



Par la présente, je vous annonce soutenir ma thèse en psychologie sociale du sport intitulée :

**« Être athlète de haut-niveau et réussir ses études : Variables et processus affectant la santé mentale des étudiant-es-athlètes »**

le mardi 19 décembre 2023 à 14h00 (entrée jusqu'à 13h55),  
dans l'Amphithéâtre A1, UFR STAPS  
1741 rue de la piscine, Domaine universitaire  
38400 St Martin d'Hères

C'est avec grand plaisir que je vous convie à cet évènement, ainsi qu'au pot qui suivra. Vous trouverez ci-dessous le résumé de ma thèse.

Elle sera soutenue devant le jury composé de :

**Sandrine Isoard-Gauthier**, Co-directrice de thèse, Université Grenoble Alpes

**Philippe Sarrazin**, Co-directeur de thèse, Université Grenoble Alpes

**Julie Boiché**, Rapporteuse, Université de Montpellier

**Stéphanie Mériaux**, Rapporteuse, Université Côte d'Azur

**Fabienne d'Arripe-Longueville**, Examinatrice, Université Côte d'Azur

**Jean-Philippe Heuzé**, Examineur, Université Grenoble Alpes

**Paul Wylleman**, Examineur, Vrije Universiteit Brussel

Si vous ne pouvez pas assister à la soutenance sur place, vous pourrez y assister par visio-conférence, pour cela il suffit de me le signaler par mail : [solene.lefebvre1@univ-grenoble-alpes.fr](mailto:solene.lefebvre1@univ-grenoble-alpes.fr) (avant le 18/12 14h00).

Au plaisir de vous y retrouver,

Solène Lefebvre du Grosriez



## Résumé de la thèse :

Faire des études tout en étant athlète de haut niveau est un défi exigeant que tentent de relever les étudiant-es-athlètes (EA). Les rôles d'étudiant-e et d'athlète sont chacun accompagnés d'exigences qui sont susceptibles d'altérer leur santé mentale. Dans la littérature sur le double projet sport-études, la relation entre les rôles a été souvent envisagée comme étant conflictuelle, de sorte que s'impliquer dans le rôle d'athlète serait préjudiciable aux études, et réciproquement. D'autres travaux ont néanmoins révélé que s'engager dans les études permettrait l'acquisition de compétences et connaissances qui faciliteraient l'engagement ou la performance dans le sport, et réciproquement. Autrement dit, ces deux rôles s'enrichiraient mutuellement. Malgré ce constat, la majorité des études conduites auprès des EA se sont surtout concentrées sur les facteurs liés au contexte sportif, en négligeant ceux spécifiques au double projet et leurs conséquences sur la santé mentale des EA. Ainsi, l'enjeu de ce travail doctoral était de mieux comprendre les interactions entre les rôles d'étudiant-e et d'athlète, et leurs relations avec la santé mentale des EA, afin de répondre à la question suivante : comment peut-on faciliter la gestion du double projet sport-études pour promouvoir la santé mentale chez les EA ? Pour cela, les objectifs de cette thèse étaient (1) d'examiner les études portant sur les liens entre interactions de rôles et santé pour identifier les connaissances et limites de la littérature, (2) de comprendre comment les EA concilient leur double rôle, (3) d'identifier et de mesurer les interactions entre ces deux rôles et (4) d'examiner les relations entre ces interactions de rôle et la santé mentale des EA.

Tout d'abord, une revue systématique de la littérature a permis d'identifier comment les travaux antérieurs envisageaient les interactions entre les rôles d'étudiant-e et d'athlète, et quelles en étaient les conséquences sur la santé des EA (**Contribution 1**). Un premier axe de travail a consisté à traduire et valider en français un outil permettant de mesurer la saillance des identités académique et athlétique des EA, et à examiner les relations additives et interactives entre celles-ci et le bien-être sportif (**Contribution 2**). Sur la base des travaux relatifs aux interactions de rôle travail-domicile nous avons ensuite appréhendé le rôle plus proximal des conflits et enrichissements entre les rôles d'étudiant-e et d'athlète dans la prédiction du bien-être des personnes. Face au manque d'outils permettant d'évaluer ces construits, nous avons traduit, adapté et validé une échelle tirée de la littérature sur les interactions travail-domicile pour mesurer les interactions négatives et positives sport-études (**Contribution 3**). Des entretiens semi-directifs ont été menés auprès d'EA pour tester la pertinence de cette conceptualisation, en identifiant la diversité des conflits et enrichissements pouvant exister dans un contexte de double projet (**Contribution 4**). Nos travaux se sont ensuite focalisés sur le lien entre les interactions sport-études et la santé mentale. Dans une étude centrée sur la personne, nous avons identifié différents profils latents d'interactions sport-études et examiné leurs relations singulières avec le bien être sportif (**Contribution 5**). Enfin, une étude de suivi menée auprès d'EA en centre de formation a examiné si les variations hebdomadaires intra-individuelles des conflits et enrichissements sport-études étaient liés aux variations hebdomadaires de bien-être sportif et académique (**Contribution 6**).

Dans son ensemble, ce travail doctoral apporte une contribution à la compréhension des facteurs liés à la santé mentale des EA et offre des perspectives prometteuses pour des aménagements permettant de faciliter le double projet sport-études et d'améliorer la santé mentale des EA.