

## DIPLÔME NATIONAL DE DOCTORAT

(Arrêté du 25 mai 2016)

Date de la soutenance : **04 avril 2025**

Nom de famille et prénom de l'auteur. e : **Madame Maëlle BRACCO**

Titre de la thèse : **Processus émotionnels et attentionnels en contexte sportif: implications théoriques, méthodologiques et pratiques illustrées en escrime**

### Résumé



Ce travail doctoral avait pour but d'étudier conjointement les aspects émotionnels et attentionnels de situations sportives à forte pression temporelle. De par sa nature et sa logique interne (i.e., un sport d'opposition intermittent), l'escrime a été choisi comme discipline support. A l'issue de la revue de littérature, deux axes de recherche ont été déterminés. Le premier axe consistait en la caractérisation et l'exploration des liens entre focalisation attentionnelle et processus émotionnels chez des athlètes de haut niveau. Des analyses qualitatives ont été mobilisées en ce sens. Cet axe comprenait deux études, menées sur des épéistes et fleurettistes élités respectivement. L'étude 1 a permis de caractériser les points d'attention et les stratégies de coping employés en match. Les athlètes portaient principalement leur attention sur les indices (sur l'adversaire et sur soi) ainsi que de sur leurs stratégies et tactiques. Ils employaient majoritairement des stratégies de coping orientées sur la tâche. Les analyses de chi<sup>2</sup> ont révélé que les focus sur les caractéristiques spatio-temporelles de la situation étaient associés à un plus grand nombre de touches marquées. L'étude 2 a précisé les interactions temporelles entre émotion, stratégie de coping et focalisation attentionnelle au cours du match. L'analyse a permis de dégager une combinaison de stratégies efficace pour la focalisation sur le match, et d'étudier les perturbations attentionnelles liées à la colère prolongée et aux ruminations. Le second axe de recherche visait à développer les compétences émotionnelles de jeunes sportifs en centre d'entraînement intensif. Une méthodologie quantitative longitudinale a été employée au cours de l'étude 3. L'analyse a permis d'évaluer l'effet d'une intervention sur l'intelligence émotionnelle (IE) et les variables du processus émotionnel des tireurs(euses) au cours d'une saison. Le programme interventionnel a permis l'amélioration des niveaux d'IE ainsi que d'accroître l'utilisation de régulations émotionnelles plus adaptées et de diminuer l'utilisation de régulations moins adaptées. Le quatrième et dernier chapitre présentait une discussion générale portant sur les apports théoriques et méthodologiques du présent travail. Enfin,

les limites, les perspectives de recherche ainsi que les implications pratiques ont également été présentées.

**Mots-clés :** coping, focus attentionnel, émotions, intelligence émotionnelle, performance, approche naturaliste