



Faculté des Lettres et des Sciences humaines

Laboratoire d'études des processus sociaux

Changer de job pour la planète ?

Les trajectoires professionnelles au regard de la crise climatique

Travail écrit réalisé dans le cadre du séminaire :

Méthodes et recherches qualitatives en sciences sociales 2022-2023

Prof. Janine Dahinden, Dre. Camilla Alberti, Dre. Faten Khazaei

Assistants doctorantes : Caroline Aka, Doris Niragire Nirere

Lauriane Gulas

lauriane.gulas@unine.ch

Master of Arts en sciences sociales

Sociologie / Migrations et citoyenneté

Groupe 15

Nombre de signes : 38'319

Ce travail n'a pas été réalisé dans le cadre d'un mémoire.

Rendu le 15 juillet 2023

Table des matières

I	Problématique et question de recherche	1
II	Ancrage théorique et état des lieux des recherches	2
III	Méthodes.....	5
III.1	Récole des données.....	5
III.2	Méthodes d'analyse des données.....	7
IV	Réflexions éthiques	7
V	Présentation des participant·e·s à la recherche	9
VI	Présentation des résultats d'analyse	10
VI.1	Rompre avec le paradigme productiviste	10
VI.1.1	<i>La « prise de conscience ».....</i>	<i>10</i>
VI.1.2	<i>La phase d'« éco-anxiété ».....</i>	<i>11</i>
VI.2	Réaliser la transition par la résilience	13
	Conclusion	14
	Bibliographie	15

I Problématique et question de recherche

La situation climatique planétaire se dégrade et voilà pourtant plus de 30 ans que les expert·e·s du GIEC¹ mettent en garde contre les impacts du réchauffement planétaire sur les systèmes naturels et humains tels que l'élévation du niveau de la mer, des épisodes d'extrême chaleur, de fortes précipitations, de sécheresse (IPCC 2022). Selon eux, ces éléments ont eu et vont avoir des conséquences sur la santé, les moyens de subsistance, la sécurité alimentaire, l'eau, la sécurité des personnes et la croissance économique (IPCC 2022), en bref sur l'existence humaine telle que nous la connaissons.

Ces informations alarmantes sont lisibles dans les médias et rendues visibles par des mouvements citoyens de lutte pour le climat qui ont pris particulièrement d'ampleur ces dernières années. Leur objectif est de faire émerger une prise de conscience à la fois individuelle et collective, et de pousser les pouvoirs politiques à agir contre cette dite *crise* climatique. Car à l'origine de cette crise, est pointé du doigt le système économique néolibéral capitaliste occidental qui a engagé « l'espèce humaine [à] poursuivre [un] modèle de croissance illimitée en exploitant des ressources naturelles perçues comme infinies » (Barthelemy 2021 : 14). Plus qu'une question climatique, il s'agit donc de repenser notre système économique-politico-social afin de réduire les émissions de gaz à effet de serre et développer des modes de vie plus respectueux de l'environnement.

Les discours alarmistes véhiculés par les mouvements sociaux sont plus ou moins entendus et assimilés par la population, et suscitent un panel de réactions et de sentiments variés : de l'engagement militant au climatoscepticisme, de l'indignation à l'indifférence, en passant par la colère, le désespoir, la peur, la tristesse ou encore le déni. Ce dernier concerne une large part de la population, à tel point que certain·e·s parlent de « déni de masse » (Servigne 2016). D'autres en revanche – de plus en plus nombreux·ses aujourd'hui – se sentent particulièrement inquiet·ète·s quant à l'avenir. Jaillissent alors des termes comme *solastalgie*, *éco-anxiété*, *éco-lucidité* ou encore *éco-furiosité* qui renvoient tous à des sentiments négatifs ressentis par des individus face à une forme de *prise de conscience* quant à l'état de l'environnement.

Ces préoccupations écologiques peuvent prendre plus ou moins de place dans le quotidien des personnes concernées : parfois minimales, elles peuvent également se profiler comme

¹ Groupe d'experts intergouvernemental sur l'évolution du climat (IPCC en anglais) fondé en 1988.

éléments déclencheurs d'importants changements à l'échelle individuelle. Il s'agit bien souvent d'une volonté d'aligner ses actions avec ses valeurs dans le but d'éviter une forme de dissonance cognitive (Barthelemy 2021). Car la prise de conscience du phénomène climatique invite à se questionner soi-même, le rôle que l'on a en tant qu'individu sur la planète et dans la société en général. Si pour certain·e·s, ces réflexions mènent à faire le choix d'une vie sans enfant, de rejoindre des groupes militants, ou alors plus radicalement de changer de mode de vie, pour d'autres elles mènent à un changement professionnel.

Dans ce cadre-là, je m'intéresse ici à ces trajectoires professionnelles individuelles qui, à un moment donné, subissent des tournants en raison des préoccupations écologiques des individus. Si je souhaitais d'abord étudier le poids de ces préoccupations dans les processus décisionnels en général, j'ai préféré restreindre ma question de recherche aux questions professionnelles pour des raisons de limites du travail. J'ai également choisi de la *sociologiser* par le paradigme des parcours de vie qui me semblait plus pertinent, notamment pour articuler l'individuel dans le collectif, puisque « les trajectoires individuelles sont façonnées par l'époque et le lieu dans lesquels elles se déroulent » (Charruault 2020 : 11), mais aussi pour saisir l'agentivité des individus face à quelque chose qui les dépasse. Il s'agit donc de saisir ces transitions professionnelles aux prises avec la crise climatique : la rupture qui s'opère avec le paradigme productiviste, la quête de sens et la tentative de retrouver un équilibre par une bifurcation dans la trajectoire professionnelle. La problématique peut ainsi se formuler : comment la crise climatique², en tant qu'événement³, entraîne (ou non) des tournants⁴ dans les trajectoires professionnelles individuelles ?

II Ancrage théorique et état des lieux des recherches

Le présent travail s'inscrit dans le paradigme des parcours de vie qui « cherche à saisir les logiques qui structurent des trajectoires diverses, [et] permet aussi d'appréhender les interactions qui les lient les unes aux autres, tout en les ancrant dans des contextes sociaux particuliers » (Charruault 2020 : 10). Interdisciplinaire, cette approche a émergé dans la deuxième moitié du 20^e siècle afin d'étudier les vies individuelles en tant qu'inscrites

² Je suis ici Giezendanner (2022) dans sa définition de la crise climatique, soit « la perturbation du climat et de son fonctionnement par les activités humaines » (p. 6).

³ Événement est ici quelque chose qui advient et qui modifie une dimension sociale du parcours de vie.

⁴ *Turning point* peut être traduit en français par *tournant* ou *bifurcation*. Ce sont des « événements qui ont des répercussions notables sur les trajectoires individuelles » (Charruault 2020 : 11)

dans la société et dans une temporalité sociohistorique particulière, tout en laissant une part de réflexivité (Robin 2016) et d'agentivité (Elder et al. 2003, in Giezendanner 2022) aux individus. A contrario de l'approche des cycles de vie (*Life Cycle*), l'approche par les parcours (*Life Course*), « laisse ouverte la possibilité d'un chemin non linéaire » (Robin 2016 : 38) et permet une analyse articulant l'individu et le collectif. Un parcours de vie comprend lui-même une multitude de trajectoires, elles-mêmes marquées d'événements, de transitions, ou de bifurcations (Charruault 2020).

En l'occurrence, mon objectif n'est pas de dresser le parcours de vie complet des individus, mais d'en saisir un moment particulier où les trajectoires sont susceptibles d'être modifiées dans le contexte spécifique de la crise climatique. Loin d'être linéaires, ces trajectoires individuelles – en l'occurrence professionnelles – peuvent donc être marquées de préoccupations et de remises en question en lien avec l'écologie et entraîner (ou non) des bifurcations dans le parcours biographiques des personnes concernées. Aussi, cette approche fait particulièrement sens pour mon analyse puisqu'elle permet de mettre en exergue la diversité des réactions face à la similarité du constat de crise climatique, tel que l'explique notamment Giezendanner.

Nous envisageons alors la crise climatique comme un évènement contraignant [...] qui fait naviguer l'agentivité des individus entre volonté individuelle et cette contrainte structurelle (Elder et al. 2003, in Giezendanner 2022 : 36).

Ces dernières années, c'est au travers des questions de fécondité que quelques chercheur·euse·s se sont intéressé·e·s aux valeurs écologiques et à leurs conséquences sur les trajectoires individuelles. Dans son étude exploratoire du lien entre la crise climatique et le désir d'enfant par les parcours de vie, Giezendanner (2022) précise la récence du sujet d'étude, ainsi que l'engouement scientifique qu'il engage. Malgré des résultats variés, la recherche accepte consensuellement que le non-désir d'enfant pour des raisons climatiques reste un phénomène encore peu répandu, même s'il est de plus en plus présent dans les médias et au sein de milieux militants et féministes. Certain·e·s relèvent également la stratification inégalitaire de ces réflexions par lesquelles sont concernées majoritairement des personnes blanches privilégiées, et en particulier des femmes de formation supérieure (Giezendanner 2022).

Outre les questions de parentalité, la recherche s'est également intéressée au lien entre crise écologique et transition professionnelle (Barthelemy 2021), bien que les travaux en la matière soient peu nombreux. S'inscrivant de même dans le paradigme des parcours de

vie, Barthelemy (2021) montre que la transition – notamment professionnelle – se profile comme une « réponse fournissant les moyens d’actions à la perspective d’un effondrement du modèle de société actuel » (p. 28). Si les participant·e·s à cette étude s’inscrivent dans une forme de radicalité – 9 des 10 participant·e·s quittent leur emploi pour travailler dans l’agriculture et changer de mode de vie – m’importe ici de retenir que ces changements, significatifs d’une perte de sens et d’interrogations générales sur le mode de vie, se présentent comme une bifurcation de la trajectoire professionnelle et ont permis un réalignement avec les valeurs des personnes concernées.

De manière générale, la recherche à propos des reconversions professionnelles est très vaste, mais les facteurs écologiques sont rarement étudiés. Demeure cependant pertinent à retenir pour la suite de l’analyse qu’il y a eu, entre les années 1990 et les années 2000 une rupture temporelle dans la conception de l’emploi : s’il était autrefois *inconcevable* de quitter son emploi, en particulier pour un emploi moins prestigieux, c’est devenu tout-à-fait possible, voire souhaitable (Denave 2015). Denave relève aussi qu’actuellement, le travail occupe une place centrale dans nos sociétés et que pour certain·e·s des participant·e·s à son enquête, c’est par le rapport au travail que le rapport au monde est rendu perceptible. La rupture professionnelle signifie donc « mettre en œuvre de nouvelles manières de faire, de voir ou de penser » (Denave 2015 : 211).

Finalement, le présent travail s’ancre aussi dans les recherches sur l’éco-anxiété⁵. Sujet de nombreuses études en sciences sociales, mais aussi en psychologie, ce terme a largement nourri la recherche ces dernières années, et a fait l’objet de controverses quant à sa définition et son usage médiatique et politique. Pour certain·e·s, il ne peut être appliqué qu’aux personnes qui présentent de forts symptômes d’anxiété tandis que d’autres préfèrent le considérer comme « une réaction à grande échelle à l’état des écosystèmes planétaires » (Pikhala 2020 : 4). Je choisis ici de l’aborder dans un sens général, tel que le conseille Pikhala (2020), soit « des sentiments difficiles dus à la crise écologique » (*difficult feelings because of the ecological crisis*) (p. 14). Selon l’auteur, cette définition permet d’éviter une vision trop étroite de l’éco-anxiété, *pathologisante* et individualisante. Le concept de résilience, souvent étudié en parallèle, se définit par « la capacité de reprendre un certain développement après avoir vécu un événement difficile ou traumatique » (Popescu 2022 :12)

⁵ Éco-anxiété ou écoanxiété, les deux sont utilisés.

III Méthodes

III.1 Récole des données

Entretien 1

Ma problématique, telle que je l'envisageais en décembre, portait sur le poids des préoccupations écologiques dans les processus décisionnels. La première personne interviewée fut donc sélectionnée sur l'idée qu'elle avait vécu « l'expérience du sujet de recherche » (*experience of the research topic*) (Morse & Clark 2019 : 3). En l'occurrence, ladite expérience était la remise en question du désir d'enfant face à la crise climatique. Il s'agit ici d'un échantillonnage dit de convenance (*convenience sampling*), puisque la prise de contact s'est faite par le biais d'une connaissance commune (Morse & Clark 2019) qui m'a transmis son numéro. J'ai donc pris contact avec Laura début janvier et nous avons convenu d'un entretien à son domicile, tel que proposé par cette dernière.

Souhaitant recueillir des données objectives (*objective evidence*) sur l'expérience de Laura, ainsi que ses perceptions subjectives (*subjective perceptions*) (Witzel 2000), l'entretien centré sur un problème apparaissait comme le plus approprié. Lors de notre entrevue, je me suis avant tout concentrée sur son rapport à l'écologie et à la situation climatique actuelle, à l'avenir plus largement et j'ai fini par les questions de maternité. J'ai construit la grille d'entretien sur l'appui du texte de Witzel (2000) en prenant garde de ne pas appliquer de connaissances préalables (*previous knowledge*), en évitant notamment d'amener des termes spécifiques tels qu'éco-anxiété ou crise climatique dans la discussion afin de laisser la personne choisir ses propres termes.

[...] the question is so broadly formulated that it functions like an empty page which is filled out by the interviewee in his or her own words, structured in his or her own way (Witzel 2000 : 5)

L'avantage de commencer par une telle question « page vide » se vérifia au cours de cet entretien puisque Laura m'a d'elle-même parlé de sa reconversion professionnelle, ce que je n'avais pas prévu de pouvoir aborder avec elle. Une fois ma problématique retravaillée, j'ai réalisé que j'avais besoin de plus de données sur le sujet et l'ai donc recontactée dans le courant de juin. Nous avons donc poursuivi l'entretien par vidéoconférence.

Entretien 2

Pour le second entretien, j'ai décidé de m'adresser à Aurélie, dont j'avais également eu le contact par une connaissance commune, et qui se profilait comme une *experte* sur les personnes dont les préoccupations écologiques entraînaient des remises en question quant à leur orientation professionnelle. Ainsi, elle a été sélectionnée sur la base de son « expertise » (Morse & Clark 2019) en tant que psychologue, mais aussi sur la base des entretiens rétrospectifs (*sampling using retrospective interviews*) (Morse & Clark 2019 : 7) : j'ai réalisé qu'il serait fort pertinent de m'entretenir avec quelqu'un·e qui pourrait apporter des connaissances factuelles et théoriques, notamment sur les questions d'éco-anxiété. L'entretien d'expert·e semblait donc le plus approprié puisque Aurélie, sans être spécialiste du domaine, pouvait apporter une vue d'ensemble, du moins plus large, sur le sujet de la transition professionnelle engagée sur la base de préoccupations écologiques. L'entretien s'est donc déroulé dans son cabinet fin février.

Je soulèverai que la division expert·e/profane s'est quelque peu effacée, en particulier dans la première partie de l'entretien puisque Aurélie, ayant elle-même vécu une forme de *prise de conscience*, m'a raconté sa propre expérience de perte de sens dans son activité professionnelle salariée, notamment lorsqu'elle travaillait au chômage, et comment elle a décidé d'ouvrir son propre cabinet de consultation afin de pouvoir inclure la dimension écologique dans son activité. Ce phénomène de rupture expert·e/profane est relevé par Collins et Evans qui le place dans la « troisième vague » de la « sociologie de l'expertise » (*sociology of expertise*) (Collins & Evans 2002, in Bogner, Littig & Menz 2009 : 3).

The realist approach [...] starts from the view that expertise is the real and substantive possession of groups of experts and that individuals acquire real and substantive expertise through their membership of those groups (Collins & Evans 2007, in Bogner, Littig & Menz 2009 : 3).

A posteriori, je me suis donc demandée s'il eut fallu formuler les questions de sorte à l'éviter, tel que les auteur·ice·s le conseillent en invitant à construire un cadre spécifique du problème, pour encourager la personne interviewée à délivrer une expertise technique (*technical expertise*) et non une forme de connaissance pratique profane (*lay practical knowledge*) (Bogner, Littig & Menz 2009 : 3). Après retranscription de l'entretien, j'ai réalisé qu'Aurélie elle-même faisait bien la différence lorsqu'elle parlait de sa propre transition et lorsqu'elle parlait de celle des personnes qu'elle accompagnait. Aussi, j'ai fait attention à ne pas tout considérer de la même manière dans l'analyse et maintenu à

Aurélien sa qualité d'experte puisqu'elle s'est très majoritairement exprimée en tant que psychologue en orientation professionnelle sur la base de ses connaissances factuelles.

III.2 Méthodes d'analyse des données

Après le rendu intermédiaire, j'ai eu besoin de clarifier mes questions de recherche et les théories dans lesquelles je souhaitais ancrer mon analyse. Pour ce faire, j'ai repris mes retranscriptions, mes mémos rédigés pendant la récolte des données, ainsi que mes notes prises de la littérature, et réalisé quelques *mind maps* afin de sortir tous les mots-clés et thématiques qui en émergeaient, faisant ainsi une sorte d'analyse globale telle que suggérée par Lewegie (1944, in Flick 2009). Ceci m'a permis de mettre en exergue l'importance des concepts de *trajectoire* et de *tournant* dans mes données, et ai ainsi pu recadrer mon analyse dans le paradigme des parcours de vie. De là, j'ai procédé à un premier codage très descriptif, proche du texte, et au degré de généralisation faible afin de choisir les passages les plus pertinents pour l'analyse.

J'ai essayé un premier codage sur Atlas.ti et me suis complètement retrouvée dans ce que Saldana écrit à propos de se sentir « surpassée » (*overwhelmed*) (Saldana 2012 : 22) par la multitude de fonctions. J'ai donc finalement opté pour un « codage manuel » qui me donnait l'impression de mieux contrôler mes données lorsque celles-ci étaient visuellement matérialisées sur mon bureau. J'ai ensuite à nouveau entré les codes électroniquement. Sur la base des textes de Flick (2009), j'ai opté pour un codage théorique tel que présenté par Charmaz (2003, in Flick 2009), soit ligne par ligne, dans le but d'éviter d'y accoler mes propres réflexions. Je suis ensuite montée en abstraction avec un codage plus ciblé (*focused coding*) en m'appuyant sur la littérature. Sur ce deuxième codage, j'ai pu identifier une forme de chronologie, de la rupture à la transition, en passant par la quête de sens qui se visibilise tout du long, ce que j'ai essayé de reproduire dans la structure de mon analyse.

IV Réflexions éthiques

Au cours de ma recherche, je me suis bien souvent questionnée sur les choix que j'opérais et la posture que je prenais, vis-à-vis à la fois de moi-même, et à la fois des personnes avec lesquelles je me suis entretenue.

Vis-à-vis de moi-même en effet, le choix de la problématique m'a fortement interrogée quant à ma neutralité. S'il me semblait d'une part absurde d'opter pour une thématique qui m'était foncièrement étrangère, il me semblait également risqué de travailler sur un sujet par lequel je pouvais me sentir concernée, en l'occurrence la question des préoccupations écologiques. Si la *crise* climatique est généralement reconnue, elle reste sujet à débat, notamment quant au degré de sa gravité, et j'ai donc trouvé épineux de rédiger ma problématique sans tomber dans des formulations qui relèveraient de l'opinion. Après réflexion, je suis arrivée à la conclusion que l'écologie était un sujet si vaste et les réactions qu'elle encourageait si variées, qu'il était dans ma capacité d'objectiver le sujet de recherche, notamment en cadrant mon analyse à l'aide d'une approche par les parcours de vie, un ancrage dans les données et une étude approfondie de la littérature.

Pour ces mêmes raisons, je questionnai également ma place en tant que chercheuse lors de mes entretiens. Suivant également ce que nous avons relevé avec mes collègues, il m'est apparu en outre difficile de choisir le vocabulaire lors de la préparation de la grille, mais aussi pendant l'entretien-même. En particulier après la conférence de Gaël Brûlé, j'ai beaucoup réfléchi à l'ordre dans lequel poser les questions. Il m'importait aussi de prendre soin de ne pas biaiser les réponses de la personne et j'ai donc essayé de ne pas imposer ma propre nomenclature et mes connaissances a priori. J'ai notamment réalisé, en allant à l'entretien, que certaines des questions étaient potentiellement suggestives (*leading questions*) (King & Horrocks 2010) et les ai donc modifiées : par exemple au lieu de demander si les questionnements écologiques ont pu faire/font peur, je demandai plus largement quels étaient les sentiments qu'ils avaient pu faire/faisaient ressentir.

En retranscrivant, j'ai également réalisé qu'en voulant bien faire, je m'appliquais constamment à rebondir sur ce que la personne m'avait dit auparavant, combinant ses termes aux miens, compliquant ainsi la question, voire m'*auto-sabotant* parfois. Aussi, je pense qu'une préparation à l'entretien plus appliquée en amont et le fait de se tenir aux questions telles qu'elles ont été formulées permettrait d'être plus au clair au moment de l'entretien, et d'éviter les questions trop complexes et multiples (*over-complex and multiple question*) (King & Horrocks 2010).

Dans le processus de recherche, je me suis aussi questionnée sur l'anonymisation des personnes puisque, s'il me semblait réalisable de ne pas divulguer le nom, la profession ou le lieu de vie exact de Laura, la garantie de l'anonymat se compliquait à propos

d'Aurélié. Premièrement, il me semble pertinent de présenter son domaine d'expertise afin de justifier les informations récoltées durant l'entretien d'expert·e. Cependant, étant une psychologue en orientation indépendante qui travaille notamment sur les questions d'écologie, elle peut être identifiable sur internet. Deuxièmement, elle m'a renvoyée, avant et pendant l'entretien, à des interviews qu'elle a donnés dans d'autres cadres, notamment à la radio, ainsi qu'à des blogs sur son site internet, pour des informations supplémentaires. Ces derniers s'intégrant dans mon analyse, je me suis alors demandée comment les citer dans la bibliographie pour des raisons évidentes de non-plagiat, tout en garantissant son anonymat. Après discussion avec Caroline Aka, j'ai choisi de les mentionner sous les termes de « matériel proposé par l'interviewée ».

V Présentation des participant·e·s à la recherche

Laura est une femme de 32 ans, en ménage avec son mari et leur enfant de 2 ans. Elle raconte avoir traversé une phase d'éco-anxiété, durant laquelle elle a remis en question le fait d'avoir des enfants dans un monde dans lequel l'avenir est incertain, et sa profession dans le domaine de la finance qui ne reflétait plus ses valeurs. Elle explique avoir aujourd'hui dépassé cette phase difficile et trouvé un équilibre entre ses préoccupations environnementales et l'envie d'avancer, notamment en se lançant dans une nouvelle voie professionnelle dans l'accompagnement thérapeutique, plus proche de l'« humain »⁶.

Aurélié est docteure en psychologie et fait du conseil psychologique en orientation professionnelle. Elle a travaillé quelques années dans le domaine du consulting et de l'insertion professionnelle, avant d'ouvrir son propre cabinet fin 2020. Se sentant elle-même concernée par les questions de transition écologique et sociale, elle propose des services de coaching professionnel, notamment aux personnes qui se sentiraient interpellées par les enjeux écologiques dans leur travail.

⁶ Au terme de sa formation, Laura se lancera en tant qu'indépendante. Par souci d'anonymat, je préfère donc ne pas donner de détails sa nouvelle profession.

VI Présentation des résultats d'analyse

VI.1 Rompre avec le paradigme productiviste

VI.1.1 La « prise de conscience »

Le premier élément que je relève de mes entretiens est une forme de rupture, verbalisée par l'expression « prise de conscience » par Laura et Aurélie. Si Aurélie qualifie ce qu'elle a vécu comme un processus lié à son engagement citoyen, Laura le définit comme un événement soudain qui lui serait arrivé pratiquement indépendamment de sa volonté : « et puis tout d'un coup il y a quelques années, j'ai eu une prise de conscience ». Comme Laura, Aurélie explique que les personnes concernées peinent souvent à mettre une temporalité exacte, mais ont le sentiment d'un bouleversement inattendu.

En outre, bien que la crise climatique soit un phénomène foncièrement d'actualité depuis des années, les trajectoires individuelles s'en trouvent marquées à des moments distincts et souvent de manière fortuite. Aurélie explique par exemple que ce sont parfois des événements naturels ou sociétaux qui peuvent marquer les consciences. La période de la pandémie a par exemple été révélatrice pour plusieurs de ses consultant·e·s qui jusque-là étaient pourtant satisfait·e·s de leur travail : « ça les a fait réfléchir, et ils ont réalisé que leur emploi n'était plus en accord avec leurs aspirations » (Aurélie).

Servigne avance à propos de ce qu'il qualifie de « déni de masse », que « nos cerveaux ne peuvent faire face à des informations alarmantes qui ont des implications trop “vastes“, trop théoriques ou trop lointaines » (Servigne 2016 : 136). Dans ce sens, il faut parfois une prise de recul, ou alors des implications plus réelles et concrètes dans le quotidien des individus pour que ces derniers puissent prendre conscience du problème. Dans le cas de Laura, son mal-être au travail agit comme un déclic qui lui fait réaliser les désaccords éthiques qu'elle entretient avec son domaine professionnel et la société en général.

Mon travail ne me parlait plus trop, parce que c'est vrai que l'économie c'est comment rapporter le plus d'argent et on s'en fout complètement des êtres humains et de la nature, et là je me suis rendue compte que ça ne me convenait plus du tout, et puis plus que ça, que tout allait mal, enfin la planète. (Laura)

Un deuxième élément à noter quant à cette prise de conscience est qu'elle est multiple et variable selon les personnes concernées. Laura m'explique qu'à la suite de sa prise de conscience, elle est partie en Afrique construire une école, qu'elle a réalisé toute la

surconsommation de la société, qu'en rentrant elle a jeté tout ce qui n'était pas naturel, décidé de ne plus prendre l'avion, de ne plus qu'acheter en seconde main, etc. Loin de ne toucher que le domaine professionnel, la rupture qu'elle opère porte alors sur différentes questions de société : la consommation, la pollution, l'accès aux ressources, etc. Aurélie avance dans le même sens que les gens qui viennent la voir en raison de doutes au travail, font souvent en réalité face à « un grand flou général ».

Les personnes qui se sentent concernées ont en commun le sentiment de « ne plus être en accord avec [leurs] valeurs » (Laura) sans réussir à les définir avec précision. Quand je demande à Laura de m'expliquer quelles sont ces valeurs, elle me parle d'« humain » et de « nature » mais peine à les développer. En revanche, elle formule plus loin que le problème principal selon elle est le système capitaliste qui pousse à la consommation et a placé l'argent au centre au détriment du reste. Est notable également parmi les consultant·e·s d'Aurélie, cette opposition contre un système et une société capitaliste en général. Selon Aurélie, les gens sont fatigués de ce qu'elle appelle « course en avant ».

Ok ce n'est pas la majorité qui est préoccupée, mais de plus en plus de gens, on peut faire ce lien, avec la perte de sens au travail, cette *course en avant* [...] et on a plein de lien à faire avec le système dans lequel on vit qui détruit aussi nos conditions de vie. (Aurélie)

Cette expression renvoie, comme écrit plus haut, à la remise en question d'un système politico-économico-social qui a *façonné* les trajectoires individuelles. L'étape de rupture constitue alors potentiellement un tournant majeur dans le parcours de vie puisque les individus vivent une « perte de sens » générale et questionnent leurs trajectoires sous de multiples aspects. Considérant la centralité du travail dans nos sociétés, l'emploi peut alors se retrouver au cœur de la réflexion et désigné comme à l'origine du mal-être, puisqu'il est lieu d'expérience quotidienne du désaccord avec le système.

VI.1.2 La phase d'« éco-anxiété »

Le terme d'éco-anxiété, qui est également revenu spontanément dans les entretiens, met en exergue un constat que la littérature sur le sujet relève aussi, soit l'ambivalence entre sa dimension individuelle (parfois pathologique) et sa dimension globale. Ceci se visibilise d'abord par la constatation de la multitude d'émotions ressenties par les personnes qui se définissent comme éco-anxieuses. Si Laura parle d'abord d'angoisse, elle exprime plus tard aussi la colère qu'elle a pu ressentir, notamment envers ceux qui

ne réalisaient pas l'ampleur du problème, ou envers l'inaction politique, ou encore la tristesse de ne voir « que des mauvaises nouvelles à la télévision ». Aurélie explique :

Il y a des recherches qui montrent aussi que ça recouvre beaucoup d'émotions, ce n'est pas que la peur, il y a aussi beaucoup de colère, d'incompréhension, d'impuissance, de tristesse. (Aurélie)

Cette palette d'émotions permet aussi de *dépathologiser* l'éco-anxiété et de l'interpréter sous un prisme notamment plus politique. Aurélie dit à ce propos : « éco-anxieux ça ne fait pas tellement peur, ce n'est pas trop politisé, la colère oui par contre ». Elle préfère donc employer des termes tels qu'*éco-lucidité* ou *éco-furiosité* qui insistent plus sur l'idée que les gens sont dans l'action. Les entretiens révèlent en effet que la « phase » d'éco-anxiété n'est pas forcément un état passif subi par les personnes, mais plutôt un moment où elles opèrent des choix quant à leur avenir. C'est en effet lors d'une phase difficile que Laura a pris la décision de s'inscrire à une nouvelle formation. Aurélie me dit aussi que ses consultant·e·s, même s'ils ne vont pas bien, sont souvent « déjà bien engagé·e·s » et qu'ils veulent trouver des solutions⁷. Pour elle, l'usage que les médias font de l'éco-anxiété est donc réducteur des valeurs d'humanité qu'elle porte.

Ouais moi je le [ndlr. le sentiment d'éco-anxiété] mets encore plus grand. Je me dis c'est le fait de se sentir, enfin de nouveau dans un monde hyper individualiste, de se sentir connecté à ce qu'il se passe dans le monde, et du coup ça peut aussi être de la compassion. Ouais tu te sens relié à ces gens, aux animaux et c'est quelque chose qui est positif, ce n'est pas seulement une tare. (Aurélie)

La prise de conscience et l'éco-anxiété en tant que « réaction à l'inaction » (matériel de l'interviewée) mobilisent donc une multitude de sentiments qui, peuvent agir comme un moteur de changement dans les parcours de vie individuels. Pihkala (2020) décrit ceci comme une « anxiété pratique » (*practical anxiety*) (p. 2) qui conduit à des attitudes de résolution de problème, l'éco-anxiété étant orientée vers l'avenir. Si les craintes quant à l'avenir sont sources d'angoisse, elles sont aussi source de motivation, en particulier chez les personnes qui ont des enfants. Aurélie me dit que les parents opèrent facilement le rapprochement entre « l'avenir en général [...] et celui de leurs enfants ». A contrario des études sur le lien entre écologie et non-désir d'enfant, devenir parent est ici une motivation supplémentaire à lutter pour un meilleur avenir. C'est le cas de Laura chez qui revient plusieurs fois l'expression « pour mon enfant ».

⁷ J'aimerais noter qu'il arrive, comme en atteste la recherche en psychologie, que des personnes « éco-anxieuses » présentent des troubles dépressifs. Ce n'est cependant pas le cas des personnes concernées ici.

VI.2 Réaliser la transition par la résilience

C'est qu'on nous informe en permanence sur la catastrophe et en même temps on continue dans une logique qui va à l'inverse. Et ça, ça crée énormément de dissonances. (Aurélie)

Face à l'ampleur du problème, les personnes concernées par la crise climatique se trouvent dans une situation de dissonance cognitive, prises entre le sentiment d'urgence et l'inaction latente dans la société. Pour Laura comme Aurélie, bien que la responsabilité repose sur tout à chacun·e, elle incombe avant tout aux autorités politiques. Aurélie, de sa position dans le domaine de l'orientation professionnelle, m'explique qu'il faudrait repenser les formations et les métiers dans l'ensemble de sorte à ce qu'ils soient tous « tournés vers l'écologie ». Laura me dit aussi que, selon elle, un changement radical ne peut avoir lieu que par l'imposition de lois.

Donc je pense que les deux gros axes ce serait limiter les gros polluants [...] comme la voiture [et] l'avion, et puis de freiner la consommation. Mais le problème c'est que dans un système capitaliste je ne vois pas trop la solution concrètement. (Laura)

Tel qu'elle l'avance ici, les solutions souhaitables ne sont pas – du moins difficilement – réalisables dans le système actuel. Comme Laura, les personnes concernées peuvent ainsi faire le choix d'opérer une transition là où elles en ont le pouvoir d'action, en l'occurrence changer d'emploi. Il est alors question d'intentionnalité (*Human Agency*) (Charruault 2020) : l'individu peut agir sur son parcours, à son échelle. Ceci implique nonobstant une forme de renonciation ; les personnes concernées sont préoccupées – comme vu auparavant – par le fonctionnement d'un *système* qu'un individu seul ne peut changer. Laura m'explique en ce sens qu'à défaut de « changer le monde », c'est notamment dans sa transition professionnelle qu'elle a trouvé une forme d'apaisement.

[...] quand je fais une séance et que je vois que ça fait sens à la personne et ça l'aide, même si c'est tout petit, je sens que je suis au bon endroit en fait. (Laura)

C'est ce sur quoi Aurélie propose à ses consultant·e·s de travailler : une forme de résilience. Elle explique que dans l'orientation professionnelle « traditionnelle », on considère qu'il y a d'une part les besoins de la personne et de l'autre les besoins du marché du travail. Avec ses collègues, elle encourage à inclure dans la réflexion ce qu'elle appelle « les besoins du monde », c'est-à-dire « ce qui pourrait être utile pour rendre le monde meilleur ». Elle ajoute que c'est entre ce dernier point et les besoins du marché du travail que se situe un « gap » puisque le marché du travail n'est, à l'heure actuelle, nullement centré sur des objectifs écologiques ou plus largement sociaux.

Il s'agit alors de résilience en ce sens que les personnes essayent de trouver « comment mettre de la durabilité autour de soi sans s'épuiser » (matériel de l'interviewée). Aurélie parle beaucoup de « cohérence » entre les enjeux externes et les limites individuelles. Elle dit que souvent des personnes arrivent avec plein d'idées « pour être indépendant un jour, pour faire plein de choses » et qu'il faut aussi être réaliste de ses limites, d'abord financières, mais aussi vis-à-vis de soi. Lorsque que quelqu'un se lance dans un nouvelle trajectoire professionnelle, Aurélie explique qu'il y a un risque de vouloir trop faire et de se retrouver à nouveau « dans une logique de performance, d'urgence, de vitesse » contre laquelle la personne s'érigait à l'origine.

Repenser le travail, parce qu'il est tellement central, beaucoup passe par le travail dans notre vie et ce que je fais, c'est aussi aider les gens à le replacer là où il est bien, où il ne rend pas malade. Mais il faut déconstruire beaucoup de trucs, ce n'est pas simple, c'est peut-être moins d'argent, moins de carrière. Parce que si tu dégonfles le travail, ça a des implications. Tu ne peux pas juste dire bosse moins. (Aurélie)

Enfinement la transition professionnelle est avant tout une quête de sens dans une société qui n'en a plus vraiment aux yeux des personnes concernées. Il ne s'agit pas seulement de choisir un nouvel emploi, mais plutôt de repenser la centralité du travail et la place que l'on veut lui donner dans son parcours de vie, tout en faisant preuve de résilience.

Conclusion

J'aimerais revenir sur mon terrain qui fut quelque peu chaotique à ses débuts. J'ai réalisé un entretien début février que je n'ai pas utilisé dans l'analyse parce que les données récoltées me semblaient inutilisables. Je pense que ma grille n'était pas suffisamment construite à ce moment-là, mais je pense surtout que la tournure de l'entretien m'a déstabilisée. Mon interlocutrice s'est en effet lancée dans un long récit dès la première question, en plaçant ci et là des réflexions que j'ai jugées déplacées et parfois racistes. J'ai donc préféré intervenir le moins possible, ce qui a permis que la discussion dévie loin de ma thématique. Je me questionne donc encore sur l'attitude que j'aurais dû adopter, sur ce que j'aurais pu dire et la manière dont il eut fallu gérer mon malaise.

Enfin sur un autre sujet, j'aimerais relever une limite soulevée dans la littérature, mais aussi par Laura durant notre entretien : elle y a mentionné le privilège que c'est de s'inquiéter de l'écologie quand d'autres sont dans un « mode de survie ». A l'échelle de la présente étude, il serait tendancieux de tirer des conclusions en termes de stratification. Je noterai cependant que comme Laura, les consultant·e·s d'Aurélie sont en majorité

blanc·he·s, issu·e·s de la classe moyenne et ont des emplois dans le tertiaire (ou sont étudiant·e·s). M’inscrivant moi-même dans cette catégorie, je questionne donc mes biais intégrés et leur poids dans mon analyse. Et si je soutiens le développement de futures recherches à propos des influences de la crise climatique sur les parcours de vie, je suggère que les questions d’inégalités y soient entièrement intégrées.

Bibliographie

Barthelemy, C. (2021). *Crise écologique et quête de sens. Analyse de dix engagements individuels à travers leurs récits et parcours* [Mémoire de Master, Université catholique de Louvain]. <http://hdl.handle.net/2078.1/thesis:29921>

Bogner, A., Littig, B., & Menz, W. (Eds.). (2009). *Interviewing experts*. Springer.

Charruault, A. (2020). Le paradigme du parcours de vie. *Informations sociales*, 201, 10-13. <https://doi.org/10.3917/inso.201.0010>

Denave, S. (2015). *Reconstruire sa vie professionnelle : Sociologie des bifurcations biographiques*. Presses Universitaires de France.
<https://doi.org/10.3917/puf.denav.2015.01>

Flick, U. (2009). «Coding and Categorizing», in *An Introduction to Qualitative Research* (5th Edition). London: Sage Publications, 306–332.

Giezendanner, T. P. A. (2022). *Crise climatique et désir d’enfant : une étude exploratoire* [Mémoire de Master, Université de Genève]. <https://archive-ouverte.unige.ch/unige:161461>

IPCC (2022). *Climate Change 2022: Impacts, Adaptation and Vulnerability. Working Group II Contribution to the IPCC Sixth Assessment Report*.

King, N. & Horrocks, C. (2010). *Interviews in Qualitative Research*. Sage Publications.

Matériel délivré par l’experte (interviews radiophoniques, site internet et blog) ⁸.

⁸ Cf. Réflexions éthiques

Morse, J., & Clark, L. (2019). The nuances of grounded theory sampling and the pivotal role of theoretical sampling. Sage Publications Ltd,

<https://doi.org/10.4135/9781526436061>

Pihkala, P. (2020). Anxiety and the ecological crisis: An analysis of eco-anxiety and climate anxiety. *Sustainability*, 12(19), 7836. <https://doi.org/10.3390/su12197836>

Popescu, C. (2022). Entretenir l'espoir entre écoanxiété et solastalgie. *Rhizome*, 82, 11-12. <https://doi.org/10.3917/rhiz.082.0011>

Robin, P. (2016). Le parcours de vie, un concept polysémique ?. *Les Cahiers Dynamiques*, 67, 33-41. <https://doi.org/10.3917/lcd.067.0033>

Saldaña, J. (2012). *The Coding Manual for Qualitative Researchers*. London : Sage Publications.

Servigne, P. (2016). Penser l'effondrement : À la rencontre des « collapsologues ». *Revue du Crieur*, 5, 132-145. <https://doi.org/10.3917/crieu.005.0132>

Witzel, Andreas (2000). The problem-centered interview. *Forum Qualitative Sozialforschung / Forum: Qualitative Social Research*, 1(1), <http://nbnresolving.de/urn:nbn:de:0114-fqs0001228>