxiété à l'écolucidité : ou comment développer notre capacité à regarder la réalité sans se laisser submerger, et à transformer l'inquiétude en élan pour agir.

Six intervenants, psychiatre, psychologues, spécialiste des sciences cognitives, praticiens en hypnose, partageront leurs grilles de lecture et leurs pratiques. Ils nous aideront d'une part à comprendre ce qui se joue en nous, en tant que soignants et en tant que citoyens, et d'autre part à accompagner nos patients vers des actions qui inventent le futur.

Le programme s'articule autour de deux demi-journées :

- trois conférences le matin,

- trois l'après-midi,

Sophie Cohen, psychologue et formatrice Emergences animera cette journée ainsi que les temps d'échanges et de débats prévus à la fin de chacune des demies-journées.

Ce congrès s'inscrit dans le cadre de la formation continue des professionnels de santé.

PROGRAMME DE LA JOURNEE

Matinée

Conférence 1 : Comment tenir ensemble éco-conscience et espérance ?

Dr Emmanuel Contamin, psychiatre, superviseur EMDR Europe

Comment rester pleinement conscient de la gravité des enjeux écologiques sans renoncer à l'espérance ? Emmanuel Contamin explorera cette tension, que vivent à la fois nos patients et nous-mêmes, et proposera des repères pour la traverser sans déni ni désespoir. Psychiatre, spécialiste de la thérapie des troubles post-traumatiques, il intervient sur l'éco-anxiété en milieu scolaire, auprès de chefs d'établissement et de référents en éducation au développement durable. Engagé dans le milieu associatif et politique, il anime aussi des stages de *Travail qui Relie* pour thérapeutes et accompagnateurs d'éco-pratiques.

Auteur de plusieurs ouvrages, dont *Les 5 cercles de la résilience – Prendre soin de soi, des autres et de la planète : tout est lié !* (BoD, 2024) et *Petit guide psy à l'usage des jeunes éco-conscients* (avec Laurent Contamin, préface de Christophe André, Odile Jacob, 2026).

Conférence 2 : Le déni, nécessité psychique face à la crise climatique ?

Delphine Rochet

Et si le déni n'était pas seulement un obstacle, mais aussi un mécanisme de protection face à une réalité difficilement supportable ? Cette conférence invite à porter un regard nuancé sur cette défense psychique, pour mieux comprendre les résistances de nos patients, et les nôtres, face à la crise climatique.

Conférence 3 : Interventions collectives face aux dérèglements

Laetitia de Schoutheete et Anne Morin Hounkpatin, psychologues cliniciennes

Les bouleversements écologiques touchent des communautés entières. Comment répondre à des vécus qui sont à la fois individuels et collectifs ? Ces deux cliniciennes présenteront des approches de groupe pour accompagner l'incertitude et prévenir l'isolement.

Laetitia de Schoutheete, psychologue clinicienne depuis 2000, est spécialisée en psychotraumatologie et la thérapie de groupe. Depuis plus de 25 ans, elle accompagne personnes et équipes confrontées aux traumatismes individuels, relationnels et collectifs, en France et à l'international. Elle est intervenue aux Rencontres de l'Écologie et a publié en 2025 *Écouter l'éco-anxiété ou comment accompagner l'incertitude en thérapie*.

Anne Morin Hounkpatin, psychologue clinicienne depuis 2001, s'est spécialisée dans la prise en charge globale et corporelle du psychotraumatisme. Son approche intégrative associe psychologie clinique et thérapies psycho-corporelles auprès d'enfants, d'adolescents et

d'adultes. Elle anime également des séances d'analyse de la pratique professionnelle et des formations en ethnopsychologie et en intervention d'urgence.

Temps de débat et d'échange animé par Sophie Cohen

Après-midi

Conférence 4 : Les émotions, se relier au vivant

Adrien Sabatier, spécialiste en sciences cognitives

Comment les éco-émotions influencent-elles nos décisions et nos comportements ? Adrien Sabatier propose d'explorer notre lien à nous-mêmes, aux autres et au Vivant, pour transformer des émotions parfois paralysantes en moteur d'action individuelle et collective. Une approche qui encourage la création de récits nouveaux, ancrés dans des initiatives concrètes et locales.

Issu d'un Master de Sciences Cognitives, il s'intéresse aux processus psychologiques, cognitifs et neurobiologiques qui sous-tendent la relation entre l'humain et son environnement.

Conférence 5 : Entre Éclairages philosophiques et actions de terrains

Emmanuelle Mandon, philosophe et accompagnatrice de moyenne montagne

Résumé à venir

Conférence 6 : De l'écoanxiété à l'écoconfiance avec l'hypnose

Marie-Agnès Chauvin, psychologue

Cette conférence sera aussi une expérience : un exercice d'hypnose sera proposé aux participants pour vivre le passage de l'inquiétude à la confiance, et repartir avec une pratique transposable auprès de vos patients.

Psychologue, formatrice et conférencière, Marie-Agnès Chauvin travaille avec les processus de Carl Gustav Jung (Dialogue Intérieur) et l'hypnose. Auteure de Continuons à penser du mal des autres ! (Eyrolles) et de deux séries de podcasts, « Transcendons nos dualités » et « Transcendons nos utopies », dont un triptyque sur l'écologie.

Temps de débat animé par Sophie Cohen

Conclusion

Ce congrès offre un espace pour penser, ressentir et se former ensemble. Que vous accompagniez des patients bouleversés par l'avenir de la planète ou que vous soyez vous-même concerné, il vous donnera des clés concrètes pour passer de l'écoanxiété à l'écolucidité, et de la sidération à l'action.

Rejoignez-nous le 6 décembre 2026 !