

FEPA06DM Psychologie sociale de la performance

Mention (cochez la mention et le parcours concerné)

| | | | | | |
|------|-------------|--------------|--------------|----|------|
| APAS | IEAP BTI | IEAP IEMH | IEAP FHIE | MS | EOPS |
| | | | | | x |

Semestre d'étude (cochez le semestre relatif à l'enseignement)

| Master APAS | | | | Master MS | | | | Master EOPS | | | | Master IEAP | | Master IEAP | | | | | |
|-------------|----|----|----|-----------|----|----|----|-------------|----|----|----|-------------|----|-------------|----|----|----|----|----|
| S1 | S2 | S3 | S4 | S1 | S2 | S3 | S4 | S1 | S2 | S3 | S4 | S1 | S2 | S3 | S4 | S1 | S2 | S3 | S4 |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | x | | | | | | | | | | | |

Nature et volume du cours (renseignez le nombre d'heures ou de semaines de stage relatifs à l'enseignement)

| Cours magistral (CM) | Travaux dirigés (TD) | Pédagogie Active | Travail Personnel Etudiant | Stage |
|----------------------|----------------------|------------------|----------------------------|----------|
| 12 h | h | h | h | semaines |

Objectifs de l'enseignement (précisez en quelques lignes les notions abordées, les connaissances et/ou compétences visées par l'enseignement)

Ce cours vise à analyser les traits de personnalité associés à la performance sportive, à comprendre leurs mécanismes d'influence, et à réfléchir à comment optimiser les consignes et les attitudes de l'entraîner au regard des traits de personnalité de l'athlète. Il s'agit également de connaître et de savoir utiliser les outils de mesure (questionnaire) de la personnalité. Enfin, . Il s'agit d'en maîtriser les définitions, les symptomatologies, l'étiologie, l'épidémiologie, les comorbidités, et les traitements (parmi lesquels l'activité physique). Le recours à la littérature scientifique internationale est de rigueur pour identifier les conditions par lesquelles l'activité physique constitue une aide thérapeutique majeure pour le traitement de ces deux psychopathologies.

Ce cours alterne des parties transmissives sous forme de cours magistral, et des « approches par problèmes » durant lesquelles les étudiants doivent effectuer des recherches bibliographiques ou institutionnelles, afin de proposer des solutions thérapeutiques à partir de l'activité physique. Il s'agit enfin de comprendre le cas particulier de l'addiction au sport (dépendance à l'exercice), ses critères diagnostiques, et savoir la mesurer.

Mots-clés

Big-five ; méticulosité ; extraversion ; névrosisme ; persévérance ; stress ; anxiété ; questionnaires ; dépendance à l'exercice ; bigorexie

Compétences à acquérir

- Identifier les traits de personnalité qui favorisent la performance, et savoir expliquer leurs mécanismes d'influence
- Identifier les études scientifiques offrant des illustrations du lien entre personnalité et comportements sportifs au sens large (incluant la performance)
- Optimiser les consignes et les attitudes au regard des traits de personnalité de l'athlète
- Mesurer les traits de personnalité
- Expliquer l'origine et les symptômes de certains états émotionnels (e.g., l'état émotionnel d'anxiété, l'état de stress) ou de certaines orientations régulatrices (e.g., promotion/prévention), et connaître leurs effets sur la performance. Savoir mesurer ces états.
- Comprendre le cas particulier de l'addiction au sport, en lien avec les traits de personnalité et les émotions traités précédemment, et savoir la mesurer

Modalités d'évaluations envisagées (CC + SAE) :

Ecrit 1h + SAE orale

Bibliographie indicative :

Arango-Lievano, M., et Kaplitt, M.G. (2015). Comorbidité entre la dépression et l'addiction-Vers une cible moléculaire commune? *Médecine/sciences - medecinesciences.org*

Noetel M, Sanders T, Gallardo-Gómez D, Taylor P, Del Pozo Cruz B, van den Hoek D, Smith JJ, Mahoney J, Spathis J, Moresi M, Pagano R, Pagano L, Vasconcellos R, Arnott H, Varley B, Parker P, Biddle S, Lonsdale C. (2024). Effect of exercise for depression: systematic review and network meta-analysis of randomised controlled trials. *BMJ*, 14;384:e075847. doi: 10.1136/bmj-2023-075847.

Gunillasdotter V, Andréasson S, Hallgren M, Jirwe M. (2022). Exercise as treatment for alcohol use disorder: A qualitative study. *Drug Alcohol Rev.* Nov;41(7):1642-1652. doi: 10.1111/dar.13527