Émergences
WWW.HYPNOSES.COM

CONGRÈS EN LIGNE

ÉCO-ANXIÉTÉ ÉCO-LUCIDITÉ

Rester confiant face au changement

LE PROGRAMME

6 CONFÉRENCES **LE 6 DÉCEMBRE 2026**

Organisé et animé par Sophie Cohen, *psychologue*

En partenariat avec
HYPNOSE & THÉRAPIES BRÈVES
REVUE INTERNATIONALE DE LANGUE FRANÇAISE

Bienvenue à notre congrès en ligne !

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, le 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.

COMITÉ SCIENTIFIQUE CONGRÈS EN LIGNE

Dr Claude Virot,
médecin psychiatre,
président fondateur
d'Emergences

Sophie Cohen
psychologue,
formatrice
Emergences

Emergences

En partenariat avec
HYPNOSE & THÉRAPIES BRÈVES
REVUE INTERNATIONALE DE LANGUE FRANÇAISE

ÉCO-ANXIÉTÉ VERSUS ÉCO-LUCIDITÉ

9H - 9H15

Introduction
Mme Sophie Cohen, *psychologue*

9H15 - 10H

Comment tenir ensemble éco-conscience et espérance ?
Dr Emmanuel Contamin, *médecin psychiatre*

10H - 10H45

Le déni, nécessité psychique face à la crise climatique ?
Mme Delphine Rochet, *psychologue*

10h45 - 11h PAUSE

11H - 11H45

Interventions collectives d'urgence face aux dérèglements
Mmes Laetitia de Schoutheete et Anne Morin, *psychologues*

11H45 - 12H15

Débat, échanges
Mme Sophie Cohen, *psychologue*

12h15 - 13h30 DÉJEUNER

13H30 - 14H15

Entre éclairages philosophiques et actions de terrains
Mme Emmanuelle Mandon, *philosophe et accompagnatrice de moyenne montagne*

14H15 - 15H

Les émotions, se relier au vivant
M. Adrien Sabatier, *spécialiste en sciences cognitives*

15H - 15H45

De l'écoanxiété à l'écoconfiance avec l'hypnose
Mme Marie-Agnès Chauvin, *psychologue*

15H45 - 16H15

Débat, échanges
Mme Sophie Cohen, *psychologue*

16H15 - 16H30 : CLÔTURE

9h15 - 10h00

Dr Emmanuel Contamin, *médecin psychiatre*

COMMENT TENIR ENSEMBLE ÉCO-CONSCIENCE ET ESPÉRANCE ?

Nous sommes nombreux à être préoccupés par les problèmes écologiques, et au-delà par les multiples crises qui les accompagnent. Parfois c'est le sentiment d'impuissance ou l'abattement qui nous gagnent.
Aujourd'hui, l'enjeu essentiel est de soutenir un chemin qui tienne ensemble l'éco-conscience (pour éviter le déni et la fuite) et l'espérance (pour éviter le découragement et la paralysie) ; pour résister aux infox, clivages et stratégies du choc, qui ne servent qu'à maintenir le statu quo et encourager les dérives d'extrême-droite et pour soutenir nos liens et notre engagement collectif.
Tout en regardant en face la gravité des enjeux auxquels nous sommes confrontés, Dr Emmanuel Contamin vous propose d'explorer les ressources que nous pouvons mobiliser pour passer de l'impuissance à l'engagement, et pour construire l'avenir.
Dr Contamin présentera d'abord les ressources personnelles et comment travailler sur nos pensées, nos émotions, nos comportements, nos relations proches et notre ancrage existentiel. Mais l'espérance, comme le défi actuel à relever, est nécessairement collective et associée à l'action, et il vous proposera enfin des pistes pour nous y entraider.

Objectifs :

- Comprendre les distorsions des informations auxquelles nous sommes exposés et comment cela atteint notre liberté individuelle et collective
- Repérer les réactions de défense instinctive qui peuvent nous parasiter, et comment rester dans notre fenêtre de tolérance émotionnelle pour avoir des actions intégrées et adaptées
- Accepter la nécessité d'engagements collectifs, et comment les développer dans des contextes et des liens relationnels favorables, pour qu'ils soient durables et épanouissants

Bio :

Psychiatre, spécialiste de la thérapie des troubles post-traumatiques, **Dr Emmanuel Contamin** 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).

10h00 - 10h45

Delphine Rochet, *psychologue*

LE DÉNI, NÉCESSITÉ PSYCHIQUE FACE À LA CRISE CLIMATIQUE ?

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.

Bio :

Diplômée d'un DEA de Philosophie à Paris I et, d'un Master II de Psychologie clinique à Nanterre. Formée aussi au coaching (Pluridis), à la MIndfulness (MBSR), à l'EMDR, et à la conduite du changement en entreprise. Travaillée en institution de soin (CHU, EHPAD) et en entreprise depuis 12 ans.

Engagement :

Delphine Rochet soutient la réalisation des potentiels humains au travail et aide à développer des conditions authentiques de bonne santé sans simplement à pallier aux symptômes d'organisations défaillantes. La vision de fond engage une réflexion des conditions de travail aux produits finis, en partant de la demande et des besoins exprimés.

11h00 - 11h45

Laëtitia de Schoutheete & Anne Morin,
psychologues cliniciennes

INTERVENTIONS COLLECTIVES D'URGENCE FACE AUX DÉRÈGLEMENTS

Face aux incendies qui ont frappé la Drôme en juillet et août 2026, Laëtita de Schoutheete et Anne Morin ont déployé des interventions d'urgence en EMDR collectif, auprès de groupes de 12 à 130 personnes. Ces dispositifs visent à soutenir les personnes confrontées à un événement traumatique en cours, à restaurer un sentiment de sécurité et à mobiliser les ressources individuelles et collectives.

À la croisée de la rigueur clinique et d'une approche incarnée et communautaire du psychotrauma, ces interventions cherchent à remettre du mouvement là où la sidération et le figement ont entravé les capacités d'action et de relation. Bouger ensemble, traverser nos peurs ensemble en groupe permettent de sortir de l'immobilité, de retrouver sa capacité à penser, à imaginer et à créer. Le groupe devient ainsi un espace de ressources, de régulation et de reconnexion, mais aussi un laboratoire vivant de résilience collective, pour transformer l'impuissance face aux dérèglements en nouvelles possibilités d'action.

Objectifs :

- Comprendre les effets du trauma, de la sidération et du figement sur les capacités individuelles et collectives à agir face aux crises
- Identifier les principes et les spécificités de l'EMDR collectif dans le cadre d'interventions psychologiques d'urgence après une catastrophe
- Explorer comment le mouvement corporel et la dynamique groupale peuvent restaurer la mobilité psychique, stimuler la créativité et soutenir l'émergence de réponses collectives face aux dérèglements

Bio :

Laëtitia 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.

13h30 - 14h15

Emmanuelle Mandon, *philosophe et accompagnatrice de moyenne montagne*

ENTRE ÉCLAIRAGES PHILOSOPHIQUES ET ACTIONS DE TERRAINS

Comment informer sans désespérer, éclairer sans anéantir ? Comment alerter sur le désastre en cours sans susciter l'angoisse paralysante ou le déni ? A quoi bon cultiver l'amour du vivant quand celui-ci s'érode sous nos yeux ? Quand ce qui était source d'équillibre et de bonheur se transforme parfois en objet de désolation ?

La contribution d'Emmanuelle Mandon à ce colloque se veut à la fois un témoignage de la façon dont ces questionnements façonnent ma pratique professionnelle (et inversement, comment cette pratique nourrit le questionnement) et une présentation de quelques philosophes engagés (Glenn Albrecht, Val Plumwood, Baptiste Morizot, Vinciane Despret, Corinne Pelluchon, Jean-Philippe Pierron...) qui aujourd'hui contribuent de manière décicive et passionnante à nous éclairer tout en nous indiquant des voies de salut possible. L'art de conjuguer la lucidité et l'enthousiasme, en somme.

Engagement :

Éprise de nature depuis toute petite, habitée par les questions écologiques, Emmanuelle Mandon est lucide quant à l'état désastreux de notre Terre et de nos relations aux vivants. En tant que citoyenne et maman de deux jeunes adultes, elle est angoissée quant à notre devenir commun. Aussi, elle ne cesse de me documenter et de nourrir sa réflexion grâce entre autres à la lecture des penseurs du vivant. Dans sa pratique professionnelle, elle sensibilise ceux qu'elle accompagne à la beauté complexe et fragile des milieux, les amène à éprouver les dépendances et à se sentir vivants parmi les vivants. Favoriser la (re)connexion à la nature et à soi, cultiver les émotions positives au contact des éléments, dans l'admiration de toutes les formes de vie et la joie du partage, pour qu'il ne soit plus possible ni envisageable de porter atteinte aux écosystèmes sans porter atteinte à chacun d'entre nous, et sans que cela rencontre une mobilisation collective et unanime.

Bio :

Professeure de philosophie en lycée général, **Emanuelle Mandon** a enseigné à des jeunes de Terminale et de Première âgés de 16 à 18 ans pendant 21 ans. Egalement accompagnatrice en montagne, elle a quitté l'Education Nationale en 2025 pour se consacrer à ce deuxième métier à temps plein. Aujourd'hui, Emmanuelle guide des publics variés sur les chemins de randonnée en montagne : des jeunes, des retraités, des familles, des sportifs et des novices, dans une approche écosensible des milieux sauvages.

14h15 - 15h00

Adrien Sabatier, *spécialiste de sciences cognitives*

LES ÉMOTIONS, SE RELIER AU VIVANT

L'humanité est confrontée plus que jamais à des défis d'ordre écologiques et sociétaux dans cette nouvelle décennie. Effectivement, les effets des bouleversements environnementaux deviennent de plus en plus fréquents, laissant entrevoir un futur incertain pour ce monde-là. Ces transformations peuvent être à l'origine de réactions, que l'on appelle éco-émotions, qui regroupent toutes les émotions que nous ressentons face à la Terre.

Mais alors, comment agissent-elles sur la prise de décision ? Comment modulent-elles les comportements pro-environnementaux ou de consommation ? Quelles sont les solutions individuelles et collectives permettant de s'y adapter ?

Ensemble nous tenterons de répondre à ces questionnements, en explorant notre lien avec nous-mêmes, aux autres et au Vivant, et comment cette reconnexion permet de fédérer l'intelligence collective à l'origine de la création de nouveaux récits et de leur applications concrètes pour un futur désirable. Embarquons ensemble dans un voyage fascinant, celui de la psychologie humaine...

Objectifs :

- Comprendre et accueillir les éco-émotions
- Déceler et lever nos freins cognitifs et psychologiques à l'action (déni, biais cognitifs, renforceurs primaires)
- Générer des germes d'actions individuelles et collectives en explorant les solutions.

Bio :

Ancien étudiant en Master de Sciences Cognitives, fasciné par le fonctionnement mental humain, **Adrien Sabatier** a suivi un parcours interdisciplinaire au travers duquel il a pu découvrir les différents aspects de la cognition et de la psychologie. Il s'intéresse particulièrement à la liaison entre la psychologie et l'environnement, à savoir comment l'humain interagit avec le Vivant et quels sont les procédés psychologiques, cognitifs et neurobiologiques qui sous-tendent cette interaction. Autodidacte et touchant un peu à tout, il a intégré la psychologie environnementale dans ses passions. Au travers de divers projets artistiques et d'engagements citoyens, il essaie de sensibiliser les personnes à cette thématique et de montrer que de se rapprocher des racines de l'humanité, c'est-à-dire le Vivant, est d'une part possible, mais aussi nécessaire pour son équilibre et son bien-être ainsi que pour créer une société pérenne.

15h00 - 15h45

Marie-Agnès Chauvin, *psychologue*

DE L'ÉCO-ANXIÉTÉ À L'ÉCO-CONFIANCE AVEC L'HYPNOSE

Montrer comment l'hypnose peut aider nos patients à traverser et transformer leur anxiété face aux bouleversements climatiques et sociétaux.

Objectifs :

Apporter un éclairage sur la posture du thérapeute face à l'éco-anxiété :

- Son propre vécu de l'éco anxiété
- Sa double écoute sur l'origine des souffrances (l'histoire du sujet & la situation du monde)
- Sa dynamique « résolutive » (présence et partage d'émotions)
- Ses référentiels théoriques (éco psychologie, animisme, chamanisme...)

Montrer comment l'hypnose est génératrice de ressources par :

- Son centrage sur le corporel et l'émotionnel
- Son ouverture sur les inconscients (personnel et collectif)
- Son ouverture sur le « plus grand que soi »

Faire vivre un ou deux exercices à proposer plus tard à des patients.

Bio :

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.

RAFUE *(Réseau des professionnels de l'Accompagnement Face à l'Urgence Ecologique)*

INFORMATIONS PRATIQUES

Congrès en ligne « Eco-anxiété versus Eco-lucidité, rester confiant face aux changements »

Organisé par Sophie Cohen et l'équipe Emergences, en partenariat avec la revue Hypnose et Thérapies Brèves

Date & horaires : dimanche 6 décembre 2026, de 9h à 16h30 (accueil à 8h30)

Lieu : congrès en ligne, via l'application Zoom

Public : Professionnels de santé exclusivement

Toute inscription donne accès au congrès en ligne et au replay des 6 conférences

TARIFS

CONGRÈS EN LIGNE	TARIFS
PARTICULIER	85 €
CONVENTION	110 €

Votre inscription vous donne accès au congrès en ligne et au replay des 6 conférences (disponible pendant deux mois) !

COMMENT SUIVRE LE CONGRÈS EN LIGNE

La formation se déroulera à la manière d'une classe virtuelle, via Zoom

- Vous recevrez par email un lien d'accès sécurisé pour vous connecter
- Les supports de cours, incluant les présentations, articles et ressources complémentaires, seront mis à votre disposition par email et sur votre espace personnel en ligne
- Les sessions seront conçues pour encourager la participation active des participants via des discussions, débats et questions-réponses

SUITE AU CONGRÈS EN LIGNE :

Tout participant recevra sur son espace personnel en ligne : une évaluation à remplir, une attestation de présence, après avoir signé l'émargement le matin et l'après-midi du 6 décembre, un email au mois de janvier 2027 pour accéder au replay du congrès en ligne.

Pour vos questions et vous inscrire, Charlotte vous répond au 02 99 05 86 69

Vous pouvez aussi flasher ce QR code et vous rendre sur WWW.HYPNOSES.COM

Emergences Depuis 25 ans, l'Institut Emergences accompagne les professionnels de santé dans l'évolution de leur posture de soin grâce à la communication thérapeutique et à l'hypnose.

Notre conviction : la qualité des soins repose aussi sur la qualité de la relation. Nos formateurs sont des soignants en activité. Notre pédagogie, fondée sur des jeux de rôles et des mises en situation, s'appuie sur une assise scientifique solide et une exigence constante.

Découvrez nos formations sur WWW.HYPNOSES.COM