

FR

INSEP



## LABORATOIRE SEP



CHERCHEUR EN PSYCHOLOGIE DE LA PERFORMANCE SPORTIVE

**DORON JULIE**

URL de la page : <https://labos-recherche.insep.fr/fr/annuaire-des-personnes/doron-julie>

## **MAÎTRESSE DE CONFÉRENCES À NANTES UNIVERSITÉ**

UFR STAPS - LABORATOIRE MOTRICITÉ, INTERACTIONS, PERFORMANCE (UR 4334).  
DEPUIS LE 01/09/2018

 02 51 83 72 05

 Site internet

---

 Courriel

 LinkedIn

- > Mots-clés : stress, adaptation psychologique, coping, coping collectif, programme de gestion du stress, performance, entraînement mental intégré, sport de haut niveau.
- > Mes travaux réalisés et/ou en cours questionnent principalement les processus d'adaptation au stress mis en jeu en contexte de performance. Ils visent à comprendre en quoi ces processus peuvent être des mécanismes explicatifs des liens entre l'expérience d'événements stressants et leurs conséquences sur la performance (approches intra- et interpersonnelles du stress et du coping) en se basant sur la théorie cognitive-motivationnelle-relationnelle des émotions de Lazarus (Lazarus, 1991, 1999, 2000 ; Lazarus & Folkman, 1984).
- > L'objectif est de comprendre pourquoi et comment les individus adoptent face au stress des conduites menant à des conséquences adaptées en terme d'optimisation de la performance. Plus spécifiquement, les interrogations guidant mes recherches concernent l'identification des mécanismes jouant un rôle dans l'adoption de stratégies de coping adaptées ou non, conduisant à ou entravant la performance. Il s'agit alors d'identifier les facteurs individuels/collectifs et environnementaux sous-tendant l'utilisation de stratégies de coping adaptées en contexte de performance. Avec la prise en compte des approches interpersonnelles de la gestion du stress, mes travaux visent également l'enrichissement des modèles théoriques existants sur le stress et le coping en sport (Lazarus, 1991, 1999, 2000 ; Lazarus & Folkman, 1984) et le modèle du communal coping (Lyons et al., 1998). Par conséquent, la prise en compte des approches intra- et interpersonnelles du stress et du coping s'avère indispensable à l'approfondissement des connaissances sur la gestion du stress en situation de performance tant du point de vue de l'adaptation psychologique de l'individu, que de celle du groupe auquel il appartient. Enfin, mes recherches ont aussi pour objectif de mettre en évidence et de tester l'efficacité de programmes d'intervention visant à développer et optimiser l'adaptation au stress en contexte de performance (e.g., entraînement mental intégré, fixation de buts, pleine conscience, résistance à la fatigue).
- > Mes travaux s'articulent spécifiquement autour des axes de recherche suivants
- > L'identification des antécédents individuels et collectifs, ou autrement dit les caractéristiques et/ou ressources des individus et des groupes spécifiques influençant ou entravant l'adoption de stratégies de coping adaptatives en contexte de performance.
- > L'identification des caractéristiques de l'environnement, ou autrement dit les exigences physiques et mentales spécifiques aux situations de performance influençant ou entravant l'adoption de stratégies de coping adaptatives en contexte de performance.
- > L'identification des caractéristiques et des fonctions spécifiques des stratégies de coping individuelles et collectives en contexte de performance.
- > Les conséquences des stratégies de coping sur la performance mais également sur le bien-être psychologique et la santé.
- > L'élaboration et l'évaluation de l'efficacité de dispositifs d'optimisation des ressources individuelles et collectives visant le développement de l'adaptation au stress et l'optimisation de la performance.

[Research Gate](#)

[HAL](#)

[PRÉCÉDENT](#)

[☰ RETOUR À LA LISTE](#)

[SUIVANT](#)

URL de la page : <https://labos-recherche.insep.fr/fr/annuaire-des-personnes/doron-julie>



MINISTÈRE  
DES SPORTS  
ET DES JEUX OLYMPIQUES  
ET PARALYMPIQUES



- > ACCÈS
- > ACCESSIBILITÉ
- > MENTIONS LÉGALES
- > CGU
- > CARRIÈRE

## SUIVEZ-NOUS



Ce site utilise des cookies et vous donne le contrôle sur ce que vous souhaitez activer

✓ OK, tout accepter

✗ Interdire tous les cookies

Personnaliser