

ESSAI PRÉSENTÉ À L'UNIVERSITÉ DU QUÉBEC À TROIS-RIVIÈRES

COMME EXIGENCE PARTIELLE
DE LA MAITRISE EN ERGOTHÉRAPIE (M.Sc)

PAR
MAUDE FALARDEAU

EXPLORATION DES RÔLES ACTUALISÉS ET POTENTIELS DE L'ERGOTHÉRAPEUTE
DANS LA GESTION DE L'ÉCOANXIÉTÉ

14 DÉCEMBRE 2021

TABLE DES MATIÈRES

REMERCIEMENTS	v
LISTE DES TABLEAU	vi
LISTE DES FIGURES	vii
LISTE DES ABRÉVIATIONS.....	viii
RÉSUMÉ	ix
ABSTRACT.....	x
1. INTRODUCTION	1
2. PROBLÉMATIQUE.....	3
2.1 La crise climatique	3
2.2 Les problèmes de santé engendrés par la crise climatique.....	4
2.2.1 Santé physique.....	5
2.2.2 Santé mentale	5
2.2.3 Santé communautaire	6
2.3 L'écoanxiété.....	7
2.3.1 État des connaissances	9
2.4 Questions et objectifs de la recherche.....	10
2.5 Pertinence de la recherche.....	10
3. CADRE CONCEPTUEL	12
3.1 Notion d'anxiété.....	12
3.2 Notion d'écoanxiété et concepts connexes	13
3.3 <i>Profil de la pratique des ergothérapeutes au Canada</i> et rôles des ergothérapeutes auprès des personnes anxieuses	15
4. MÉTHODE.....	18
4.1 Devis de recherche	18

4.2 Échantillonnage.....	18
4.3 Collecte de données.....	19
4.4 Analyse de données.....	19
4.5 Considérations éthiques	20
5. RÉSULTATS.....	21
5.1 Description des participantes	21
5.2 Résultats de l'étude	21
5.2.1 Pertinence et spécificité de l'ergothérapie.....	22
5.2.2 Gestion de l'écoanxiété en ergothérapie	22
5.2.2.1. Rôle préventif	23
5.2.2.2. Rôle dans l'intervention individuelle	24
5.2.2.3. Rôle dans l'intervention de groupe.....	24
5.2.2.4. Rôle dans l'intervention communautaire.....	25
5.2.3. Obstacles et facilitateurs à la gestion de l'écoanxiété	26
5.2.4 Pistes de solution	30
6. DISCUSSION.....	32
6.1 Retour aux questions et objectifs de l'étude et résumé des résultats	32
6.2 Interprétation des résultats	33
6.2.1 Expert en habilitation à l'occupation.....	33
6.2.2 Collaborateur	33
6.2.3 Agent de changement	34
6.2.4 Praticien érudit	34
6.2.5 Professionnel	35
6.3 Comparaison des résultats avec la littérature	35
6.4 Force et limites de l'étude.....	37

6.5 Retombées potentielles de l'étude.....	39
7. CONCLUSION.....	40
ANNEXE A QUESTIONNAIRE SOCIODÉMOGRAPHIQUE	45
ANNEXE B SCHÉMA D'ENTREVUE	47

REMERCIEMENTS

Au terme de ce projet colossal, je tiens à remercier tout particulièrement Marie-Josée Drolet, directrice de cet essai critique et professeure au département d'ergothérapie de l'Université du Québec à Trois-Rivières (UQTR) pour son temps, sa compassion et toute l'énergie qu'elle a mis dans cet essai. Merci pour toutes les belles discussions que nous avons eues, pour ta confiance et tes encouragements tout au long du processus. Je suis choyée d'avoir pu échanger et travailler avec toi. En outre, merci d'avoir cru en cette problématique et en la possibilité de poursuivre cette recherche. D'ailleurs, je tiens à remercier Claudie Hurtubise, étudiante à la maîtrise en ergothérapie à l'UQTR, d'avoir cru en cette idée et d'avoir repris les rênes de cette recherche.

Je souhaite aussi remercier Marie Goulet, chargée de cours à l'UQTR, pour son implication et ses commentaires tout au long de la rédaction. Il m'a fait un grand plaisir de te lire et de discuter avec toi. Merci de ta disponibilité et ta compréhension.

Je tiens à remercier spécialement Camille Brière, lectrice externe de cet essai critique, pour son temps, son implication, ses réflexions et tous ses commentaires réfléchis qui venaient du cœur. La touche personnelle qui a été ajoutée à la suite de sa révision a assurément apporté de la profondeur et de la richesse à cet essai.

Enfin, je souhaite remercier les participantes à cette recherche. Votre temps, vos réflexions et vos idées auront, je l'espère, déclenché une flamme dans la communauté de recherche en ergothérapie pour approfondir davantage ce sujet.

LISTE DES TABLEAUX

Tableau 1. Rôles des ergothérapeutes	15
--	----

LISTE DES FIGURES

Figure 1.	Continuum de soins pour la gestion de l'écoanxiété	23
Figure 2.	Facilitateurs et obstacles à l'actualisation des rôles en lien avec la gestion de l'écoanxiété	26
Figure 3.	Pistes de solution pour l'actualisation des rôles en ergothérapie	30

LISTE DES ABRÉVIATIONS

ACE	Association canadienne des ergothérapeutes
APA	American Psychological Association
C4E	Communauté ergothérapique engagée pour l'équité et l'environnement
DSM-V	Cinquième édition du manuel diagnostique et statistique des troubles mentaux
OEQ	Ordre des ergothérapeutes du Québec
OMS	Organisation mondiale de la Santé
UQTR	Université du Québec à Trois-Rivières

RÉSUMÉ

Problématique: Bien que le climat de la terre soit variable, l'activité humaine est incontestablement la source première du réchauffement planétaire et participe grandement à la crise climatique. Les effets de cette crise agissent sur la santé physique, mentale et communautaire de la population générale. Parmi les effets sur la santé mentale fait partie l'écoanxiété, une condition générant des enjeux occupationnels importants et qui est très peu documentée dans la littérature. **Objectif :** Cette recherche avait comme objectif d'explorer les rôles actualisés et potentiels de l'ergothérapeute dans la gestion de l'écoanxiété ainsi que les facilitateurs et les obstacles à l'actualisation de ces rôles. **Cadre conceptuel :** Pour faciliter l'exploration des rôles en ergothérapie, le *Profil de la pratique des ergothérapeutes au Canada* (Association canadienne des ergothérapeutes, 2012) a été choisi. Il décrit les sept rôles utilisés par les ergothérapeutes dans leur pratique. De plus, le rôle de l'ergothérapeute dans la gestion de l'anxiété a été mis de l'avant. **Méthode :** Un devis qualitatif d'inspiration phénoménologique (Fortin & Gagnon, 2016) a été utilisé. Des entrevues semi-dirigées ont été réalisées afin de recueillir l'expérience et l'opinion d'ergothérapeutes en lien avec la gestion de l'écoanxiété. Les verbatim de ces entrevues ont été intégralement transcrits et analysés en suivant les étapes proposées par Giorgi (Fortin & Gagnon, 2016). **Résultats :** Trois ergothérapeutes de régions et de milieux de pratique différents ont participé à l'étude. Les résultats montrent que les ergothérapeutes ont une place à jouer pour favoriser le rétablissement des personnes écoanxieuses, notamment en agissant en prévention ainsi que dans le cadre d'interventions individuelles, de groupe ou communautaire. En lien avec l'actualisation de ces rôles, la méconnaissance de cette condition, le manque de soutien des instances gouvernementales, l'absence de diagnostic ainsi que les zones grises entre les professionnels peuvent constituer des obstacles à l'actualisation de ces rôles. Pour leur part, l'intérêt personnel des ergothérapeutes et leur entourage engagé seraient des facilitateurs à l'actualisation de ces rôles, tout comme l'ouverture d'esprit des milieux de travail. **Discussion :** Cette étude suggère que l'ergothérapie est une profession pertinente pour contribuer à la gestion de l'écoanxiété en lien avec les cinq rôles professionnels suivants : le rôle d'expert en habilitation à l'occupation permet à l'ergothérapeute de favoriser la mise en action dans des occupations signifiantes écologiques; celui de collaborateur est nécessaire pour assurer le travail interprofessionnel; le rôle d'agent de changement s'illustre dans les qualités nécessaires pour influencer leur milieu de travail afin que les services offerts à la clientèle écoanxieuse soient améliorés; celui de praticien érudit assure aux ergothérapeutes de rester informés sur cette condition émergente et, enfin, celui de professionnel est lié aux valeurs fondamentales de l'ergothérapie sur lesquelles ces rôles prennent leurs racines. Les résultats de cette étude peuvent aussi être mis en lien avec la littérature. Il est alors possible de constater que la mise en action des clients ainsi que la validation et l'exploration des émotions environnementales (*earth emotions*) sont les éléments primordiaux dans la gestion de l'écoanxiété comme le rapportent aussi les participants.

Mots clés : Crise climatique, changements environnementaux, ergothérapie, écoanxiété

ABSTRACT

Issue: Although the earth's climate is variable, human activity is undoubtedly the primary source of global warming and a major contributor to the climate crisis. The effects of this crisis are affecting the physical health, mental health and community health of the general population. Eco-anxiety is a mental health disease that causes significant occupational problems and is poorly described in the literature. **Purpose:** The purpose of this research is to explore the actual and potential roles of occupational therapists in the management of eco-anxiety and to identify facilitators and barriers to actualizing these roles. **Conceptual Framework:** To facilitate the exploration of occupational therapy roles, the Profile of Occupational Therapy Practice in Canada (Canadian Association of Occupational Therapists (CAOT), 2012) was selected. It describes the 7 roles used by occupational therapists in their practice. In addition, the occupational therapist's involvement in anxiety management was emphasised. **Method:** A phenomenologically inspired qualitative design (Fortin & Gagnon, 2016) was used. Semi-structured interviews were conducted to gather the experience and opinion of occupational therapists in relation to eco-anxiety management. Verbatim from these interviews were transcribed in full and analyzed following the steps proposed by Giorgi (Fortin & Gagnon, 2016). **Results:** Three occupational therapists from different regions and settings participated in the study. The results show that occupational therapists have a place to play in this new health condition by acting in prevention, individual, group and community intervention. In relation to the actualization of these roles, the lack of knowledge of this condition, the lack of support from governmental authorities, the absence of diagnosis as well as the grey areas between professionals can be obstacles. Personal involvement of occupational therapists and their dedicated entourage would be facilitators to the actualization of roles as well as the openness of workplaces. **Discussion:** This study suggests that occupational therapy is a good professional to assist in the management of eco-anxiety in relation to the following five roles. The role of expert in enabling occupation enables the occupational therapist to facilitate action in ecologically and/or meaningful occupations. The role of collaborator is needed to ensure the right work with the different professionals. The role of change agent exemplifies the qualities needed for engaged occupational therapists to influence their environment to improve services for eco-aware clients. The role of scholarly practitioner will allow occupational therapists to stay informed of the latest news on this emerging condition and the role of professional is linked to the core values of occupational therapy. The findings of this study can also be linked to the literature, which shows that the major parts of ecoanxiety management are client participation, emotional validation, and exploration.

Key words: Occupational therapy, climate crisis, climate change, ecoanxiety

1. INTRODUCTION

Pour un bon nombre d'individus, l'année 2019 a été une année d'éveil des consciences envers la crise climatique (Hebron, 2020). Effectivement, les Fridays4Future, les manifestations et les déclarations relatives à l'urgence climatique par certains dirigeants ont propulsé les intérêts pour la cause environnementale dans les grands titres (Hebron, 2020). La vision des médias de la crise climatique a un impact important sur la réponse du grand public à cette crise (Kelly, 2017). La crise n'était pas ignorée auparavant, mais en 2019 les médias ont changé leur façon de l'aborder, en mettant l'accent sur des mots ayant plus d'impacts comme : sceptique, crise climatique et déni de la science (Hebron, 2020). Le message était clair : les médias ne voulaient pas simplement que le public soit intéressé, mais bien qu'il ait peur (Hebron, 2020). Cette vague de changements médiatiques a possiblement eu un impact sur le grand public, notamment sur sa santé mentale. Certains psychologues remarquent que lorsque questionnés, plusieurs clients rapportent une préoccupation majeure pour l'état de la planète (Dockett, 2019), laquelle est parfois liée à de l'anxiété.

Ces préoccupations appartiennent à un vaste éventail de conditions qui décrivent les diverses émotions et états mentaux dérivés de la crise climatique (*earth emotions*), dont l'écoanxiété fait partie (Albrecht, 2019). Ces conditions sont de plus en plus présentes au sein de la population générale (Pihkala, 2018). Or, comme tel est le cas pour la santé mentale qui est souvent mise de côté, les inquiétudes issues de l'état de la planète ne sont pas discutées de façon exhaustive dans les écrits (Weissbecker, 2011). Effectivement, cette condition est à l'heure actuelle principalement décrite au sein de la profession psychologique et est pratiquement inexistante dans la littérature des autres professions de santé, dont l'ergothérapie.

Ainsi, cet essai critique discute d'entrée de jeu de la problématique à l'origine de cette recherche : l'écoanxiété. Par la suite, le cadre conceptuel qui explique les différents concepts au fondement de la recherche est présenté et la méthode utilisée pour réaliser cette étude décrite. Suivant ces sections se trouve la partie centrale de cette recherche, soit celle consacrée aux résultats de l'étude. La discussion suit ensuite, laquelle comprend un retour aux objectifs de la recherche, une interprétation des résultats en lien avec le cadre conceptuel ainsi que la littérature sur le sujet,

de même que l'énonciation des forces, des limites et des retombées de l'étude. Finalement, les éléments principaux de cette recherche sont présentés en guise de conclusion.

2. PROBLÉMATIQUE

Cette section de l'essai explicite la problématique à l'origine de l'étude. Dans un premier temps, la crise climatique est décrite, puis les différents problèmes de santé qui en découlent sont expliqués, soit : les problématiques de santé physique, mentale et communautaire. Ensuite, l'écoanxiété est abordée plus précisément, définie et sa prévalence est précisée. L'état des connaissances sur ce problème de santé mentale est ensuite discuté. Finalement, les questions et objectifs de recherche sont spécifiés, de même que la pertinence de cette étude.

2.1 La crise climatique

Bien que le climat de la terre ait changé de plusieurs manières dans l'histoire de la planète, c'est au dernier siècle que les changements climatiques ont été les plus importants (Swim et al., 2011). Il est à ce jour incontestable que l'influence humaine a réchauffé l'atmosphère, les océans et les terres (IPCC, 2021). Les combustibles fossiles, les feux de forêt, la coupe des arbres et les autres activités humaines ont eu et ont encore un impact sur l'environnement, voire sur l'équilibre de la planète (IPCC, 2021; Swim et al., 2011). Bien que l'humanité habite cette planète depuis de nombreux millénaires, c'est l'intensité et la fréquence des activités humaines des derniers siècles qui a fait contrebalancer l'équilibre climatique¹. Les impacts de ce débalancement peuvent en outre être observés par l'augmentation du niveau des mers et des océans, la fonte glaciaire, la modification des routines de précipitation, les changements comportementaux de diverses espèces d'animaux et de plantes (Blashki et al., 2008). Ces impacts sont si grands que chacune des quatre dernières décennies a été successivement plus chaude que toutes les décennies qui l'ayant précédée depuis 1850 (IPCC, 2021). Le réchauffement climatique est un problème en soi, car il augmentera la fréquence et l'intensité des températures extrêmes, des sécheresses agricoles et écologiques, des cyclones tropicaux, tout en accélérant la fonte des glaces ainsi que du pergélisol (IPCC, 2021; Nelson et al., 2013). De plus, l'activité humaine et la surpopulation accentuent et font accélérer la tendance suivant on note une diminution importante des ressources disponibles pour assurer la survie de plusieurs espèces, dont la nôtre (Swim et al., 2011).

¹ Merci à Camille Brière, lectrice externe de cet essai critique, qui m'a judicieusement proposé cette phrase.

Les mots utilisés pour décrire le problème mettent l'accent sur la globalité du phénomène : changements climatiques, réchauffement planétaire, etc. La crise climatique est de ce fait un phénomène qui peut sembler distant de la vie de bien des gens, c'est-à-dire une crise qui est vécue par les autres, ailleurs ou dans un futur éloigné (Clayton et al., 2014), mais tel est de moins en moins le cas comme en attestent par exemple les feux de forêt en Colombie britannique à l'été 2021 ou encore les rafales et inondations qui ont eu cours à la même période à Trois-Rivières. La manière dont la crise est discutée dans les médias est souvent générale et ne rapporte habituellement pas les effets locaux de la crise climatique (Clayton et al., 2014). Cela dit, selon Kelly (2017), il est de plus en plus difficile d'ignorer les impacts des changements climatiques.

Les conséquences catastrophiques des changements climatiques prédites par les experts ne peuvent et ne doivent pas être ignorées (Koger, 2015). Certains auteurs mentionnent que les impacts qui auront lieu au cours du 21^e siècle vont potentiellement affecter toutes les économies mondiales, redessiner les cartes et les régions côtières ainsi que modifier l'accessibilité et la qualité des écosystèmes desquels l'humanité dépend (Adger, 2010). C'est pourquoi les changements climatiques étaient décrits, en 2010, par Adger comme une des plus grandes menaces à la sécurité mondiale du prochain siècle. En effet, en 2019, l'Organisation Mondiale de la Santé (OMS) a établi que les changements climatiques et, plus précisément, la qualité de l'air étaient la menace principale à la santé de la population générale (World Health Organisation, 2019). En considérant que les communautés les plus vulnérables, tel que les populations habitant sur des îles, les Premières Nations, les minorités et les personnes vivant dans la pauvreté souffrent déjà et vivent les conséquences des changements climatiques, toute l'humanité sera affectée par les effets néfastes de l'intensification de certaines activités humaines sur l'environnement (Koger, 2015).

2.2 Les problèmes de santé engendrés par la crise climatique

Plusieurs problématiques sont causées par la crise climatique. Les problématiques de santé physique seront survolées puisqu'elles concernent peu cette étude. Par la suite, les problématiques de santé mentale seront décrites plus en profondeur ainsi que les problématiques de santé communautaire.

2.2.1 Santé physique

Les impacts de la crise climatique sur la santé physique ont été abondamment décrits et expliqués dans la littérature médicale (Bourque & Cunsolo Willox, 2014). En résumé, les écrits mettent l'accent sur les impacts directs des catastrophes naturelles, telles que des blessures ou un décès dû à une situation météorologique extrême, les impacts négatifs des vagues de chaleur extrêmes sur le corps humain, la propagation de maladies, la qualité de l'air causant des problèmes respiratoires ainsi que la diminution de l'accès à de l'eau potable de qualité et à de l'air respirable (Blashki et al., 2008). Étant donné que cet essai se centre principalement sur une condition de santé mentale liée à la crise climatique, les impacts de la crise climatique sur la santé physique ne seront pas ici approfondis davantage.

2.2.2 Santé mentale

Les impacts des changements climatiques sur la santé mentale sont souvent oubliés dans la littérature médicale (Bourque & Cunsolo Willox, 2014). Ce sont dans les écrits en psychologie que ces impacts sont abordés. Certaines recensions des écrits, qui ont analysé les effets de la crise climatique à plus long terme sur la santé mentale d'individus, remarquent des niveaux plus élevés d'anxiété et de troubles de l'humeur, des périodes de stress aigu plus nombreuses, une plus grande fréquence de conflits et de violence, une augmentation d'abus de substances, une perte d'identité de soi ainsi que des réactions de deuil (Bourque & Cunsolo Willox, 2014).

De plus, les effets directs des impacts des changements climatiques comme des catastrophes naturelles ou des températures extrêmes peuvent créer une augmentation de la prévalence et de la sévérité des troubles de santé mentale chez les communautés affectées (Blashki et al., 2008). Le stress traumatique aigu est la réponse la plus commune chez les individus ayant vécu des catastrophes environnementales ; chez certains individus, un syndrome de stress post-traumatique peut même être observé (Blashki et al., 2008).

La crise climatique a aussi des effets plus insidieux puisqu'elle affecte aussi les déterminants sociaux de la santé mentale. Effectivement, la sécurité économique, l'exclusion sociale, l'effet du déplacement des communautés ainsi que l'exposition à la violence font tous

partie de ces déterminants (Blashki et al., 2008). La prise de conscience que la crise climatique est une menace environnementale globale engendre une détresse émotionnelle (Blashki et al., 2008). L'anxiété et la détresse sont en effet des réponses émotionnelles fréquentes chez les personnes qui prennent conscience de la crise climatique (Blashki et al., 2008). La peur, la peine, la déprime, être engourdi, le désespoir, la colère, l'impuissance et la frustration sont aussi des émotions qui peuvent être liées à ce phénomène (Blashki et al., 2008). Si les informations reçues de la part des médias par rapport à l'état de la terre sont trop dérangeantes et que les solutions semblent trop difficiles, certaines personnes peuvent s'en sortir en minimisant ou en niant l'existence du problème ou encore en évitant d'y penser (Blashki et al., 2008).

2.2.3 Santé communautaire

Il importe de noter que les problèmes de santé physique et mentale individuels ont un impact sur la santé de la communauté. Effectivement, les maladies, les blessures, l'anxiété, la dépression et tous les impacts discutés précédemment en eux seuls diminuent la santé globale des communautés affectées. Cependant, la crise climatique a aussi un effet néfaste sur la santé communautaire, plus précisément sur les liens communautaires et sur les relations interpersonnelles (Clayton et al., 2017). La connexion individuelle et communautaire avec la nature est aussi grandement affectée par les effets de la crise climatique (Clayton et al., 2017). Effectivement, les opportunités d'interactions sociales sont affectées par les changements climatiques. Ainsi, la cohésion et l'identité sociales des individus d'une population peuvent être affectées par la récurrence de catastrophes naturelles, l'augmentation des agressions interpersonnelles dans la communauté ainsi que l'émergence de situations hostiles entre certains groupes au sein de cette population (Clayton et al., 2017). Les individus peuvent se sentir moins unis et s'identifier moins à leur communauté lorsque la violence et les catastrophes sont élevées. Les interactions sociales sont donc plus limitées et de moins bonne qualité, diminuant encore plus la santé communautaire des populations touchées.

De plus, l'impact psychologique des changements climatiques peut être analysé dans les différentes générations. Les enfants et les jeunes adultes grandissant dans une société ayant un futur incertain et qui a été créé par les générations antérieures ont une expérience des changements climatiques très différente de celle des générations plus âgées (Blashki et al., 2008). Certains

psychologues rapportent que de nombreux jeunes clients démontrent des symptômes de deuil et même des idées suicidaires en lien à leur vision de l'avenir; le désespoir vis-à-vis la crise climatique ainsi que la croyance qu'il n'est pas écologiquement responsable d'avoir ses propres enfants font aussi partie des réactions manifestées par des jeunes (Morris, 2020). Ceci illustre une des différences entre les jeunes et les générations plus âgées. Edwards (2008) évoque que la société ne devrait pas minimiser ou invalider les inquiétudes vécues par les jeunes générations. Effectivement, plus la société évite toute discussion en lien avec les conséquences imminentes, plus les individus de cette société utilisent des comportements mal adaptés pour gérer les émotions créées par cette crise, tels que des agressions, consommations, crises de panique, etc. (Kelly, 2017). Même dans le contexte de jeunes adultes étudiant dans le domaine de l'environnement et de l'écologie, une vague d'émotions négatives face à leurs études est palpable (Kelly, 2017). L'étude de Kelly (2017) montre que la majorité des étudiants en études environnementales ne trouvent pas que leurs cours les préparent adéquatement à l'information qu'ils reçoivent. Effectivement, lorsque questionnés sur le degré suivant lequel ils estiment que leurs cours les préparent psychologiquement à l'information qu'ils vont recevoir durant leurs études, autant de participants ont répondu « pauvrement » et « modérément bien ». En outre, plus de participants ont répondu « pauvrement ou très pauvrement » (21) que « bien ou très bien » (19) (Kelly, 2017). Si même ces étudiants ne se sentent pas préparés, qu'en est-il du reste de la population ?

Dans un autre ordre d'idée, les communautés les plus vulnérables aux changements climatiques mentionnées plus haut vivent déjà une détérioration des déterminants sociaux qui sont à la base de la santé mentale (Blashki et al., 2008). Il est reconnu dans le domaine de la santé que les professionnels qui travaillent en santé mentale vont faire face à des problématiques et des conditions liées aux changements climatiques, particulièrement ceux qui interviennent auprès de populations vulnérables dépendantes de leur environnement naturel, de populations habitant sur des îles, de Premières Nations, de minorités et de personnes vivant dans la pauvreté (Bourque & Cunsolo Willox, 2014).

2.3 L'écoanxiété

De toutes les problématiques discutées précédemment, l'écoanxiété est celle qui est retenue dans le cadre de cette étude. L'écoanxiété est une problématique de santé mentale qui découle

directement de la crise climatique et qui pourrait engendrer de nombreux enjeux occupationnels. Bien qu'un certain degré d'inquiétude par rapport à la crise climatique est perceptible et prédictible au sein de la population générale, certains individus vivent des inquiétudes plus sévères et intenses que d'autres, lesquelles peuvent leur causer de la détresse et affecter leur fonctionnement quotidien (Blashki et al., 2008). En d'autres mots, il y a différence importante entre des inquiétudes environnementales et la condition de santé mentale nommée : l'écoanxiété (Kelly, 2017).

En 2019, Amnistie Internationale a effectué un sondage auprès de plus de 10 000 jeunes âgés entre 18 et 25 ans, dans 22 pays différents. Cette étude a identifié les changements climatiques comme le problème mondial le plus important pour la majorité de ces jeunes. Par la suite, *The Washington Post* et la fondation *Kaiser Family* (2019) ont fait paraître un sondage dans lequel 57 % des adolescents américains ont avoué que les changements climatiques leur causaient de la peur et 52 % mentionnaient de la colère, tandis que 29 % mentionnaient avoir une vision optimiste de cette problématique. Du côté des jeunes adultes, les résultats sont encore plus frappants : 68 % rapportent de la peur et 66 % mentionnent se sentir impuissants devant cette problématique (Morris, 2020).

Dans toute la population, les groupes qui sont le plus à risque de vivre de l'écoanxiété sont les enfants, les personnes âgées, les individus en situation de pauvreté, les minorités ethniques, les personnes ayant une prédisposition à un débalancement émotionnel, les individus marginalisés (Swim et al., 2011), les communautés dépendantes de l'environnement naturel pour leur existence ainsi que les populations vivant dans des régions à très haut risque (régions costales et polaires) (Bourque & Cunsolo Willox, 2014). De plus, les personnes travaillant dans le domaine des changements climatiques sont plus à risque de développer de l'écoanxiété (Blashki et al., 2008). Enfin, des chercheurs australiens rapportent des niveaux plus élevés de détresse psychologique et d'impuissance chez les populations qui sont plus exposées à la dégradation de l'environnement et de l'agriculture due à des sécheresses persistantes et des désastres naturels (Bourque & Cunsolo Willox, 2014).

2.3.1 État des connaissances

Une seule étude empirique sur l'écoanxiété a été répertoriée dans la littérature (Kelly, 2017). La majorité des connaissances actuelles sur l'écoanxiété découle d'étude de cas, d'articles professionnels ou de témoignages de professionnels travaillant avec une clientèle écoanxieuse. Ce qui ressort de ces écrits a trait aux différentes pistes de solution afin de traiter cette condition.

Un des aspects importants selon des psychologues lors de l'intervention avec des individus écoanxieux est de valider leurs inquiétudes. Beaucoup d'informations peuvent faire surface lorsqu'ils sont appelés à explorer leurs émotions (Dockett, 2019). L'exploration des émotions permet de se mettre en action puisqu'il est difficile de résoudre des problèmes complexes lorsque submergés par de nombreuses émotions (Koger, 2015). Ainsi, l'intervention de type écopsychologique peut inclure la réouverture de la connexion de la personne avec le monde naturel par un contact attentif avec la nature, des rituels réfléchitifs ou toute action écothérapeutique qui l'engage dans des gestes écosensibles (Koger, 2015).

Une étude effectuée en Australie (Kelly, 2017) portant sur les expériences des étudiants et les perspectives académiques sur le développement de réponses émotionnelles saines à la crise climatique est la seule étude, à notre connaissance, qui prend en compte l'avis de professionnels et de membres d'une population étudiante. Issue de cette recherche, il est possible d'obtenir l'avis de plusieurs professionnels sur la gestion de cette condition. Dans cette étude, la médecin Ride explique que la technique la plus utilisée dans sa thérapie consiste en des groupes de type atelier, utilisant la thérapie par l'art comme moyen : « (...) *nous utilisons l'art-thérapie pour donner aux gens une chance d'exprimer leurs sentiments. Le matériel artistique permet aux personnes de puiser dans l'inconscient, ce qui leur évite d'avoir à exprimer leurs sentiments au départ (...)* » [Traduction libre] (Kelly, 2017). Le format de groupe permet, selon Ride, de faciliter l'expression des participants et de s'apercevoir qu'ils ne sont pas seuls, ce qui est très thérapeutique (Kelly, 2017). Ce moyen est efficace pour faire prendre conscience aux participants qu'ils se mettent beaucoup de poids sur les épaules, sans prendre assez soin d'eux-mêmes. Le groupe permet aussi de suggérer des stratégies de soins personnels et d'échanger des trucs et astuces déjà connus des participants (Kelly, 2017). L'auteur explique qu'en même temps de prendre le temps pour nous et d'être conciliant avec nous-mêmes, il faut laisser place aux émotions désagréables ou

inconfortables en lien avec la crise climatique. Selon Ride, le but de son étude n'était pas de trouver la solution pour éradiquer l'écoanxiété, mais de générer une analyse personnelle de la problématique et d'apprendre de celle-ci. L'auteure relève que les émotions de deuil, de peur, de colère et d'anxiété sont des réponses parfaitement conséquentes à la crise climatique. Elle estime que le but n'est pas d'éradiquer l'anxiété, mais de la laisser nous guider (Kelly, 2017). Son étude auprès des étudiants universitaires fait ressortir que la majorité des participants étudiants dans une discipline non environnementale relevait des niveaux de stress et d'anxiété modérés en lien avec la crise climatique. De leur côté, les étudiants dans des programmes environnementaux ont rapporté des niveaux très élevés d'anxiété, de stress et de soucis par rapport à l'état de l'environnement (Kelly, 2017). Il semble donc que plus les étudiants naviguent dans un environnement au fait de la situation climatique, plus ils ont tendance à vivre de l'écoanxiété.

2.4 Questions et objectifs de la recherche

Selon le dernier rapport annuel de l'Ordre des ergothérapeutes du Québec (Ordre des ergothérapeutes du Québec, 2020), 14% des ergothérapeutes travaillent au Québec en santé mentale et peuvent être appelés à intervenir auprès de personnes vivant avec de l'anxiété. Malgré cela, nous n'avons identifié aucun écrit documentant les rôles actualisés et potentiels des ergothérapeutes auprès des personnes aux prises avec de l'écoanxiété.

Il s'ensuit que les questions à l'origine de la présente recherche sont les suivantes : quels sont les rôles actualisés et potentiels de l'ergothérapeute en lien avec l'écoanxiété ? Quels sont les obstacles et les facilitateurs à l'actualisation de ces rôles ? Ce faisant, les objectifs de la présente recherche étaient d'explorer les rôles actualisés et potentiels de l'ergothérapeute lorsqu'il intervient auprès de personnes vivant de l'écoanxiété ainsi que les facilitateurs et les obstacles à l'actualisation de ces rôles.

2.5 Pertinence de la recherche

Cette recherche est pertinente pour plusieurs raisons, notamment sur les plans scientifiques, professionnels et sociaux. Premièrement, étant donné que l'écoanxiété est un phénomène plutôt récent, les écrits sur le sujet demeurent peu nombreux, notamment en ergothérapie. En d'autres

mots, cette recherche est pertinente parce qu'elle contribuera au développement des connaissances en ergothérapie sur ce sujet émergent, en l'occurrence : l'écoanxiété. Deuxièmement, cette recherche est également pertinente d'un point de vue professionnel, en ceci que celle-ci explorera des manières de soutenir en ergothérapie les personnes qui vivent de l'écoanxiété ou encore de prévenir le développement d'écoanxiété chez la population générale. Comme discuté plutôt, l'écoanxiété est une condition qui n'est pas encore documentée en ergothérapie et qui est peu documentée dans les autres professions de la santé – mis à part en psychologie (Pihkala, 2018), d'où l'importance de contribuer à l'édification des connaissances sur ce nouveau phénomène. De toutes les conditions qui émergent de la crise climatique, l'écoanxiété est la plus prévalente d'où la pertinence d'explorer des avenues thérapeutiques pour soutenir les personnes qui en souffrent. Il est donc primordial de combler les besoins de cette population qui est pratiquement oubliée présentement.

3. CADRE CONCEPTUEL

Cette section présente les notions théoriques au fondement de cette recherche. Effectivement, plusieurs concepts et modèles sont nécessaires à la bonne conduite de l'étude et sont donc ici définis. Dans un premier temps, la condition de santé connue sous le nom d'anxiété est décrite, puis mise en parallèle avec l'ergothérapie. Dans un deuxième temps, le *Profil de la pratique des ergothérapeutes au Canada* est présenté, de même que les rôles potentiels des ergothérapeutes dans la gestion de l'anxiété. Enfin, la notion d'écoanxiété est définie et mise en contraste avec des concepts connexes.

3.1 Notion d'anxiété

L'anxiété est une émotion qui peut être vécue par tout un chacun dans une situation générant du stress (American Psychiatric Association, 2013). Selon le manuel diagnostique et statistique des troubles mentaux (DSM-5), les personnes ayant un trouble anxieux manifestent des symptômes cognitifs, physiques et comportementaux d'angoisse qui sont intenses, fréquents, persistants et graves, lesquels provoquent une détresse qui nuit à leurs capacités sur différents plans (APA, 2015). Affectant une personne sur quinze chaque année mondialement, l'anxiété est le trouble de santé mentale le plus prévalent dans la société (Steel, 2014). Cependant, l'anxiété est aussi une émotion qui est très subjective et se vit différemment d'une personne à une autre. Selon Blashki (2008), la santé mentale résulte d'une interaction entre le bien-être social, émotionnel et spirituel. Un déséquilibre entre les valeurs d'un individu et de ses propres actions ainsi que celles de sa communauté peuvent engendrer un état anxieux important (Kielhofner., 2008).

Les impacts fonctionnels en lien avec l'anxiété peuvent varier selon le type d'anxiété vécu. En ce qui concerne le trouble d'anxiété généralisé, bien que les occupations productives et les loisirs puissent sembler intacts, la personne qui vit cet état se voit engagée dans ces occupations tout en ayant des préoccupations constantes (Bonder, 2015). De plus, les rôles, habitudes et routines peuvent être circonscrits dans l'effort de gérer ou diminuer l'anxiété. La fatigue peut aussi être une résultante de l'anxiété (Bonder, 2015). Les impacts fonctionnels peuvent varier grandement, par exemple : une incapacité de s'engager dans des occupations sociales, l'arrêt ou la

modification d'occupations en raison de phobies, la diminution du fonctionnement général en lien avec des attaques de panique (Bonder, 2015).

3.2 Notion d'écoanxiété et concepts connexes

L'Association américaine de psychiatrie définit l'écoanxiété ainsi : une peur chronique de la catastrophe écologique (Clayton et al., 2017). Pour sa part, Albrecht (2011) estime que le fait d'observer les conséquences lentes et apparemment irrévocables des changements climatiques sur l'environnement et s'inquiéter de l'avenir pour soi-même, les enfants et les générations suivantes peut être une source de stress et que ce type de stress se nomme : l'écoanxiété (Weissbecker, 2011). Pihkala (2018), de son côté, définit ainsi ce concept comme les diverses émotions et états mentaux vécus en lien avec la crise climatique. Ces trois définitions ont en commun le fait qu'elles mettent en relation des facteurs externes et internes à un individu. Les facteurs externes sont toujours en lien avec l'écologie, plus spécifiquement la catastrophe écologique, les conséquences négatives des changements climatiques sur l'environnement, la crise climatique, etc. De leur côté, les facteurs internes sont en lien avec ce que ressent l'individu qui vit cette forme d'anxiété : peur chronique, inquiétude, stress, émotions et autres états mentaux. En établissant que ces définitions du concept d'écoanxiété mettent en lien ces deux types de facteurs, il est possible de percevoir les ressemblances entre ces définitions. L'écoanxiété peut être définie une condition directement liée à un problème environnemental spécifique ou des aspects indirects de la crise climatique. Par exemple, une personne peut ressentir de l'anxiété et du chagrin en lien avec la déforestation d'une terre proche de son domicile, tandis qu'une autre vit de l'anxiété, car elle ressent que les changements climatiques lui enlèvent son futur (Pihkala, 2018). Le concept d'écoanxiété permet d'expliquer les inquiétudes écologiques atteignant des niveaux sans précédent (Kelly, 2017) qui sont déterminées par un manque de contrôle personnel sur l'environnement (Swim et al., 2011).

Les concepts connexes suivants sont définis pour soutenir le lecteur dans sa compréhension des propos qui sont tenus dans cet essai. Certains auteurs n'optent pas pour le concept d'écoanxiété, car ils estiment que celui-ci cache en quelque sorte le vécu expérientiel de certaines personnes, en lien avec d'autres types d'émotions que l'anxiété comme le deuil, la dépression, la colère, le désespoir et l'injustice (Lawton, 2019; Pihkala, 2018; Weissbecker, 2011). Hickman et ses collègues utilisent le terme de sensibilisation à l'environnement naturel (*eco-awareness*)

(Lawton, 2019). D'autres termes sont aussi utilisés dans les écrits pour décrire des phénomènes similaires. *Éco-angst*, anxiété environnementale, solastalgie et deuil environnemental sont quatre termes qui peuvent être aussi reliés à l'écoanxiété dans les écrits (Pihkala, 2018; Weissbecker, 2011). Tandis que, l'*éco-angst* discute plus précisément des émotions vécues comme la culpabilité et le deuil (Pihkala, 2018), l'anxiété environnementale est un synonyme du mot écoanxiété, mais il est moins utilisé dans les écrits (Pihkala, 2018). Albrecht (2011) définit, pour sa part, le terme de solastalgie pour décrire les émotions négatives, la détresse ou la désolation vécues lors de la perte graduelle du réconfort fournit par l'environnement (Weissbecker, 2011). Ce terme est souvent lié au deuil environnemental, qui est décrit comme les sentiments de tristesse et de perte qui accompagnent souvent la prise de conscience de la dégradation de l'environnement (Kelly, 2017).

Cette pléthore de concepts peut être expliquée par le fait qu'il n'existe pas un champ de recherche interdisciplinaire déterminé pour ce sujet, amenant les chercheurs à utiliser, créer et déterminer plusieurs termes pour décrire plusieurs phénomènes similaires. Une autre hypothèse a trait au fait que les réflexions en santé mentale sur les impacts de la crise climatique sont relativement récentes.

Selon nous, les deux concepts qui peuvent regrouper ces différentes définitions sont les suivants : écoanxiété et solastalgie. L'écoanxiété est le concept qui fait référence à la détresse et à l'anxiété générée par la crise climatique et ses répercussions pour le futur (Clayton et al., 2014; Kelly, 2017; Lawton, 2019; Pihkala, 2018; Swim et al., 2011; Weissbecker, 2011), tandis que la solastalgie comprend les émotions de culpabilité, de deuil, de désolation et de détresse engendrés par la perte de milieux naturels et est souvent associée au passé (Kelly, 2017; Pihkala, 2018; Weissbecker, 2011). Ainsi, tandis que l'écoanxiété porte sur le futur, la solastalgie porte plutôt son regard sur le passé, mais toutes deux font montre d'une sensibilité et d'une préoccupation pour l'environnement naturel. Cela dit, dans cet essai, l'écoanxiété fera référence au large éventail d'émotions négatives vécues par les personnes en lien avec la crise climatique actuelle, que ces émotions soient liées à la désolation d'un environnement abimé, à la peur de perdre sa maison, son environnement naturel ou encore à la colère devant la passivité générale de l'humanité à se mettre

en marche pour contrer la crise climatique. En bref, dans cet essai, la notion d'écoanxiété englobe les autres concepts apparentés discutés ici, dont fait notamment partie la solastalgie.

3.3 Profil de la pratique des ergothérapeutes au Canada et rôles des ergothérapeutes auprès des personnes anxieuses

La pratique en ergothérapie peut être analysée et décortiquée de plusieurs façons. Couvrant un large éventail de compétences acquises durant la formation académique et lors de la pratique de la profession, le *Profil de la pratique des ergothérapeutes au Canada* (ACE, 2012) décrit sept rôles clés de la profession d'ergothérapeute (voir le tableau ci-dessous qui présente les définitions tirées du *Profil de la pratique des ergothérapeutes au Canada*).

Tableau 1 — Rôles des ergothérapeutes

Rôle	Définition
Expert en habilitation de l'occupation	Le rôle d'expert en habilitation de l'occupation représente le rôle pivot de l'ergothérapeute, de même que la compétence et l'expertise clé d'un praticien en ergothérapie. À titre d'experts en habilitation de l'occupation, les ergothérapeutes utilisent des processus fondés sur les faits scientifiques qui sont centrés sur l'occupation — notamment les soins personnels, les activités productives et les loisirs — comme moyens d'intervention et comme résultats. Les clients peuvent être des individus, des familles, des groupes, des collectivités, des populations ou des organismes.
Communicateur	La relation praticien-client est fondamentale au rôle de communicateur. La communication comprend divers modes de communication comme la communication orale, écrite, non verbale et électronique.
Collaborateur	En tant que collaborateurs, les ergothérapeutes travaillent de manière efficace afin de favoriser la participation des clients à des occupations, en utilisant et en favorisant des approches fondées sur la prise de décision partagée.
Gestionnaire de la pratique	À titre de gestionnaire de la pratique, les ergothérapeutes gèrent le temps, établissent les priorités et favorisent la gestion efficace de la pratique.
Agent de changement	En tant qu'agent de changement, les ergothérapeutes usent de leur expertise et de leur influence pour promouvoir l'occupation, le rendement occupationnel et la participation occupationnelle.
Praticien érudit	En tant que praticiens érudits, les ergothérapeutes incorporent l'évaluation critique, la réflexion et l'amélioration de la qualité dans leur pratique quotidienne ainsi que l'apprentissage tout au long de la vie. À titre d'éducateurs, les ergothérapeutes facilitent l'apprentissage des clients, des membres d'équipes et d'autres apprenants.
Professionnel	À titre de professionnels, les ergothérapeutes s'engagent à observer un code de déontologie et des normes de conduite personnelle élevées lorsqu'ils s'attachent à faciliter l'occupation.

Concrètement, les rôles des ergothérapeutes en lien avec la clientèle anxieuse sont variés. Au sujet de l'évaluation, l'ergothérapeute peut être appelé à évaluer les capacités fonctionnelles, l'environnement des personnes, les répercussions de symptômes ou d'incapacités sur les occupations, les habitudes de vie, l'autonomie et la sécurité de clients (Ordre des ergothérapeutes du Québec, 2009). Au sujet de l'intervention, l'ergothérapeute peut être appelé en vue du développement, de l'amélioration, de la restauration ou du maintien des capacités nécessaires aux personnes pour l'accomplissement de leurs habitudes de vie et pour leur participation à des activités significatives (Ordre des ergothérapeutes du Québec, 2009). Aussi, l'ergothérapeute peut participer l'autonomisation d'une personne, à sa prise de décision, sa mise en action, à la création d'un équilibre occupationnel, à l'organisation de l'environnement d'une personne, à l'enseignement sur la maladie et ses impacts, tout comme il peut soutenir la famille, les intervenants et les aidants (Ordre des ergothérapeutes du Québec, 2009). Finalement, l'ergothérapeute peut accompagner une personne dans son processus de découverte d'elle-même, s'illustrant parfois par une démarche de validation ou d'invalidation d'un diagnostic.

L'ordre des ergothérapeutes du Québec (OEQ) est convaincu que ses membres doivent faire partie des services de santé mentale (Ordre des ergothérapeutes du Québec, 2009). L'ergothérapeute est formé durant de nombreuses années et acquiert des connaissances ayant trait à la santé physique et mentale. L'ergothérapeute a des capacités d'analyse, d'utilisation et d'adaptation d'activités qui sont approfondies et qui sont utilisées comme évaluation et comme intervention. Comme mentionné par l'OEQ, les ergothérapeutes : « analysent les interactions de l'occupation, de l'environnement et des capacités de l'individu et visent la réduction des incapacités et des situations de handicap, que ce soit par des interventions individuelles, collectives ou populationnelles » (p.2) (Ordre des ergothérapeutes du Québec, 2009). En d'autres mots, les ergothérapeutes participent à l'optimisation d'un mieux-être, à une plus grande adéquation entre les caractéristiques personnelles et celles de l'environnement, et au portrait occupationnel d'un individu, d'un groupe ou d'une population. Tous ces aspects font de l'ergothérapeute un professionnel de choix pour faire partie des équipes qui offrent des soins de santé et des services sociaux aux personnes vivant de l'anxiété, laquelle affecte parfois considérablement leur fonctionnement au quotidien. Par extension, on peut présumer que les ergothérapeutes sont des

acteurs de choix pour accompagner les personnes écoanxieuses. Telle est la vision au fondement de cette recherche.

4. MÉTHODE

Cette section décrit les méthodes utilisées pour mener cette étude. Plus précisément, le devis de recherche, les participants à l'étude, les méthodes d'échantillonnage, de collecte de données et d'analyse de données ainsi que les considérations éthiques y sont décrits.

4.1 Devis de recherche

Puisque l'état des connaissances sur le rôle des ergothérapeutes auprès des personnes vivant de l'écoanxiété est de nos jours limité, un devis de recherche de nature qualitative a été choisi pour cette étude (Fortin & Gagnon, 2016). De plus, les connaissances en ergothérapie reliées spécifiquement à ce sujet étant minimes, voire quasi absentes, un devis d'inspiration phénoménologique de type descriptif a été utilisé. Ce devis est pertinent pour comprendre des phénomènes peu documentés, car il donne la parole aux personnes ayant une expérience intime du phénomène à l'étude et étant conséquemment en mesure de le décrire (Fortin & Gagnon, 2016).

4.2 Échantillonnage

Étant donné que cette recherche s'intéresse aux opinions et expériences d'ergothérapeutes relatives à leurs rôles actualisés ou potentiels avec une clientèle écoanxieuse, des ergothérapeutes étaient recherchés. Un nombre de trois à cinq participants était souhaité étant donné que l'étude se réalise dans le cadre de la maîtrise professionnelle en ergothérapie. Les critères de sélection étaient les suivants : a) être ergothérapeute, b) avoir travaillé ou être intéressé à travailler avec une clientèle vivant de l'écoanxiété, peu importe le milieu de pratique (privé, public, santé mentale ou santé physique, toute clientèle), c) maîtrisé le français et d) être volontaire pour prendre part à l'étude en dehors de ses heures de travail.

Une méthode d'échantillonnage par réseau a été utilisée pour recruter les participants. Deux stratégies de recrutement ont été utilisées. Un courriel a d'abord été envoyé aux membres de la Communauté ergothérapique engagée pour l'équité et l'environnement (C4E). Ce courriel comprenait un résumé de la recherche, son but, ses implications pour les participants ainsi que les informations de l'étudiante-chercheuse pour prendre contact avec elle, advenant un intérêt pour prendre part à la recherche. Avec leur accord, la lettre d'information et le formulaire de

consentement, le questionnaire sociodémographique et le schéma de l'entrevue semi-structurée leur étaient envoyés par courriel aux personnes intéressées, de façon à ce qu'elles puissent en prendre connaissance et prendre une décision libre et éclairée. En surcroît, une affiche résumant les mêmes informations de l'étude a été créée et publiée sur la plateforme Facebook, dans le groupe Ergothérapie Québec. Ce groupe privé regroupe plus de 5800 ergothérapeutes. Le recrutement s'est déroulé de mars 2021 à juin 2021 inclusivement.

4.3 Collecte de données

Deux outils maison de collecte des données ont été utilisés, soit un questionnaire sociodémographique (voir l'Annexe A) et le schéma de l'entrevue semi-dirigée (voir l'Annexe B). Le questionnaire sociodémographique a permis d'obtenir des informations générales sur les participants, lesquelles étaient requises pour décrire l'échantillon. Le schéma de l'entrevue a permis d'apporter des réponses au questionnement à l'origine de l'étude.

Les participants ont été rencontrés individuellement en entrevue par vidéoconférence via la plateforme Zoom. Cette option a permis aux participants de différentes régions du Québec de participer à cette étude du confort de leur domicile. De plus, considérant le contexte pandémique actuel, il est important de limiter les contacts entre les différents individus. Le schéma de l'entrevue semi-dirigée comporterait trois sections, soit une sur l'expérience personnelle de l'ergothérapeute avec l'écoanxiété, une sur les rôles actualisés et potentiels de l'ergothérapeute dans la gestion de l'écoanxiété et une dernière sur les interventions possibles en ergothérapie en lien avec l'écoanxiété. L'entrevue était constituée de questions ouvertes afin que les ergothérapeutes puissent librement partager leurs perceptions des rôles actualisés ou potentiels de l'ergothérapeute en lien avec l'écoanxiété. Les entrevues ont été enregistrées sur une bande vidéo et duraient de 30 à 60 minutes.

4.4 Analyse de données

Les entrevues ont été transcrites intégralement sous forme de verbatim à des fins d'analyse des données, suivant les principes de l'analyse qualitative proposée par Fortin et Gagnon (Fortin & Gagnon, 2016). Plus précisément, les cinq étapes de Giorgi (1997) ont été réalisées, soit : 1.

collecte des données ; 2. lecture répétée des données ; 3. création graduelle des unités de sens ; 4. organisation et formulation des données dans le langage disciplinaire ; et 5. synthèse des résultats. Cette méthode d'analyse du discours a permis de faire ressortir le sens que les ergothérapeutes attribuent au phénomène à l'étude. Après plusieurs lectures, des unités de signification ont émergé de l'analyse des verbatim, lesquelles ont été organisées et énoncées dans le langage disciplinaire. Tout au long du processus d'analyse, les préconceptions, les valeurs, les préjugés et les connaissances relatives au phénomène étudié de l'étudiante-chercheuse ont été mis entre parenthèses, de façon à laisser toute la place aux discours des professionnels, comme le requiert le devis phénoménologique descriptif.

4.5 Considérations éthiques

Cette recherche a été approuvée par le comité d'éthique de la recherche avec les êtres humains de l'UQTR. Le consentement libre, éclairé et continu des participants a été assuré en leur fournissant un document détaillé expliquant l'étude et son déroulement. Un formulaire de consentement a été signé par chacun des participants. Les participants pouvaient retirer leur consentement à tout moment. Un deuxième consentement, verbal cette fois, a été obtenu au début de l'entrevue, pour assurer la bonne compréhension des participants. Pour assurer la confidentialité des participants, tous les documents contenant des informations personnelles étaient protégés par un mot de passe et gardés dans un ordinateur aussi protégé par un mot de passe. Les enregistrements vidéo ont été effacés dès la transcription des données. De ce fait, les verbatim et tous les documents relatifs aux entrevues ont été rendus anonymes en retirant les noms des participants ainsi que toutes informations relatives à l'identification de ceux-ci (âge, milieu de travail, etc.).

5. RÉSULTATS

Cette section de l'essai présente une synthèse des résultats de l'étude. En premier lieu, les caractéristiques sociodémographiques des participantes² sont présentées. En second lieu, les résultats de l'étude sont décrits.

5.1 Description des participantes

Toutes les participantes à cette étude (n=3) s'identifient comme des femmes, sont citoyennes canadiennes et ont un diplôme terminal en ergothérapie issue d'une université québécoise. Au moment de la collecte des données, les participantes avaient en moyenne 34 ans et avaient 10 ans d'expérience professionnelle en tant qu'ergothérapeute. Elles travaillent dans trois régions administratives du Québec différentes, soit : l'Abitibi-Témiscamingue, le bas Saint-Laurent et la Montérégie. Deux participantes occupent un poste de clinicienne, tandis qu'une participante ne travaille pas en tant qu'ergothérapeute. Le dernier mandat en ergothérapie de cette dernière remonte à quelques années. L'expérience des participantes est variée, de la clinique privée au CLSC et au centre de réadaptation. Toutes les participantes rapportent avoir déjà travaillé dans le milieu public. Les clientèles avec lesquelles les participantes travaillent ou ont travaillé sont aussi très variées (pédiatrie, adultes, personnes âgées) et sont en lien avec des programmes de santé physique ou cognitive. Aucune participante n'a d'expérience avec une clientèle en santé mentale. Toutes les participantes ont un intérêt pour l'écoanxiété ou pour la cause environnementale. Enfin, leur motivation pour participer à l'étude est issue d'expériences ou de valeurs personnelles.

5.2 Résultats de l'étude

Cette section qui présente les résultats de l'étude comprend six parties, soit : la pertinence et spécificité de l'ergothérapie, la gestion de l'écoanxiété en ergothérapie, l'actualisation de ces rôles, les obstacles à la gestion de l'écoanxiété, les facilitateurs à la gestion de l'écoanxiété ainsi que les pistes de solutions proposées.

² À partir d'ici, les participants sont féminisés, car l'ensemble de ceux-ci s'identifient comme des femmes.

5.2.1 Pertinence et spécificité de l'ergothérapie

Lors des entrevues, toutes les participantes ont soulevé spontanément la pertinence de l'ergothérapie dans la gestion de l'écoanxiété et ont identifié la spécificité de l'approche ergothérapique pour aborder cette forme d'anxiété. Effectivement, l'expertise de l'ergothérapeute dans l'analyse d'activité ainsi que dans l'utilisation de l'occupation comme moyen thérapeutique ont été nommés comme des atouts spécifiques à l'ergothérapie dans la gestion de l'écoanxiété. Une participante témoigne que durant sa carrière, elle a été confrontée à des situations qui étaient hors de sa zone de confort, mais qu'elle pouvait tout de même se fier sur son analyse d'activités pour effectuer les mandats qui lui étaient confiés. Ceci relève de la force de cet outil propre à l'ergothérapie. Cette analyse d'activité pourrait être utilisée lorsque confrontée à une situation nouvelle comme l'écoanxiété. Aussi, les participantes ont discuté de l'importance de la mise en action en ergothérapie dans la gestion de l'écoanxiété : *« Je pense [que l'ergothérapeute est un bon professionnel] justement parce que l'écoanxiété se règle et se gère le mieux dans les actions concrètes. Je trouve que l'ergo et un bon professionnel et je pense qu'il a un bon potentiel »* (participante 2). De plus, la force d'analyse des ergothérapeutes a été soulevée par les participantes :

On est beaucoup dans l'action. Un peu à la jonction entre la dimension affective puis l'aspect plus physique (...). On fait des liens analytiques entre tout; ça donc je pense qu'on pourrait avoir une bonne place à jouer à ce niveau-là (participante 3).

Finalement, l'importance de l'ergothérapie dans la gestion des impacts fonctionnels a été mentionnée : *« [Les ergothérapeutes] ont vraiment une couleur, puis une force en lien avec le fonctionnement : à quel niveau [l'écoanxiété] impacte le fonctionnement au quotidien (...) et les habitudes de vie qui sont atteintes par rapport à ça »* (participante 3).

En bref, toutes les participantes n'avaient aucun doute que l'ergothérapie a une place dans la gestion de l'écoanxiété.

5.2.2 Gestion de l'écoanxiété en ergothérapie

Les participantes discutent de différentes approches, évaluations ou interventions ayant un potentiel dans la gestion de l'écoanxiété en ergothérapie. Ces informations peuvent être classées selon trois rôles différents, soit un rôle de prévention, un rôle dans l'intervention individuelle et

un rôle dans l'intervention de groupe ou communautaire. La figure 1 illustre le continuum des soins et des services possibles dans la gestion de l'écoanxiété.

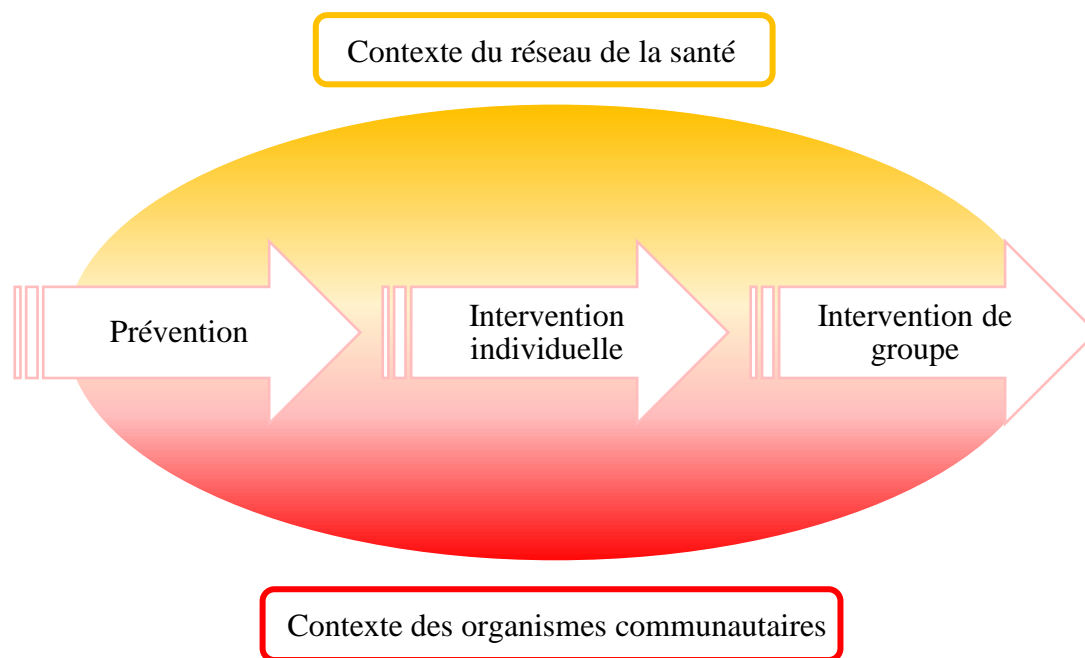


Figure 1. Continuum des soins et des services dans la gestion de l'écoanxiété

5.2.2.1. Rôle préventif

Ce rôle a été discuté par les participantes. Un grand souci a apporté à l'importance d'effectuer de l'enseignement sur l'écoanxiété, c'est-à-dire de donner de l'information aux personnes écoanxieuses leur permettant de comprendre et de gérer leur condition. Une participante partageant son expérience avec un de ses proches vivant de l'écoanxiété mentionne que « *lui donner les outils pour expliquer son point de vue et influencer où rallier les gens à sa cause a aidé* » (participante 3). Les participantes discutent aussi de l'importance de la prévention pour éviter une aggravation de la condition. Selon les participantes, la prévention pourrait être utilisée pour que les individus qui vivent de l'écoanxiété ne se rendent pas à un point où leur fonctionnement est affecté négativement par cette condition.

5.2.2.2. Rôle dans l'intervention individuelle

Lorsque questionnées sur les approches qui pourraient être utilisées en ergothérapie dans la gestion de l'écoanxiété, les participantes ont ressorti l'importance de la mise en action des personnes souffrant de cette condition : « *Les gens qui ont besoin de prendre contrôle, les aider à s'activer dans les occupations qui font du sens selon leur valeur environnementale [et] d'avoir des options d'engagement de pouvoir par le biais de la thérapie faire des actions significatives* » (participante 2). Cette mise en action peut se faire soit dans des occupations écologiques ou dans des occupations significatives : « *Toutes les choses que la personne peut faire, soit du jardinage, aller planter des arbres ou faire une mobilisation, un regroupement. Peu importe, tant qu'il y a un impact dans ce sens-là* » (participante 2). Effectivement, toutes les participantes ont discuté de la remise en action plusieurs fois lors des entrevues. Par exemple, la première participante explique « *[qu']en s'appliquant [sur] des actions concrètes, ça les aide à la mieux gérer [l'écoanxiété]* ». La deuxième participante mentionne que « *l'écoanxiété se règle et se gère le mieux dans les actions concrètes* ». La troisième participante ajoute ceci : « *Je trouve ça intéressant que l'ergo, [un professionnel qui] est beaucoup dans l'activité significative soit impliqué. Je trouve que c'est d'être dans l'action (...) qui a bien fonctionné avec [mon proche]* ».

D'autres pistes d'interventions potentielles ont été soulevées par les participantes. D'un côté, des stratégies en lien avec la diminution ou la minimisation des symptômes d'écoanxiété ont été discutées. Par exemple, la valorisation du moment présent, l'utilisation de la pleine conscience ainsi que de techniques de respiration ont été nommées par les participantes. De plus, il a été mentionné que l'ergothérapeute pourrait aider les personnes souffrant d'écoanxiété, en leur faisant comprendre la source de leurs symptômes et de leur anxiété, en validant leurs émotions et en travaillant les pensées catastrophiques ou dysfonctionnelles, de la même manière que dans la gestion de l'anxiété. De plus, toutes ces techniques pourraient être incluses dans la création d'un horaire occupationnel et intégrées à la routine quotidienne.

5.2.2.3. Rôle dans l'intervention de groupe

Les participantes ont nommé le groupe comme moyen d'offrir du soutien aux personnes vivant de l'écoanxiété :

Avoir la possibilité de faire des groupes aussi. Le soutien par les pairs, ça peut être vraiment riche dans ce genre de situation là, ça permet aux gens qui se sentent un peu incompris de se sentir plus compris au travers de leur groupe (participante 2).

Les participantes ont discuté de l'importance de briser l'isolement et de valider les émotions des personnes, autant dans une perspective d'intervention individuelle et de groupe. De plus, les participantes font référence à plusieurs types de groupe de soutien. Le groupe traditionnel, incluant des rencontres avec un professionnel et d'autres participants, ainsi que le groupe sur les réseaux sociaux. Effectivement, le rôle des réseaux sociaux comme facilitateur a été discuté : « avoir une communauté à laquelle te rattacher en tant qu'écoanxieux (...) un groupe écoanxieux ou tu peux discuter des anxiétés, mais aussi du positif qui permet de sortir la tête de l'eau de temps en temps » (participante 2).

5.2.2.4. Rôle dans l'intervention communautaire

Par la suite, l'implication dans la communauté a été discutée de plusieurs façons. Premièrement, la mise en action dans des organismes communautaires environnementaux a été discutée à plusieurs reprises comme une solution à l'inaction ou au manque de sentiment de contrôle vécu par les individus souffrant d'écoanxiété. De plus, la sensibilisation et l'implication de son voisinage ou de sa communauté dans les activités organisées par ces organismes pourraient être un moyen encore plus fort pour reprendre du pouvoir et du contrôle sur la situation. Deuxièmement, l'implication dans des écoles primaires et secondaires a été discutée. Effectivement, les participantes ont rapporté que les ergothérapeutes travaillant en milieu scolaire peuvent faire des groupes de jardinage ou des groupes de sensibilisation aux enjeux environnementaux. De plus, de l'intervention pourrait être faite directement à l'école si les élèves vivent de l'écoanxiété.

5.2.3. Actualisation de ces rôles

Présentement, aucune des participantes n'effectue un des rôles présentés précédemment. Elles n'interviennent toutes pas dans des milieux en santé mentale ou dans des milieux propices à l'intervention en écoanxiété. Effectivement, l'une d'entre elles est au privé en santé physique, l'autre est à l'enfance en santé physique et la dernière n'exerce actuellement pas des fonctions

d'ergothérapeute. Les participantes expliquent qu'elles n'ont jamais rencontré de cas d'écoanxiété dans le cadre de leur vie professionnelle.

5.2.4. Obstacles et facilitateurs à la gestion de l'écoanxiété

Les participantes ont été appelées à discuter plus en profondeur de l'actualisation des rôles de l'ergothérapeute dans la gestion de l'écoanxiété. Les participantes ont précisé ne pas actualiser ces rôles présentement. Lors de ces discussions, les obstacles et les facilitateurs à l'actualisation de ces rôles ont été discutés, en plus de pistes de solution pour faciliter l'inclusion de ces nouveaux rôles dans la pratique en ergothérapie.

Lorsque questionnées sur les obstacles et les facilitateurs à l'actualisation des rôles potentiels de l'ergothérapeute dans la gestion de l'écoanxiété, les participantes ont identifié plusieurs facteurs qui nuisent ou soutiennent l'actualisation de ces nouveaux rôles, tel que l'illustre la figure 2 et tel qu'expliqué ci-dessous.

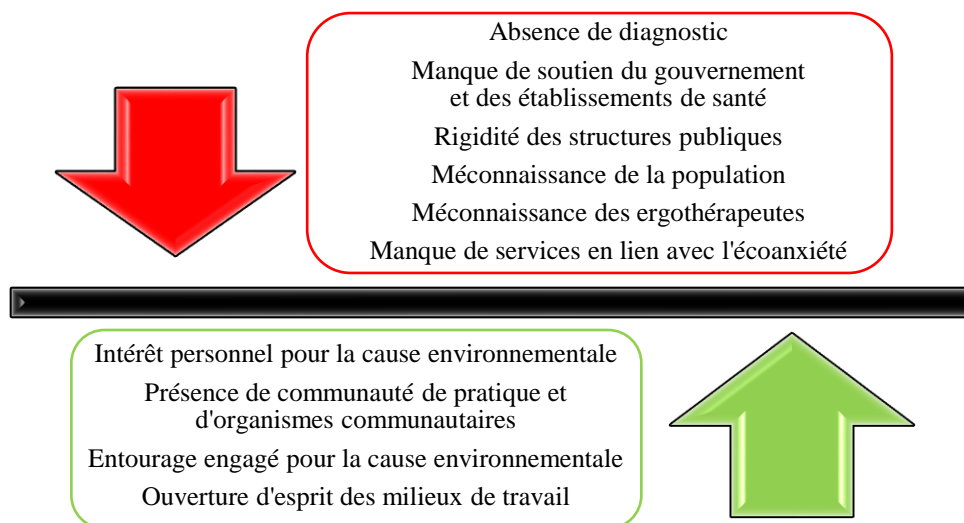


Figure 2. Obstacles et facilitateurs à l'actualisation des rôles potentiels des ergothérapeutes dans la gestion de l'écoanxiété

5.2.3.1. Obstacles

Selon les participantes, l'absence de diagnostic est un obstacle à l'actualisation des rôles de l'ergothérapeute dans la gestion de l'écoanxiété. Effectivement, dans notre système de santé, le

diagnostic est un élément important pour avoir accès aux soins de santé et aux services sociaux. Des enjeux sont soulevés par les participantes en lien avec le diagnostic de l'écoanxiété : « *Premièrement, est-ce que pour eux [l'écoanxiété] c'est un diagnostic et, deuxièmement, est-ce que c'est possible [d'avoir des soins et des services] sans un tel diagnostic?* » (participante 1). Les inquiétudes des participantes face à ce sujet reflètent l'importance du diagnostic dans le système de santé et les injustices qui sont souvent en lien avec l'absence d'un tel diagnostic.

Lorsque questionnées sur les autres obstacles potentiels à la gestion de l'écoanxiété, les participantes discutent de l'impact du manque de soutien et d'actions concrètes prises par les instances gouvernementales en lien avec ce problème contemporain. Une participante discute de l'impact de l'inaction des gouvernements en lien avec la crise climatique sur la jeune population :

Ils ont une réelle crainte parce qu'il y a réellement un problème qui n'est pas pris en charge par les instances gouvernementales (...). Ça n'a pas de sens, ces jeunes-là se sentent abandonnés, puis de mon point de vue personnel ils sont abandonnés (participante 2).

Du côté des établissements de la santé, les participantes doutent aussi de leur implication :

Mais là après, on ne peut pas dire que nos établissements de santé ils sont les modèles numéro un au niveau de la gestion de la lutte contre les changements climatiques. Nous on a un comité vert dont je fais partie, mais nous n'avons eu aucune rencontre à date (participante 1).

Ces failles sont des obstacles au changement selon les participantes, qui trouvent que les structures publiques sont souvent très rigides et encadrantes ainsi que peu engagées dans la lutte contre les changements climatiques.

Par la suite, le thème de la méconnaissance eu égard à l'écoanxiété a été discuté par toutes les participantes de plusieurs façons. D'une part, la méconnaissance de la population générale a été soulevée comme un obstacle à la gestion de cette condition. Effectivement, puisque la population générale n'est pas très informée sur l'écoanxiété, voire ne connaît pas ou peu son existence, il est possible de se demander si les individus iront réellement chercher des services lorsqu'ils vivront de l'écoanxiété. Comme mentionné par les participantes, vont-ils aller chercher de l'aide pour la gestion de l'écoanxiété? Le cas échéant, vont-ils penser à l'ergothérapie pour

cela ? Il est possible de croire que non. De plus, la banalisation de cette condition par la société et le jugement intergénérationnel mis sur les jeunes, soit de porter un jugement sur les inquiétudes des jeunes face à la crise climatique, donnent du pouvoir à la méconnaissance du public et accentue le cercle vicieux de l'inaction des jeunes écoanxieux :

Je pense aussi qu'il y a la méconnaissance du public, et peut-être, de la banalisation un petit peu de la société de cette condition-là. [J'ai] tendance à dire qu'il y en a qui mettent ça sur le dos de la génération (participante 2).

D'une autre part, la méconnaissance existe aussi au sein de la profession : « *Une ergo qui n'est pas vraiment dans les changements climatiques, je ne pense même pas qu'elle pourrait penser que son client pourrait avoir ça* » (participante 1). Cette méconnaissance a un impact sur l'offre de soins et de services offerte à la population écoanxieuse qui, rappelons-nous, est inexistante présentement en ergothérapie. En effet, les personnes souffrant d'écoanxiété sont laissées à elles-mêmes et ont peu d'options (psychologue, organisme communautaire, littérature et autogestion, etc.) pour les aider. De plus, le rôle de l'ergothérapeute pourrait être plus large qu'uniquement la gestion de l'anxiété : « *Une grande proportion des ergothérapeutes n'ont aucune idée qu'on pourrait avoir un impact et qu'on peut être mobilisé dans les changements climatiques. Il y a quand même beaucoup d'enseignement et de formation à faire* » (participante 1). Cette méconnaissance est donc sur plusieurs niveaux, soit de la connaissance de l'existence de l'écoanxiété aux rôles de l'ergothérapeute dans la lutte contre les changements climatiques. Un autre obstacle mentionné lors des entrevues est la présence de zones grises entre les professionnels :

Disons qu'il y a déjà une offre de service et que c'est déjà quelque chose qui est adressé par le psychologue. [Il faut] aller s'inscrire en complémentarité et de ne pas faire exactement la même chose, prendre la place [des autres thérapeutes] (participante 3).

Cet obstacle pourrait venir freiner l'addition de l'écoanxiété dans l'offre de services en santé mentale en ergothérapie, considérant les batailles déjà combattues tous les jours concernant différents diagnostics de santé mentale.

5.2.3.2. Facilitateurs

Un facilitateur nommé par les participantes est leur intérêt pour la cause environnementale et ses conséquences négatives sur le bien-être des personnes. « *C'est sûr que je pense que pour bien intervenir, il faut peut-être que tu sois bien conscient des enjeux en lien avec l'écoanxiété* » (participante 1). Les résultats dégagent que l'intérêt personnel vient contrer la méconnaissance, puisque les personnes intéressées vont se renseigner par elles-mêmes. Cependant, certains facilitateurs à ce besoin de connaissances au sein des ergothérapeutes sont présents : « *Juste [la Communauté ergothérapique engagée pour l'équité et l'environnement (C4E)], je pense que déjà c'est quelque chose qui prend plus de place, puis les ergos on peut en parler, on peut faire du bouche-à-oreille* » (participante 1). Les résultats suggèrent donc que les ergothérapeutes informés ayant accès à des communautés comme la C4E pourraient sensibiliser d'autres ergothérapeutes aux enjeux environnementaux et faire valoir le rôle de l'ergothérapeute dans la lutte contre les changements climatiques et la gestion de l'écoanxiété. Par la suite, les résultats indiquent aussi qu'avoir un entourage engagé sur le plan environnemental peut faciliter la connaissance de ces enjeux. Effectivement, s'entourer d'influenceurs engagés sur les réseaux sociaux ou avoir des proches ayant la cause environnementale à cœur permettrait d'avoir une meilleure connaissance des enjeux climatiques. De plus, les organismes communautaires ou citoyens peuvent avoir leur place. « *La présence dans ta communauté de regroupements citoyens, ça peut être effectivement un facilitateur* » (participante 2). De plus, le fait d'avoir la possibilité de faire des actions concrètes dans un organisme à proximité du domicile pourrait faciliter la gestion de l'écoanxiété, mais aussi la meilleure connaissance des enjeux écologiques. Finalement, un des facilitateurs les plus importants au niveau de la pratique en ergothérapie est l'ouverture d'esprit des milieux de travail :

Le fait qu'il y a un milieu qui est ouvert comme le privé, souvent tu as plus de latitude pour prendre tes propres décisions, tu peux offrir toi-même les choses au client, ça, je pense que ça peut être un facilitateur (participante 2).

Un milieu qui permettrait aux ergothérapeutes d'avoir une grande latitude dans les services offerts à la clientèle serait un facilitateur très important dans l'actualisation des rôles potentiels des ergothérapeutes dans la gestion de l'écoanxiété.

5.2.4 Pistes de solution

Les participantes ont discuté de plusieurs stratégies pour soutenir l'actualisation des rôles de l'ergothérapeute dans la gestion de l'écoanxiété dans le contexte actuel, tel qu'illustré à la figure 3 et expliqué plus bas.

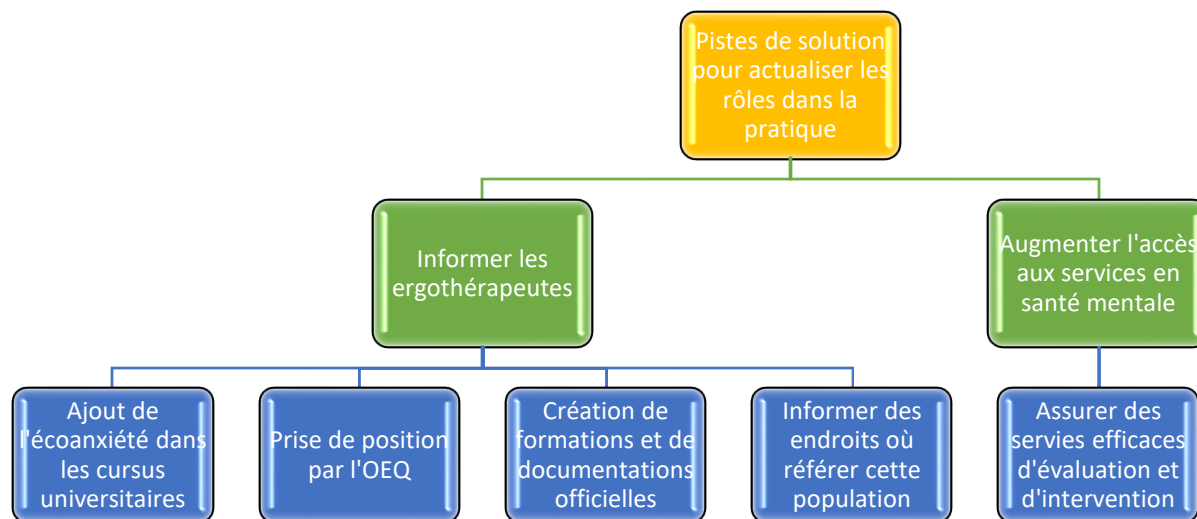


Figure 3. Pistes de solution pour l'actualisation des rôles en ergothérapie

Premièrement, l'importance d'informer les ergothérapeutes est encore une fois abordée par les participantes, cette fois-ci dans une optique d'accès aux soins et aux services : « [D'avoir l'information] pour pouvoir référer les personnes à la bonne place (...). Je pense que d'en parler et de développer tout ça, ça serait pertinent pour pouvoir référer les personnes au bon endroit » (participante 1). De plus, l'information des ergothérapeutes peut passer par différentes voies de communication. D'une part, l'inclusion de l'écoanxiété dans les sujets couverts par les cursus universitaires a été évoquée : « Il y a vraiment une grosse portion du cours [en lien avec] la santé mentale à l'université (...), mais moi quand j'étais à l'école jamais on n'a évoqué le terme écoanxieux » (participante 2). D'autre part, les résultats suggèrent que la création de formations et de documentations officielles pourrait être un moyen utile pour informer les ergothérapeutes. Plusieurs points ont été soulevés concernant le contenu de ces outils : « Si on a plus d'informations

sur (...) l'écoanxiété, mais aussi adaptées (...) pour avoir la spécificité de l'ergothérapie et [la différence avec le] psychologue, [par exemple] d'avoir l'aspect de l'activité dans notre schème de référence qu'on va utiliser, [ce serait vraiment utile] » (participante 3). De plus, l'importance d'une prise de position par l'Ordre des ergothérapeutes du Québec a été mentionnée : « *[C'est intéressant quand] l'ordre professionnel se positionne, fait des petites chroniques ou [publie des articles]. Il pourrait avoir quelque chose sur l'écoanxiété, je trouve que ça clarifierait beaucoup* » (participante 3). Ces résultats mettent donc en lumière le désir des ergothérapeutes d'être informées et d'être soutenues par leur université, leur ordre et leur établissement de santé : « *Avoir un guide pratique via l'école ou via l'ordre professionnel puisque c'est spécifique et nouveau pour être sûr de bien l'adresser correctement dès le début* » (participante 3).

Deuxièmement, les participantes suggèrent qu'il serait nécessaire d'augmenter l'accès aux services de santé mentale. D'une part, assurer que les services déjà en place soient efficaces : « *Faudrait déjà qu'il y aille un service en urgence pour les enfants, c'est long faire des références ça peut prendre jusqu'à un an et demi* » (participante 1). D'autre part, créer des services qui permettent d'avoir des outils d'intervention rapidement : « *de pouvoir avoir accès à des services au public d'intervention non pas seulement d'évaluation* » (participante 2).

6. DISCUSSION

Cette section discute des résultats de l'étude de façon critique. Tout d'abord, un retour aux questions et objectifs de la recherche est effectué et un résumé des résultats est présenté. Par la suite, les résultats sont interprétés via le cadre conceptuel décrit plus haut, puis comparés aux données de la littérature. Finalement, les forces et les limites ainsi que les retombées de l'étude sont précisées.

6.1 Retour aux questions et objectifs de l'étude et résumé des résultats

Les questions à l'origine de cette recherche étaient les suivantes : Quels sont les rôles actualisés et potentiels de l'ergothérapeute dans la gestion de l'écoanxiété ? Quels sont les obstacles et les facilitateurs à l'actualisation de ces rôles ? Il s'ensuit que les objectifs de la recherche étaient d'explorer ces rôles ainsi que les obstacles et les facilitateurs à leur actualisation.

À la suite des entrevues et de l'analyse des données narratives collectées, les résultats pointent vers la pertinence de l'ergothérapie dans la gestion de l'écoanxiété, de même que décrivent des rôles potentiels de l'ergothérapeute entourant la prévention, l'intervention individuelle, de groupe et communautaire de l'écoanxiété. Par la suite, il émerge des résultats que certains enjeux comme la méconnaissance du public et des ergothérapeutes de l'écoanxiété, l'absence de diagnostic précis de cette condition qui pourrait donner accès aux soins de santé et aux services sociaux, la fermeture d'esprit des milieux de travail des ergothérapeutes semblent constituer des obstacles à l'actualisation des rôles potentiels identifiés dans cette étude des ergothérapeutes dans la gestion de l'écoanxiété. A contrario, il se dégage des résultats certains facilitateurs à cette actualisation comme la présence d'un entourage engagé chez l'ergothérapeute, les intérêts personnels de celui-ci, l'autodétermination et l'autogestion des ergothérapeutes dans leur propre pratique ainsi que l'ouverture d'esprit des milieux de travail. Finalement, quelques pistes de solution émergent des résultats pour soutenir l'actualisation de ces rôles: l'inclusion de l'écoanxiété dans le cursus universitaire, la prise de position par l'OEQ, la création de formations et de documentation officielle, la publicisation des endroits où référer la clientèle et l'amélioration de l'accès aux services de santé mentale.

6.2 Interprétation des résultats

Les résultats peuvent être mis en lien avec le *Profil de la pratique des ergothérapeutes du Canada* (Association canadienne des ergothérapeutes, 2012) décrit précédemment à la section dédiée au cadre conceptuel de cette recherche. Une interprétation des résultats révèle que les rôles de l'ergothérapeute dans la gestion de l'écoanxiété ciblent cinq rôles du *Profil*, soit ceux d'expert en habilitation à l'occupation, de collaborateur, d'agent de changement, de praticien érudit ainsi que de professionnel.

6.2.1 Expert en habilitation à l'occupation

Ce rôle est central à la pratique en ergothérapie et est définitivement celui qui ressort le plus dans les résultats de cette étude. En tant qu'expert en habilitation à l'occupation, l'ergothérapeute utilise l'occupation comme modalité d'évaluation, d'intervention et comme résultat (Association canadienne des ergothérapeutes, 2012). Cette étude fait ressortir l'importance de cet aspect dans la gestion de l'écoanxiété selon les participantes. Ce rôle primordial dans la pratique classique des ergothérapeutes serait, à leur avis, le meilleur atout des professionnels qui auront des clients écoanxieux. L'utilisation de l'occupation comme moyen d'intervention, pour motiver les clients paralysés par l'écoanxiété à reprendre des activités qui leur tiennent à cœur, en plus de soutenir leur engagement des actions écologiques qui sont en cohérence avec leurs valeurs environnementales est une facette primordiale de la gestion de cette condition émergente, et ce, à la fois en prévention et en intervention. De plus, considérant que la transition à effectuer pour que les clients soient plus actifs écologiquement est une transition occupationnelle, le rôle d'expert en habilitation prend alors tout son sens. L'analyse d'activité comme outils d'intervention dans des activités écologiques permettra aux ergothérapeutes de comprendre l'essence des activités écologiques désirées ou effectuées et d'intervenir en fonction de leur analyse occupationnelle.

6.2.2 Collaborateur

Les zones grises entre les différents professionnels constituent des obstacles mentionnés par les participantes, ce qui rappelle l'importance de la collaboration entre les professionnels engagés dans le traitement de cette condition. Présentement, l'écoanxiété est documentée principalement en psychologie. Par contre, puisque la condition est émergente et augmente en prévalence, il est possible d'anticiper que de plus en plus de personnes auront besoin de soins de

santé et de services sociaux, et ce, offerts par plusieurs disciplines différentes. Au même titre que l'anxiété, la dépression, la schizophrénie et les autres problématiques de santé mentale qui sont gérées par différents professionnels, il est envisageable qu'il en soit de même pour l'écoanxiété. En tant que collaborateurs, les ergothérapeutes auront à travailler avec leurs collègues pour offrir des services adéquats favorisant la participation et l'équilibre occupationnels de leurs clients. De plus, la collaboration avec le client sera aussi primordiale. Effectivement, puisque cette condition grandira probablement plus rapidement que les options de traitement (Bourque & Cunsolo Willox, 2014), l'analyse de la situation spécifique du client sera primordiale à son rétablissement. L'unicité du client et la participation de celui-ci dans les évaluations, la création des objectifs d'interventions et l'élaboration du plan de traitement seront nécessaires pour assurer un suivi adéquat pour chaque client.

6.2.3 Agent de changement

Il est possible de faire des liens entre la méconnaissance de l'écoanxiété et l'intérêt personnel des participantes. Effectivement, selon les résultats de cette étude, la majorité des individus qui sont au courant de l'existence de l'écoanxiété sont ceux qui s'intéressent à la crise climatique et aux enjeux environnementaux. Ceci est vrai pour la population générale et pour les ergothérapeutes. Il est donc logique de penser que le rôle d'agent de changement sera primordial à l'inclusion de ces nouveaux rôles dans la pratique générale des ergothérapeutes québécois. Les ergothérapeutes engagés pourront être appelés à informer leurs collègues sur l'écoanxiété pour faciliter l'identification de cette condition et accompagner les clients concernés en mettant de l'avant leur engagement et leur participation occupationnels.

6.2.4 Praticien érudit

Puisque l'écoanxiété n'est pas enseignée à l'université et ne fait pas partie du manuel diagnostique et statistique des troubles mentaux (DSM-5) ni des conditions les plus fréquemment rencontrées en ergothérapie, il sera nécessaire aux ergothérapeutes désireux de soutenir les personnes écoanxieuses de faire des recherches pour obtenir de plus amples informations sur le sujet. Ils devront donc consulter la littérature, les journaux et les publications officielles dans les prochaines années pour être au courant des avancées sur ce sujet. Par la suite, les ergothérapeutes informés auront le rôle d'éduquer leurs collègues, leur milieu et leurs clients eu égard à ces

nouvelles données probantes (Association canadienne des ergothérapeutes, 2012). Aussi, la création de formations, d'outils ou de publications officielles a été soulevée par les participantes comme pistes de solution. Cet aspect fait aussi partie du rôle de praticien érudit de l'ergothérapeute. Les ergothérapeutes travaillant avec une clientèle écoanxieuse pourraient donc être amenés à participer à la création de nouvelles documentations, à la création ou la validation d'outils d'intervention ou à des études sur le sujet. Cet aspect pourrait être particulièrement important considérant l'absence de ces types de publications, outils et études dans la littérature ergothérapeutique.

6.2.5 Professionnel

Le rôle de professionnel émerge des résultats par le désir des participants de respecter les valeurs de leurs clients et de leur permettre d'avoir la meilleure qualité de vie selon une justice occupationnelle aux plans individuel et collectif. Effectivement, l'engagement dans la gestion de l'écoanxiété est aligné aux valeurs de l'ergothérapie. Le respect de la personne, de ses valeurs et de son droit de décider pour elle-même ainsi que la promotion et la protection de la qualité de vie et la justice occupationnelle sont des valeurs primordiales de l'ergothérapie (Ordre des ergothérapeutes du Québec, 2021).

6.3 Comparaison des résultats avec la littérature

La méconnaissance de la population et des ergothérapeutes relevée par les participantes peut être mise en lien avec des éléments discutés dans la littérature sur le sujet, qui souligne que la crise climatique est souvent ignorée ou laissée de côté par la population générale (Clayton et al., 2014). De plus, lorsque la crise est abordée, elle est souvent abordée par rapport aux autres pays ou décrit des effets qui ne sont pas locaux (Clayton et al., 2014). Cependant, cette ignorance est de moins en moins présente. Effectivement, l'augmentation de la médiatisation de la crise climatique ainsi que le changement du ton et du contenu narratifs des médias semblent diminuer l'aveuglement de la population générale à l'endroit de ces enjeux (Dockett, 2019; Hebron, 2020; Kelly, 2017). De plus, Dockett (2019) mentionne que lorsque questionnée sur le sujet une grande partie de ses clients répondaient que la crise climatique les inquiétait (Dockett, 2019). Il est donc possible mettre en lien la méconnaissance de la population avec le déni de la situation climatique ou encore avec l'inaction fréquemment causée par l'écoanxiété.

Selon la littérature, les populations à risque de vivre de l'écoanxiété sont les communautés vivant des effets néfastes de la crise climatique, les populations qui dépendent directement de la nature pour survivre, les personnes côtoyant la problématique quotidiennement (travailleurs et étudiants en environnement) ainsi que les jeunes (Bourque & Cunsolo Willox, 2014; Kelly, 2017; Swim et al., 2011). En effet, sur ce dernier élément, la prévalence de l'écoanxiété est plus grande chez les jeunes (Morris, 2020). Ceci rejoint les propos des participantes, qui font un constat similaire, sans que des questions ne leur fussent posées sur ce sujet. Ces participantes étant elles-mêmes de jeunes ergothérapeutes, âgées entre 31 et 36 ans, ce qui peut expliquer la proportion élevée de mentions relatives aux générations plus jeunes. Dans un autre ordre d'idées, puisque les participantes ne sont pas en contact avec des personnes qui vivent les conséquences de la crise climatique ou qui dépendent directement de la nature pour survivre, il est compréhensible qu'elles n'en aient pas discuté de ces aspects abordés dans les écrits lors des entrevues.

Les interventions principales qui se dégagent des résultats sont la mise en action dans des occupations significatives et dans des occupations écologiques, la diminution des symptômes d'anxiété, l'enseignement, la validation des émotions, le sentiment d'appartenance à un groupe, l'utilisation des réseaux sociaux et des organismes communautaires ainsi que la prévention. Plusieurs de ces interventions sont similaires avec des suggestions présentes dans la littérature entourant la gestion de l'écoanxiété. Effectivement, la validation des émotions et l'exploration de celles-ci sont des pistes d'intervention proposées dans les écrits (Dockett, 2019; Kelly, 2017; Koger, 2015). De plus, l'exploration des émotions dans un contexte de contact attentif avec la nature décrit par Koger (2015) peut être mise en lien avec les activités de pleine conscience décrite dans les résultats de cette étude (Koger, 2015). Effectivement, la pleine conscience est une activité qui peut s'effectuer dans la nature et qui peut améliorer le lien avec celle-ci et avec soi-même (Koger, 2015). Les propos des participantes suivant lesquels le lien avec la nature diminue les symptômes d'écoanxiété rejoignent les écrits (références). Aussi, l'importance du groupe a été discutée par plusieurs participantes à l'étude. Le groupe est une méthode d'intervention qui s'est relevée pertinente dans une étude pour valider les émotions, faciliter le partage de solutions ainsi que diminuer le sentiment d'impuissance devant l'ampleur de la crise climatique (Kelly, 2017). En somme, plusieurs éléments discutés par les participantes à l'étude rejoignent ceux des écrits en psychologie sur le sujet. La seule facette qui n'a pas été discutée dans cette étude est l'utilisation

de la thérapie par l'art qui s'est avéré utile pour faciliter l'expression des émotions des clients écoanxieux (Kelly, 2017). Malgré que la thérapie par l'art n'ait pas été discutée par les participantes de cette étude, il est possible de conclure que l'utilisation des groupes de tâche comme modalité de gestion de l'écoanxiété pourrait être une solution. Effectivement, ce moyen combinant l'utilisation de l'art ainsi que le travail manuel est fréquemment utilisé par les ergothérapeutes dans les unités de soins en santé mentale (Radnitz et al., 2019) et permet l'implication et la réactivation des clients dans des occupations significatives. En mettant en lien ce type de groupe et l'importance de la mise en action lors de la gestion de l'écoanxiété, il est possible de conclure que la thérapie par l'art pourrait définitivement être utilisée en ergothérapie avec la clientèle écoanxieuse.

Les ergothérapeutes peuvent être appelés à exercer un rôle de prévention, suivant lequel ils agissent alors en amont, en éduquant certaines populations sans condition de santé ou à risque de développer une telle condition (Ingrid, 2015). Ce rôle demande souvent aux ergothérapeutes d'user de créativité pour mettre de l'avant des stratégies pour modifier les croyances et les coutumes de certaines populations (Ingrid, 2015). Ce rôle a été discuté par les participantes et a été souligné comme un aspect important de la prise en charge de l'écoanxiété aux niveaux individuel et communautaire.

6.4 Force et limites de l'étude

La première force de cette étude est son aspect novateur. Effectivement, l'écoanxiété est un concept qui grandit en intérêt, en popularité et en prévalence. La population écoanxieuse risque de prendre une plus grande place dans l'offre de soins de santé et de services sociaux avec l'avancement de la crise climatique. Cette recherche, pionnière en ergothérapie, pourrait servir de base pour les recherches futures soucieuses d'outiller les ergothérapeutes à mieux intervenir auprès des personnes vivant de l'écoanxiété. Entre-temps, les ergothérapeutes faisant face à un client écoanxieux pourront s'inspirer des résultats de cette étude pour leur suivi, en attendant la publication de directives officielles et de publications scientifiques ou professionnelles pour soutenir leurs interventions. Par la suite, la méthode de collecte de donnée par entrevue semi-structurée a permis aux participantes d'exprimer leurs idées et a favorisé l'expression de leurs opinions (Fortin & Gagnon, 2016). Les participantes étaient questionnées sur leurs expériences,

leur opinions autant aux niveaux professionnel que personnel, ce qui a permis d'obtenir de plus amples informations. Comme mentionné plus haut, l'intérêt personnel de l'ergothérapeute envers la cause écologique est un aspect clé pour la connaissance de cette condition. Les participantes donnaient donc des réponses personnelles aux questions et leur implication personnelle dans cette recherche pouvait se faire ressentir. En effet, les participantes discutaient de leur vécu expérientiel, plutôt que de leur expérience professionnelle. Ce facteur est une force puisque la qualité des informations obtenues lors des entrevues a été teintée par la personnalité et les valeurs de chaque participante, assurant la richesse et l'unicité des résultats. Par la suite, il a été possible de constater que certains thèmes revenaient fréquemment entre les entrevues, sans poser de questions précises sur le sujet. Par exemple, la place de l'occupation dans le traitement a été discutée 18 fois durant les entretiens, et ce, par chaque participante à plusieurs reprises. Les thèmes moins fréquents pouvaient majoritairement être reliés ensemble et combinés pour créer des catégories vraisemblables, malgré le petit nombre de participantes. Les résultats dégagent que l'intérêt personnel vient contrer la méconnaissance, puisque les personnes intéressées vont se renseigner par elles-mêmes. Effectivement, les participantes étaient toutes engagées personnellement dans la cause environnementale. Ceci est une force pour l'étude puisque les participantes étaient très informées sur le sujet, faisant d'elles les meilleures personnes pour explorer le phénomène de l'écoanxiété et son lien avec l'ergothérapie, malgré leur manque d'expériences professionnelles en santé mentale.

Le petit nombre de participantes est une des limites de cette étude. Effectivement, uniquement trois participantes ont répondu à l'appel. De plus, une autre limite de l'étude est l'homogénéité de l'échantillon puisque toutes les participantes avaient des caractéristiques personnelles et sociodémographiques semblables. Effectivement, elles étaient toutes des femmes blanches québécoises dans la trentaine. L'inclusion de participants masculins ou ayant une diversité de perspectives (âge, culture, genre, etc.) aurait définitivement enrichi les résultats, que ce soit en renforçant les résultats obtenus ou en apportant des nuances ou des ajouts. Ensuite, aucune d'entre elles n'avait eu d'expériences professionnelles avec une clientèle écoanxieuse et aucune d'entre elles n'avait de l'expérience spécifiquement dans un milieu en santé mentale. Ceci peut affecter cette étude puisque les résultats sont principalement issus des expériences personnelles des participantes. Avoir des participantes qui ont de l'expérience dans la gestion de

l'anxiété aurait été un atout inestimable pour cette étude. En ce qui concerne l'analyse de données, elle a été effectuée uniquement par l'étudiante-chercheuse. La validation par un autre chercheur aurait donné plus de robustesse aux analyses. De plus, les données et les résultats n'ont pas été validés auprès des ergothérapeutes participantes. Cependant, tout au long des entrevues, l'étudiante-chercheuse a pris soin de valider directement auprès des participantes sa compréhension de leurs propos.

6.5 Retombées potentielles de l'étude

Puisque cette recherche est exploratoire et novatrice, les résultats de cette étude pourront servir de base pour d'autres études, notamment elle pourrait être poursuivie par un autre étudiant dans le cadre d'un prochain projet de maîtrise en ergothérapie. En clinique, les résultats peuvent guider un ergothérapeute intervenant un client écoanxieux. Les résultats de cette étude soulignent que l'ergothérapie a une place dans la gestion de l'écoanxiété. Effectivement, puisque le rôle principal de l'ergothérapie dans la gestion de l'écoanxiété est la mise en action dans des occupations signifiantes ou écologiques, il s'ensuit que l'ergothérapie peut agir comme moteur de motivation dans la lutte contre les changements climatiques. L'ergothérapie pourra faire ressortir le positif de l'écoanxiété et mettre de l'avant les valeurs environnementales de ses clients, favorisant la mise en action de cette population souffrante. Comme mentionné par Kelly (2017), le but de la gestion de l'écoanxiété n'est pas de l'éradiquer, mais bien de la laisser nous guider dans des actions écologiques.

7. CONCLUSION

Cette étude avait comme objectif d'explorer les rôles actualisés et potentiels des ergothérapeutes dans la gestion de l'écoanxiété ainsi que les barrières et facilitateurs à l'actualisation de ces rôles. Il ressort des résultats que les ergothérapeutes ne semblent pas, à l'heure actuelle, contribuer à la gestion de l'écoanxiété des personnes qui vivent avec cette condition, mais pourraient le faire. Les rôles potentiels des ergothérapeutes dans la gestion de cette condition sont liés à cinq rôles professionnels du Profil de la pratique des ergothérapeutes au Canada (ACE, 2012), soit : le rôle d'expert en habilitation à l'occupation, de collaborateur, d'agent de changement, de praticien érudit et de professionnel. Somme toute, les résultats de cette étude rejoignent ceux (encore peu nombreux à ce jour) documentés dans les écrits, et ce, surtout en psychologie, tout en révélant la pertinence et la spécificité de l'approche ergothérapique dans la gestion de l'écoanxiété.

Enfin, cette étude novatrice a permis d'amorcer la discussion sur la place de l'ergothérapeute dans la gestion de l'écoanxiété ainsi que les rôles potentiels de ce dernier pour y parvenir. Tenant compte que certains experts estiment que la prochaine étape à prendre pour lutter contre les changements climatiques est d'effectuer une transition écologique à l'échelle globale (Joubert, 2020) et que cette transition n'aura pas d'autre option que d'être une transition occupationnelle (Frank & Kigunda Muriithi, 2015) – étant donné que les activités humaines sont les principales responsables de la crise climatique (Swim et al., 2011), il importe comme humanité de s'engager dans des occupations restauratrices des environnements naturels et de limiter l'engagement dans des occupations destructrices des écosystèmes. En se projetant dans une transition occupationnelle aux échelles locales et globales, d'aucuns peuvent s'imaginer l'immensité et la pertinence de l'implication de l'ergothérapeute dans une telle tâche (Turcotte & Drolet, 2020). En effet, soutenir le changement des habitudes de milliards d'êtres humains nécessitera de nombreux militants, comprenant des ergothérapeutes informés, d'où l'importance de débiter dès maintenant les réflexions professionnelles sur les rôles potentiels des ergothérapeutes dans la lutte contre les changements climatiques, dont font partie ceux documentés dans cette étude.

RÉFÉRENCES

- Adger, W. N. (2010). Climate Change, Human Well-Being and Insecurity [Article]. *New Political Economy*, 15(2), 275-292. <https://doi.org/10.1080/13563460903290912>
- Albrecht, G. (2019). *Earth Emotions: New Words for a New World* [Article]. Cornell University Press. <https://doi.org/10.1353/aim.2020.0011>
- American Psychiatric Association. (2013). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders DSM-5* (5s ed.). Elsevier Masson.
- Association canadienne des ergothérapeutes. (2012). *Profil de la pratique des ergothérapeutes au Canada* <https://www.caot.ca/document/4720/2012profil.pdf>
- Blashki, G. A., Burke, S., Fritze, J. G., & Wiseman, J. (2008). Hope, despair and transformation: Climate change and the promotion of mental health and wellbeing. *International Journal of Mental Health Systems*, 2. <https://doi.org/10.1186/1752-4458-2-13>
- Bonder, B. (2015). *Psychopathology and function* (5 ed.). SLACK Incorporated.
- Bourque, F., & Cunsolo Willox, A. (2014). Climate change: The next challenge for public mental health? [Article]. *International Review of Psychiatry*, 26(4), 415-422. <https://doi.org/10.3109/09540261.2014.925851>
- Clayton, S., Manning, C. M., & Hodge, C. (2014). *Beyond storms & droughts: The psychological impacts of climate change*. A. P. Association & ecoAmerica. [https://ecoamerica.org/wp-content/uploads/2014/06/eA_Beyond Storms and Droughts Psych Impacts of Climate Change.pdf](https://ecoamerica.org/wp-content/uploads/2014/06/eA_Beyond_Storms_and_Droughts_Psych_Impacts_of_Climate_Change.pdf)
- Clayton, S., Manning, C. M., Krygsman, K., & Speiser, M. (2017). *Mental Health and Our Changing Climate: Impacts, Implications, and Guidance*. A. P. Association & ecoAmerica. <https://www.apa.org/news/press/releases/2017/03/mental-health-climate.pdf>
- Dockett, L. (2019). The Rise of Eco-Anxiety [Article]. *Psychotherapy Networker Magazine*, 43(1), 11-14. <http://biblioproxy.uqtr.ca/login?url=http://search.ebscohost.com/login.aspx?direct=true&db=snh&AN=133866735&site=ehost-live>
- Edwards, S. A. (2008). *Eco-Anxiety : An Intelligente Response*. <http://eco-anxiety.blogspot.com/2008/03/by-sarah-anne-edwards-phd-lcsw-articles.html>
- Fortin, M.-F., & Gagnon, J. (2016). *Fondements et étapes du processus de recherche : méthodes quantitatives et qualitatives* (3 ed.). Montréal : Chenelière éducation.

- Frank, G., & Kigunda Muriithi, B. A. (2015). Theorising social transformation in Occupational Science: The American civil rights movement and South African struggle against apartheid as 'occupational reconstructions'. *South African Journal of Occupational Therapy*, 45(1), 11-20. <https://doi.org/10.17159/2310-3833/2015/v45no1a3>
- Hebron, J. (2020, Spring2020). WHEN DID ECO-ANXIETY BECOME TRENDY? TALKING ABOUT HOW WE TALK ABOUT THE CLIMATE CRISIS IN POP CULTURE [Article]. *Use of English*, 71(2), 91-96. <http://biblioproxy.uqtr.ca/login?url=http://search.ebscohost.com/login.aspx?direct=true&db=eue&AN=142965299&site=ehost-live>
- Ingrid, S. (2015). *International Handbook of Occupational Therapy Interventions* (Vol. Second edition) [Book]. Springer. <http://biblioproxy.uqtr.ca/login?url=http://search.ebscohost.com/login.aspx?direct=true&db=nlebk&AN=916139&site=ehost-live>
- IPCC. (2021). *Climate Change 2021: The Physical Science Basis. Contribution of Working Group I to the Sixth Assessment Report of the Intergovernmental Panel on Climate Change* (Air Quality & Climate Change, Issue. <http://biblioproxy.uqtr.ca/login?url=https://search.ebscohost.com/login.aspx?direct=true&db=a9h&AN=153197068&site=ehost-live>
- Joubert, R. W. E. (2020). Occupational catastrophe! The digital revolution, global warming, unrest and pandemics: are we prepared? *South African Journal of Occupational Therapy*, 50(2), 77-83. <https://doi.org/10.17159/2310-3833/2020/vol50no2a10>
- Kelly, A. (2017). *Eco-Anxiety at University: Student Experiences and Academic Perspectives on Cultivating Healthy Emotional Responses to the Climate Crisis* [Thèse de doctorat, The University of Colorado at Boulder]. Australia, Melbourne. https://digitalcollections.sit.edu/isp_collection/2642/
- Kielhofner., G. (2008). *Model of human occupation: theory and application* (4th ed.). Lippincott Williams & Wilkins.
- Koger, S. M. (2015). A burgeoning ecopsychological recovery movement. *Ecopsychology*, 7(4), 245-250. <https://doi.org/10.1089/eco.2015.0021>
- Lawton, G. (2019). I have eco-anxiety but that's normal [Article]. *New Scientist*, 244(3251), 22-22. [https://doi.org/10.1016/s0262-4079\(19\)31914-1](https://doi.org/10.1016/s0262-4079(19)31914-1)
- Morris, A. (2020). CHILDREN OF THE CRISIS [Article]. *Rolling Stone*(1338), 44-96. <http://biblioproxy.uqtr.ca/login?url=http://search.ebscohost.com/login.aspx?direct=true&db=a9h&AN=142445225&site=ehost-live>

- Nelson, E. J., Kareiva, P., Ruckelshaus, M., Arkema, K., Geller, G., Girvetz, E., Goodrich, D., Matzek, V., Pinsky, M., Reid, W., Saunders, M., Semmens, D., & Tallis, H. (2013). Climate change's impact on key ecosystem services and the human well-being they support in the US [Article]. *Frontiers in Ecology & the Environment*, 11(9), 483-493. <https://doi.org/10.1890/120312>
- Ordre des ergothérapeutes du Québec. (2009). *L'ERGOTHÉRAPEUTE AU SEIN DES SERVICES DE SANTÉ MENTALE EN PREMIÈRE LIGNE* <https://www.oeq.org/DATA/MEMOIRE/14~v~l-ergotherapeute-au-sein-des-services-de-sante-mentale-en-premiere-ligne-sommaire.pdf>
- Ordre des ergothérapeutes du Québec. (2020). *Rapport annuel 2019-2020* <https://www.oeq.org/DATA/RAPPORTANNUEL/19~v~2019-2020.pdf>
- Ordre des ergothérapeutes du Québec. (2021). *Qu'est-ce que l'ergothérapie?* <https://www.oeq.org/m-informer/qu-est-ce-que-l-ergotherapie.html>
- Pihkala, P. (2018). ECO-ANXIETY, TRAGEDY, AND HOPE: PSYCHOLOGICAL AND SPIRITUAL DIMENSIONS OF CLIMATE CHANGE [Article]. *Zygon: Journal of Religion & Science*, 53(2), 545-569. <https://doi.org/10.1111/zygo.12407>
- Radnitz, A., Christopher, C., & Gurayah, T. (2019). Occupational therapy groups as a vehicle to address interpersonal relationship problems: mental health care users' perceptions. *South African Journal of Occupational Therapy*, 49(2), 4-10. <https://doi.org/10.17159/2310-3833/2019/vol49n2a2>
- Steel, Z. (2014). The global prevalence of common mental disorders: a systematic review and meta-analysis 1980-2013. *International Journal of Epidemiology*, 43(2), 476-493.
- Swim, J. K., Stern, P. C., Doherty, T. J., Clayton, S., Reser, J. P., Weber, E. U., Gifford, R., & Howard, G. S. (2011). Psychology's contributions to understanding and addressing global climate change. *American Psychologist*, 66(4), 241-250. <https://doi.org/10.1037/a0023220> (Psychology and Global Climate Change)
- Turcotte, P.-L., & Drolet, M.-J. (2020). Les ergothérapeutes doivent déclarer l'urgence climatique / Occupational Therapists Must Declare the Climate Emergency. *Canadian Journal of Occupational Therapy*, 87(3), 169-172. <https://doi.org/10.1177/0008417420919557>
- Weissbecker, I. (2011). *Climate change and human well-being: Global challenges and opportunities*. Springer Science + Business Media. <https://doi.org/10.1007/978-1-4419-9742-5>

World Health Organisation. (2019). *Ten threats to global health in 2019*.
<https://www.who.int/news-room/spotlight/ten-threats-to-global-health-in-2019>

ANNEXE A
QUESTIONNAIRE SOCIODÉMOGRAPHIQUE



Le but de ce questionnaire est de recueillir des informations sur vous. Vous n'êtes pas obligé de répondre à toutes les questions. Aussi, soyez assuré que ces informations demeureront strictement confidentielles.

A) Caractéristiques personnelles

1. Quel est votre âge? _____
2. Quel est votre genre (femme, homme ou autre)? _____
3. Dans quel pays êtes-vous né(e)? _____
4. Appartenez-vous à une minorité culturelle? Si oui, laquelle ou lesquelles? Spécifiez.

B) Formation universitaire

5. De quelle université avez-vous obtenu le diplôme menant à l'exercice de l'ergothérapie?

6. Quel est votre plus haut degré de scolarité complété? Cochez la case appropriée.

Une seule réponse possible.

- Baccalauréat
 Maîtrise
 Doctorat
 Post-Doctorat
 Autre, spécifiez : _____

C) Expérience d'ergothérapeute

7. Quel est votre principal titre d'emploi? Cochez la case appropriée.

Une seule réponse possible.

- Clinicien

- Coordonnateur clinique
- Chef d'équipe
- Gestionnaire
- Agent de planification de programme et de recherche
- Conseiller

Autre, spécifiez : _____

8. Dans quelle région administrative du Québec travaillez-vous la plupart du temps?

9. Dans quel type d'établissement travaillez-vous la majeure partie de votre temps à titre d'ergothérapeute?

10. La clientèle auprès de laquelle vous intervenez la plupart du temps se situe dans quel groupe d'âge? Cochez la case appropriée. *Une seule réponse possible.*

- Enfants (0-13 ans)
- Adolescents (14-17 ans)
- Adultes (18-64 ans)
- Personnes âgées (65 ans et plus)

11. Quelle est la problématique prédominante de la clientèle auprès de laquelle vous intervenez la plupart du temps? Cochez la case appropriée. *Une seule réponse possible.*

- Santé physique
- Santé mentale
- Santé sociale (itinérance, délinquance, etc.)
- Santé cognitive (DI, TSA/TED, démence, etc.)
- Autre, spécifiez : _____

12. Quel modèle conceptuel utilisez-vous la plupart du temps? Nommez un seul modèle conceptuel, soit celui qui domine votre pratique de l'ergothérapie. Si vous n'utilisez aucun modèle conceptuel, spécifiez-le :

13. Depuis combien d'années pratiquez-vous l'ergothérapie? _____

Merci beaucoup d'avoir rempli ce questionnaire!
Merci aussi de l'envoyer par courriel à l'assistant de recherche qui vous a contacté.

ANNEXE B SCHÉMA D'ENTREVUE

SCHÉMA DE L'ENTREVUE SEMI-DIRIGÉE

Merci d'avoir accepté de participer à cette recherche sur les rôles de l'ergothérapeute en lien avec la clientèle écoanxieuse. Votre contribution à l'avancement des connaissances dans ce domaine peu exploré par les chercheurs est grandement appréciée. Je vous rappelle que toute information divulguée ici restera confidentielle et ne sera utilisée que pour ce projet de recherche.

Si vous êtes d'accord, je vais débiter l'enregistrement audio numérique de l'entrevue.

RÉCHAUFFEMENT

Nous avons bien reçu le questionnaire sociodémographique que vous avez rempli, merci beaucoup. Nous allons l'examiner plus en profondeur éventuellement. Pour débiter cette entrevue, nous aimerions connaître votre perception de votre pratique de l'ergothérapie.

A. Pouvez-vous, s.v.p., me décrire brièvement votre pratique de l'ergothérapie depuis la fin de vos études?

B. Depuis combien de temps travaillez-vous comme ergothérapeute dans votre milieu actuel?

C. Quelle est votre appréciation générale de votre pratique ?

D. Pourquoi avez-vous opté pour ce type de pratique?

PARTIE 1 : EXPÉRIENCE EN LIEN AVEC L'ÉCO-ANXIÉTÉ

1. Êtes-vous familière avec l'écoanxiété?

a. Si oui, quelle est votre définition de ce concept?

b. Si non, dans la littérature l'écoanxiété est utilisé pour décrire l'anxiété issue de la crise climatique. Selon l'American Psychiatric Association (APA), l'écoanxiété est une peur chronique de la catastrophe écologique, généralement fondée sur un sentiment d'impuissance face aux changements environnementaux ou climatiques (Clayton et al., 2017).

2. Avez-vous déjà consulté la littérature ou les bases de données pour vous renseigner au sujet de l'écoanxiété?

a. Si oui, pourriez-vous me préciser, s.v.p., ce que vous en avez retenu?

b. Si non, pourquoi?

3. Avez-vous déjà eu des patients présentant de l'écoanxiété?

a. Si oui, quelles modalités d'évaluation, d'intervention et quelles approches avez-vous alors utilisées?

b. Si non, pourquoi d'après vous?

PARTIE 2 : LA PRATIQUE EN ERGOTHÉRAPIE

4. Selon vous, en quoi s'apparente l'écoanxiété des autres types d'anxiété, le cas échéant?

5. Qu'est-ce qui distingue, selon vous, l'écoanxiété des autres types d'anxiété, le cas échéant?

6. Selon vous, quelles seraient les meilleures approches, modalités d'évaluation ou d'intervention à utiliser avec la clientèle écoanxieuse? Pourquoi?

7. Selon vous, est-ce que les ergothérapeutes sont suffisamment outillés pour aider les individus vivant de l'écoanxiété? Si oui ou sinon, pourquoi?

PARTIE 3 : RÔLES EN ERGOTHÉRAPIE

8. Selon vous, quels sont les rôles actualisés ou potentiels des ergothérapeutes en lien avec une clientèle écoanxieuse?

9. Est-ce que ces rôles sont actualisés ou actualisables dans votre milieu? Pourquoi?

10. Quelles sont les barrières à l'actualisation de ces rôles dans votre milieu ?

11. Quels sont les facilitateurs à l'actualisation de ces rôles dans votre milieu?

12. Dans un monde idéal, qu'est-ce qui devrait être fait en ergothérapie pour soutenir les personnes qui vivent de l'écoanxiété?

13. Qu'est-ce qui pourrait actuellement être mis en place pour aider les ergothérapeutes avec la clientèle écoanxieuse?

14. Selon vous, quelle est l'utilité d'aborder le sujet de l'écoanxiété en ergothérapie?

15. Y a-t-il d'autres choses que vous aimeriez ajouter au sujet de la pratique de l'ergothérapie en lien avec l'écoanxiété?

16. Souhaitez-vous être informé des résultats de l'étude? Si oui, merci d'inscrire ici votre adresse courriel :

Merci énormément pour votre temps. Merci d'avoir partagé vos perceptions des rôles de l'ergothérapeute en lien avec l'écoanxiété.

Merci de remplir le questionnaire sociodémographique, si cela n'a pas été fait, et de me le retourner par courriel avec le formulaire de consentement signé