



BtheChange

# CLIMATE CHANGE AND YOU: THE EMOTIONAL COSTS OF EXTREME

French Subtitles

BtheChange Consortium

<http://bthechangeproject.eu/>



Co-funded by the  
Erasmus+ Programme  
of the European Union



Voyons maintenant comment le changement climatique est à l'origine d'événements météorologiques extrêmes et comment il affecte négativement la santé mentale et le bien-être émotionnel de l'être humain.

Le changement climatique modifie la nature, l'ampleur et la puissance des phénomènes météorologiques. En d'autres termes, le changement climatique devrait être tenu pour responsable des cyclones tropicaux, des vagues de chaleur extrême, des sécheresses et des inondations. Des études ont montré une augmentation significative de l'intensité des cyclones tropicaux dans l'Atlantique Nord et le Pacifique Ouest (Emanuel, Sundararajan et Williams, 2008) et, selon Nordhaus (2010), les dommages (économiques et physiques) pourraient doubler d'ici 2100. En outre, les climatologues estiment qu'aux États-Unis, les orages pourraient devenir plus fréquents en raison du réchauffement climatique, avec une augmentation d'environ 70 %, ce qui entraînerait une augmentation des dommages liés aux tempêtes (Trapp et al., 2007).

En outre, le cycle hydrologique mondial devrait s'intensifier en raison de l'augmentation des températures, ce qui entraînera inévitablement une augmentation des précipitations, selon le Groupe d'experts intergouvernemental sur l'évolution du climat (2007). Même si la répartition de ces précipitations n'est pas certaine, elles exposent diverses zones au risque d'inondation.

La fonte des glaciers terrestres est un autre événement extrême causé et entraîné par le changement climatique et l'augmentation des températures. Dans ce cas, le GIEC (2007) prévoit une élévation du niveau de la mer de 0,3 à 1 mètre d'ici 2100, pouvant atteindre 7 mètres en cas de fonte totale de la calotte glaciaire du Groenland.

L'augmentation de la fréquence et de l'intensité des phénomènes météorologiques extrêmes va bien au-delà de ce qui précède. Le changement climatique et l'augmentation des températures mondiales sont à l'origine de graves vagues de chaleur, de sécheresses, d'inondations, de tempêtes hivernales, d'ouragans et d'incendies de forêt massifs, ce qui souligne l'urgence de lutter contre le changement climatique.


Au-delà de la destruction physique, des événements extrêmes et des conséquences socio-économiques liées au climat, des études et recherches récentes montrent que le changement climatique affecte profondément la santé mentale, ainsi que le bien-être émotionnel et psychologique. Selon Lawrance et al. (2021), l'Organisation mondiale de la santé (OMS) a reconnu le changement climatique comme une urgence en matière de santé humaine, soulignant également ses impacts psychologiques.

Comme le soulignent Parks et al. (2020), subir directement les effets du changement climatique peut être psychologiquement et émotionnellement très traumatisant, ce qui peut entraîner une augmentation des taux de suicide, de dépression, de syndrome de stress post-traumatique (SSPT) et de détresse liée aux risques. En outre, il est indiqué que les hospitalisations dues à des problèmes de santé mentale ont également augmenté, ce qui est lié aux épisodes de chaleur extrême, comme le soulignent Thompson et al. (2018). En outre, comme l'affirment Hoffmann et al. (2016), les taux de mortalité globale augmentent chez les personnes souffrant de troubles mentaux préexistants.

En outre, un autre facteur conduisant à des problèmes de santé mentale dus aux effets du climat est l'impact socio-économique que les événements liés au changement climatique laissent sur les populations. Les perturbations sociales et économiques, telles que les migrations forcées, par exemple, intensifient les problèmes de santé mentale. Selon Pearce et al. (2015), les déplacements dus à des événements climatiques extrêmes sont directement et inévitablement liés à la dépression et au (SSPT). Schwartz et al. (2018) ajoutent que la migration forcée à long terme contribue à des taux plus élevés de troubles mentaux et détériore le bien-être mental.

Tous ces éléments, comme l'a déclaré Albrecht (2011), sont les principales menaces causées à l'homme par le changement climatique, ce qui, par conséquent, provoque des sentiments de désespoir envers la vie et l'avenir, combinés à l'observation que les efforts pour lutter contre le changement climatique sont stériles et semblent insignifiants pour faire face au problème. Les phénomènes météorologiques extrêmes, qui deviennent de plus en plus fréquents et intenses, comme nous l'avons vu et exploré tout au long de ce rapport, peuvent entraîner un certain nombre de problèmes pour les humains. Selon Clayton et al. (2017), il s'agit du SSPT, de l'anxiété, du trouble dépressif majeur (TDM), du deuil, de la culpabilité du survivant, du traumatisme vicariant, de la fatigue liée au rétablissement, de l'abus de substances et des idées suicidaires.

Il est essentiel de comprendre et d'être conscient des impacts psychologiques du changement climatique sur les êtres humains, car il s'agit d'un aspect qui est négligé et qui met en évidence un coût et un effet cachés et difficilement quantifiables du changement climatique. Ainsi, les mesures prises pour lutter contre le changement climatique peuvent également améliorer les résultats en matière de santé mentale et le bien-être psychologique des personnes, créant ainsi de bien meilleures conditions pour l'environnement, ainsi que pour la santé physique et émotionnelle des êtres humains.



Pour conclure, lorsqu'on aborde les conséquences et les effets du changement climatique, il est important de garder à l'esprit qu'il ne s'agit pas seulement d'une question environnementale, mais aussi d'une question intersectionnelle et socioéconomique. Il s'agit d'une question humaine, qui affecte tous les aspects de notre vie. Les conséquences vont des phénomènes météorologiques extrêmes aux effets économiques, humanitaires, terrestres et maritimes, en passant par les effets mentaux et émotionnels. Il est essentiel de comprendre ces impacts pour pouvoir prendre des mesures en connaissance de cause afin d'atténuer les effets du changement climatique et de protéger notre planète et notre bien-être. Nous vous remercions de nous avoir rejoints dans ce voyage pour comprendre les implications profondes du changement climatique. N'oubliez jamais de lire, de vous informer, de vous engager et d'agir.