



Université Claude Bernard



DIPLÔME NATIONAL DE DOCTORAT

(Arrêté du 25 mai 2016)

Date de la soutenance : **23 octobre 2020**

Prénom et nom de famille de l'auteur : **Valérian CECE**

Titre de la thèse : « *Antécédents et conséquences des dynamiques motivationnelles et émotionnelles des jeunes athlètes en centre d'entraînement intensif* »



Résumé

Les jeunes athlètes de haut niveau investis dans des centres d'entraînement intensif sont confrontés à un ensemble de contraintes quotidiennes. En permettant l'adaptation à l'environnement, la motivation et les émotions apparaissent comme déterminantes dans un souci de performance et de bien-être pour ces athlètes. L'objectif principal de cette thèse était d'enrichir les connaissances sur les dynamiques motivationnelles et émotionnelles des jeunes sportifs de haut niveau investis en centres d'entraînements intensifs. Le premier chapitre consistait à développer le cadrage théorique puis le deuxième chapitre présentait le cadre méthodologique mis en place dans les dix études de cette thèse. Dans le troisième chapitre, une investigation à grande échelle des différents profils motivationnels et émotionnels au cours d'une saison sportive a permis de mettre en lumière l'hétérogénéité et la variabilité des jeunes athlètes dans leurs expériences motivationnelles et émotionnelles. Dans un quatrième chapitre, cette approche a été complétée par un suivi détaillé des relations entre les variables qui composent ces processus psychologiques au cours de la saison sportive. Ce chapitre a permis d'approfondir les antécédents et les conséquences des processus émotionnels et motivationnels. Un cinquième chapitre a été consacré à la construction, à la mise en place et à l'évaluation de deux programmes d'intervention visant à améliorer les états psychologiques. Des interventions centrées sur (a) l'amélioration de l'intelligence émotionnelle de jeunes pongistes d'un niveau national et sur (b) la promotion d'un environnement soutenant les besoins psychologiques fondamentaux de jeunes pongistes d'un niveau international par un protocole de formation des entraîneurs étaient développés. Les résultats ont révélé des effets adaptatifs des programmes sur les compétences émotionnelles des athlètes ainsi que sur les niveaux de satisfaction et de frustration des besoins psychologiques fondamentaux et sur les émotions ressenties au cours de la saison. Enfin, un dernier chapitre proposait une discussion générale afin d'interpréter les apports théoriques, méthodologiques et appliqués des études réalisées. Après avoir présenté les limites et perspectives des recherches entreprises, des pistes de recommandations pratiques à destination des acteurs du sport de performance ont été évoquées.

Mots clés : approches longitudinales, besoins psychologiques fondamentaux, intelligence émotionnelle, théorie de l'autodétermination, théorie relationnelle cognitive motivationnelle