



LEGRAND FABIEN D.

Maître de Conférences, HDR – Psychologie
Section CNU 16 – PEDR (2019-2023)

Membre du Laboratoire Cognition Santé Socialisation
Axe « cognition, émotions, vulnérabilités »

Membre du groupe ITMO Neurosciences, Sciences
Cognitives, Neurologie, Psychiatrie (INSERM)

Expert HCÉRES (formations)

Élu à la Commission Recherche URCA

☎ +33(0)6 28 49 18 37

✉ fabien.legrand@univ-reims.fr

📍 UFR Lettres et Sciences humaines, Bâtiment 13
51096 REIMS Cedex

Thèmes de recherche

❶ Influence d'interventions non médicamenteuses (exercice physique, exposition au froid) sur l'humeur, la qualité de vie, la performance cognitive, ou encore la santé mentale subjective de populations cliniques et non cliniques.

❷ Exploration des processus/mécanismes par lesquels ces interventions produisent leurs effets.

Mots clés :

Exercice physique, Cryothérapie Corps Entier (CCE), Emotion, Cognition, Qualité de Vie, Santé Mentale.

▲ RESUME DE LA THEMATIQUE DE RECHERCHE PRINCIPALE

Mes travaux de recherche concernent l'étude des effets produits par différentes interventions non médicamenteuses aiguës (une exposition unique) ou chroniques (exposition répétée à l'intervention, généralement sur une période de plusieurs semaines) sur la santé mentale subjective, l'émotion, ou également la vitalité cognitive. Les interventions dont j'évalue les effets sont essentiellement l'exercice physique et la cryothérapie corps entier (CCE). Mes populations de recherche sont variées (jeunes adultes, personnes âgées, populations cliniques et non cliniques). Un objectif important de mes recherches est de comprendre les différences inter-individuelles constatées dans les

réponses à ces interventions, ainsi que les mécanismes/processus par lesquels ces interventions produisent leurs effets. La méthodologie que j'utilise est essentiellement de type expérimentale (essais comparatifs randomisés).

▲ ACTIVITES SCIENTIFIQUES RECENTES

▪ CONTRATS OU PROJETS DE RECHERCHE EN COURS

[2015-2017] Projet ARS, porteur unique (100%) : « Effets anxiolytiques de l'activité physique dans des populations carcérales primo entrantes ». Montant du financement : 10.000 Euros. Convention de Financement n° 2015-51-3.2150002.

▪ ORGANISATION OU PARTICIPATION A L'ORGANISATION D'EVENEMENTS SCIENTIFIQUES EN RESEAU INTERNATIONAL

[1] Jacquart, J. (chair), Melina, J., Hopkins, L., Legrand, F. D., & Smits, J. A. J. (2018). Exercise for mental health: Impact of exercise prescription variables & adherence on clinical outcomes. Symposium presented at the 38th Congress of the Anxiety & Depression Association of America (ADAA), Washington DC, U.S.A., April 5-8, 2018.

[2] Legrand F. D. (coordinateur), Herring, M., Hopkins, L., & Jacquart, J. (2017). The effects of exercise on anxiety, depression, and associated unhealthy behaviours. Symposium présenté au 14ème Congrès Mondial de l'International Society of Sport Psychology (ISSP), Seville (Espagne), 10-14 Juillet 2017.

1. PUBLICATIONS (* étudiant-e-s en thèse ou en Master sous ma direction)

▪ ARTICLES DANS DES REVUES INTERNATIONALES ACL

[1]. Polidori, G., El Fahem, R., Boussad, A., Bogard, F., Legrand, F. D., Bouchet, B., & Beaumont, F. (2020). Preliminary study on the effect of sex on skin cooling response during whole body cryostimulation (-110 °C): Modeling and prediction of exposure durations. *Cryobiology*. (Revue Q1)

[2]. Legrand, F. D., Bogard, F., Beaumont, F., Bouchet, B., Blancheteau, Y., & Polidori, G. (2020). Affective response to Whole-Body Cryotherapy: Influence of sex, body mass index, time of day, and past experience. *Complementary Therapies in Medicine*. (Revue Q1)

[3]. Legrand, F. D., Ory, E.*, & Herring, M. P. (2020). Evaluation of a brief interval exercise training (IET) intervention for first-time prisoners with elevated anxiety symptoms. *Anxiety, Stress, & Coping*, 33, 581-589. (Revue Q1).

[4]. Legrand, F. D., Silete, G.*, & Schiffler, F. (2020). Internalized media-promoted body ideals only marginally moderate the effects of exercise on self-esteem, body image satisfaction, and physical self-perceptions. *Research Quarterly for Exercise & Sport*. <https://doi.org/10.1080/02701367.2019.1706713> (Revue Q2)

[5]. Kasmi, S.*, Filliard, J. R., Polidori, G., Bouchet, B., Blancheteau, Y., & Legrand, F. D. (2020). Effects of Whole-Body Cryostimulation (-90°C) on somnolence and psychological well-being in an older patient with restless legs syndrome. *Applied Psychology: Health & Well-Being*, 12, 259-267. (Revue Q2).

[6]. Legrand, F. D., Albinet, C., Canivet, A., Gierski, F., Morrone, I., & Besche-Richard, C. (2018). Brief aerobic exercise immediately enhances visual attentional control and perceptual speed. Testing the mediating role of feelings of energy. *Acta Psychologica*, 191, 25-31. (Revue Q1).

- [7]. Polidori, G., Cutell, S., Hammond, L., Langdon, D., Legrand, F. D., Taiar, R., Boyer, F. C., & Costello, J. T. (2018). Should Whole Body Cryotherapy sessions be differentiated between women and men? A preliminary study on the role of the body thermal resistance. *Medical Hypotheses*, 120, 60-64. (Revue Q2).
- [8]. Polidori, G., Taiar, R., Legrand, F. D., Beaumont, F., Murer, F., Bogard, F., & Boyer, F. C. (2018). Infrared thermography for assessing skin temperature differences between Partial Body Cryotherapy and Whole Body Cryotherapy devices at -140°C. *Infrared Physics & Technology*, 93, 158-161. (Revue Q2).
- [9]. Legrand, F. D., Race, M.* & Herring, M. P. (2018). Acute effects of outdoor and indoor exercise on feelings of energy and fatigue in people with depression. *Journal of Environmental Psychology*, 56, 91-96. (Revue Q1).
- [10]. Vitenet, M., Tubez, F., Marreiro, A., Polidori, G., Taiar, R., Legrand, F. D., & Boyer, F. C. (2018). Effects of Whole-Body Cryotherapy on health-related quality of life in fibromyalgia patients: a randomized controlled trial. *Complementary Therapies in Medicine*, 36, 6-8. (Revue Q1).
- [11]. Legrand, F. D., & Neff, E.* (2017). Exercise and depression: Where do we go from here? A rebuttal to Schuch et al. *Acta Neuropsychiatrica*, 29, 122-123. (Revue Q2).
- [12]. Legrand, F. D., Grevin-Laroche, C., Josse, E., Polidori, G., Quinart, H., & Taiar, R. (2017). Effects of hypnosis during pregnancy: A psychophysiological study on maternal stress. *Medical Hypotheses*, 102, 123-127. (Revue Q2).
- [13]. Kuroda, Y., Hudson, J., Thatcher, R., & Legrand, F. D. (2017). Telic-Paratelic dominance and state effects on emotion and stress responses to resistance and endurance exercise bouts: A Reversal Theory based study. *Journal of Motivation, Emotion, & Personality*, 6, 15-22. (Revue non référencée dans SJR).
- [14]. Legrand, F. D., & Neff, E.* (2016). Efficacy of exercise as an adjunct treatment for clinically depressed inpatients during the initial stages of antidepressant pharmacotherapy. *Journal of Affective Disorders*, 191, 139-144. (Revue Q1).
- [15]. Legrand, F. D., Bertucci, W. M., & Hudson, J. (2016). Acute effects of aerobic exercise on feelings of energy in relation to age and gender. *Journal of Aging & Physical Activity*, 24, 72-78. (Revue Q1).
- [16]. Legrand, F. D., Joly, P. M., & Bertucci, W. M. (2015). Do changes in tympanic temperature predict changes in affective valence during high-intensity exercise? *Research Quarterly for Exercise & Sport*, 86, 252-259. (Revue Q2).
- [17]. Legrand, F. D., Bertucci, W. M., & Arfaoui, A. (2015). Relationships between facial temperature changes, end-exercise affect and during-exercise changes in affect: A preliminary study. *European Journal of Sport Science*, 15, 161-166. (Revue Q1).
- [18]. Legrand, F. D. (2014). Effects of exercise on physical self-concept, global self-esteem, and depression in women of low socio-economic status with elevated depressive symptoms. *Journal of Sport & Exercise Psychology*, 36, 357-365. (Revue Q1).
- [19]. Legrand, F. D., Bertucci, W., & Renard, G. (2014). The effects of a Buqi Program on postural control and self-rated health in French middle-aged participants: A pilot randomized controlled trial. *Journal of Novel Physiotherapies*, 4, 205. (Revue non référencée dans SJR)
- [20]. Legrand, F. D., & Thatcher, J. (2011). Acute mood responses to a 15min-long walking session at self-selected intensity: effects of an experimentally-induced telic or paratelic state. *Emotion*, 11, 1040-1045. (Revue Q1).
- [21]. Lesage, F.X., Legrand, F. D., Deschamps, F., & Berjot, S. (2011). Validation des mesures par EVA: considerations méthodologiques. *Archives des Maladies Professionnelles et de l'Environnement*, 72, 246-251. (Revue Q4).

- [22]. Thatcher, J., Kuroda, Y., Legrand, F. D., & Thatcher, R. (2011). Stress responses during aerobic exercise in relation to motivational dominance and state. *Journal of Sports Sciences*, 29, 299-306. (Revue Q1).
- [23]. Legrand, F. D., Joly, P. M., Bertucci, W. M., Soudain-Pineau, M. A. & Marcel, J. (2011). Interactive-virtual reality (IVR) exercise: an examination of in-task and pre-to-post exercise affective changes. *Journal of Applied Sport Psychology*, 23, 65-75. (Revue Q2).
- [24]. Thatcher, J., Kuroda, Y., Thatcher, R., & Legrand, F. D. (2010). Perceptual and cognitive responses during exercise: relationships with metamotivational state and dominance. *European Journal of Sport Science*, 10, 199-207. (Revue Q1).
- [25]. Legrand, F. D., & Mille, C. M. (2009). The effects of 60 minutes of supervised weekly walking (in a single vs. 3-5 format) on depressive symptoms among older women: findings from a pilot randomized trial. *Mental Health & Physical Activity*, 2, 71-75. (Revue Q2).
- [26]. Legrand, F. D., Bertucci, W. M., & Thatcher, J. (2009). Telic dominance influences affective response to a heavy-intensity 10-min treadmill running session. *Journal of Sports Sciences*, 27, 1059-1067. (Revue Q1).
- [27]. Legrand, F. D., Goma-i-Freixanet, M., Kaltenbach, M. L., & Joly, P. M. (2007). Association between sensation seeking and alcohol consumption in French college students: some ecological data collected in "open bar" parties. *Personality & Individual Differences*, 43, 1950-1959. (Revue Q1).
- [28]. Legrand, F. D., & Heuze, J. P. (2007). Antidepressant effects associated with different exercise conditions in participants with depression: a pilot study. *Journal of Sport & Exercise Psychology*, 29, 348-364. (Revue Q1).
- [29]. Legrand, F. D., & Apter, M. J. (2004). Why do people perform thrilling activities? A study based on reversal theory. *Psychological Reports*, 94, 307-313. (Revue Q3).
- [30]. Legrand, F. D., & LeScanff, C. (2003). Tension-stress, effort-stress and mood profiling with an elite javelin performer. *Psychology of Sport & Exercise*, 4, 429-436. (Revue Q1).
- [31]. Legrand, F. D. (2002). Traduction et validation de l'échelle d'émotions du Tension-Effort Stress Inventory (T.E.S.I.). *L'Encéphale*, 28, 123-128. (Revue Q2).

▪ CHAPITRES D'OUVRAGES

- [1]. Legrand, F. D. (2003). Le contrôle de l'activation. In C. LeScanff (Ed.), *Manuel de psychologie du sport, Tome 2 : Les bases psychologiques de la performance sportive* (pp. 149-158). Paris : Revue EPS.
- [2]. Legrand, F. D. (2003). L'amélioration de la confiance en soi. In C. LeScanff (Ed.), *Manuel de psychologie du sport, Tome 2 : Les bases psychologiques de la performance sportive* (pp. 159-169). Paris : Revue EPS.
- [3]. LeScanff, C., & Legrand, F. D. (2005). *L'essentiel des sciences du sport : psychologie*. Paris : Ellipses.
- [4]. Legrand, F. D. (2011). Activité physique et dépression. In G. Decamps (Ed.), *Psychologie du sport et de la santé* (pp. 251-272). Paris : DeBoeck.
- [5]. Legrand, F. D. (2016). Utilité de l'exercice physique pour le traitement de la dépression. In G. Iakinova (Ed.), *Le livre blanc des troubles dépressifs*. Paris : Fondation Pierre Deniker.

▪ COMMUNICATIONS ORALES / SYMPOSIA DANS DES CONGRES INTERNATIONAUX

- [1]. Legrand, F. D. (2009). *Aerobic exercise reduces depressive symptoms in older women with minor depression but training frequency matters*. Spoken paper presented at the 12th World Congress, International Society of Sport Psychology (ISSP), Marrakech, Morocco, June 17-21.
- [2]. Legrand, F. D. (2009). *Telic dominance influences affective response to a heavy-intensity 10 min treadmill running session*. Spoken paper presented at the 14th International Congress of Reversal Theory, New Orleans, U.S.A., July 8-11.
- [3]. Legrand, F. D., Castanier, C., Chaouloff, F., Dechamps, A., & Marcel, J. (2010). *Sport, émotion, et qualité de vie*. Symposium organisé lors du 52ème Congrès de la Société Française de Psychologie (SFP), Lille, 7-9 Septembre.
- [4]. Legrand, F. D., Joly, P. M., Bertucci, W. M., & Marcel, J. (2011). *The mood-boosting effects of "exergaming": individual preferences matter*. Spoken paper presented at the 13th European Congress of Sport Psychology (FEPSAC), Funchal, Madeira, July 12-17.
- [5]. Legrand, F. D. (2013). *Aerobic exercise reduces depressive symptoms in French inpatients with major depression*. Poster presented at the 13th World Congress, International Society of Sport Psychology (ISSP), Beijing, China, July 21-25.
- [6]. Sauvaget, A., Thomas-Olivier, V., Juhel, J., Congard, A., Fortes-Bourbousson, M., Doron, J., Vachon, H., & Legrand, F. D. (2013). *La dépression à travers le temps: entre variabilité et stabilité*. Colloque n°13 des Journées Scientifiques de l'Université de Nantes, Nantes, 7 Juin.
- [7]. Legrand, F. D., & Neff, E. (2013). *Efficacité d'un programme physique aérobie de courte durée auprès de patients en début de cure psychiatrique pour épisode dépressif majeur*. Communication orale présentée au 15è Congrès international de l'ACAPS. Grenoble, 29-31 Octobre 2013.
- [8]. Gierski, F., Voisin, D., Benzerouk, F., Legrand, F., Potard, C., Naassila, M. (2015). *Binge-drinking en milieu étudiants : rôle de l'impulsivité et évaluation de stratégies de prévention en milieu festif*. Poster présenté au 7ème Congrès Français de Psychiatrie, Lille, 25-28 novembre.
- [9]. Legrand, F. D. (2015). *Exercice physique et prise en charge thérapeutique de populations déprimées*. Conférence sur invitation du Laboratoire URePSSS (unité de recherche pluridisciplinaire « sport, santé, société ») à l'Université d'Artois, Liévin, 26 Novembre.
- [10]. Legrand, F. D. (2016). *Santé physique, santé mentale : un lien vital*. Conférence-débat organisé dans le cadre de la 27ème édition des Semaines de l'Information en Santé Mentale, Châlons-en-Champagne, 15 Mars.
- [11]. Legrand, F. D. (chair), Herring, M., Hopkins, L., & Jacquart, J. (2017). *The effects of exercise on anxiety, depression, and associated unhealthy behaviours*. Symposium presented at the 14th World Congress of the International Society of Sport Psychology (ISSP), Sevilla, Spain, July 10-14.
- [12]. Jacquart, J. (chair), Melina, J., Hopkins, L., Legrand, F. D., & Smits, J. A. J. (2018). *Exercise for mental health: Impact of exercise prescription variables & adherence on clinical outcomes*. Symposium presented at the 38th Congress of the Anxiety & Depression Association of America (ADAA), Washington DC, U.S.A., April 5-8, 2018.
- [13]. Legrand, F. D. (2018). *L'activité physique pour accompagner la personne déprimée : rationnel, état des lieux des connaissances, et challenges pour la recherche scientifique à moyen terme*. Conférence sur invitation de l'INSERM dans le cadre du congrès national de l'Institut Thématique Multi-Organismes "Neurosciences, Sciences Cognitives, Neurologie, Psychiatrie", Paris, 23 Novembre.

2. VALORISATION DE LA RECHERCHE DANS LE MONDE ACADEMIQUE

- COMITE D'ORGANISATION, COMITE SCIENTIFIQUE OU PRESIDENCE DE CONGRES NATIONAUX OU INTERNATIONAUX

[1]. J'ai été Président de l'organisation de la 16ème conférence internationale de la Reversal Theory Society, Université de Reims Champagne Ardenne, 16-19 Juillet 2013. (voir lien <http://irtc2013.sciencesconf.org/>).

[2]. Coordination scientifique d'un atelier de formation interne au laboratoire C2S dédié à la méthode de l'EEG pour des objectifs de recherche (potentiels évoqués cognitifs ; analyse spectrale du signal brut), Université de Reims Champagne Ardenne, 6 Décembre 2019.

3. VALORISATION DE LA RECHERCHE ET INTERACTIONS AVEC LE MONDE NON---ACADEMIQUE

▪ CONFERENCES A DES EVENEMENTS DE DIFFUSION CULTURELLE A UN PUBLIC NON ACADEMIQUE

[1]. Legrand, F. D. (2016). Santé physique-santé mentale : un lien vital. Communication orale sur invitation présentée aux 27ème Semaines d'Information en Santé Mentale (SISM), Châlons-en-Champagne, 15 Mars 2016.

▪ PARTICIPATIONS À DES REPORTAGES

[1] Interview accordée à A. Merle, journaliste-reporter réalisatrice de l'article « Coronavirus : gardez le moral pendant le confinement grâce à la pratique sportive » publié le 7 Avril 2020 sur le site France.TVsport (<https://sport.francetvinfo.fr/omnisport/coronavirus-gardez-le-moral-pendant-le-confinement-grace-la-pratique-sportive>)

[2] Interview accordée à B. Timsit, journaliste d'investigation réalisateur du reportage « les interventions non médicamenteuses pour les troubles dépressifs » diffusé dans l'émission « En quête de santé » sur France 5 le 4 Février 2020 à 20h45.

[3] Interview accordée à S. Pinatel, journaliste-reporter TV réalisatrice du reportage « Ces passionnés de course à pieds » diffusé dans le JT 20H de TF1 le 8 Mai 2014 (<http://www.lci.fr/france/ces-passionnes-de-course-a-pied-1133403.html>)

▪ ORGANISATION D'EVENEMENTS DE DIFFUSION DE LA SCIENCE

[1] >2018 : intervenant référent pour l'INSERM sur le thème des relations activité physique / dépression

[2] de 2008 à 2012 : animation atelier pratique « Exercice Physique et Humeur » pour la Semaine de la Science de l'Université de Reims.

4. RAYONNEMENT SCIENTIFIQUE

▪ COLLABORATEURS PRINCIPAUX (NATIONAUX / INTERNATIONAUX)

[1] Matthew Herring, University of Limerick, IRELAND (exercice and anxiety disorders)

[2] Jolene Jacquart, University of Austin, Texas, USA (exercice and smoking cessation)

[3] Lindsey Hopkins, V.A. Medical Centers, San Fransisco, USA (yoga and post-traumatic stress disorders)

[4] Joanne Hudson, University of Swansea, Wales, UNITED KINGDOM (exercice and stress)

[5] Cédric Albinet, Université d'Albi, FRANCE (exercice physique et performances cognitives)

[6] Michel Audiffren, Université de Poitiers, FRANCE (exercice physique et performances cognitives)

▪ APPARTENANCES A DES RESEAUX / SOCIETES / ASSOCIATIONS SAVANTES

[1] International Society of Sport Psychology (ISSP)

[2] Fédération Européenne de Psychologie du Sport et des Activités Corporelles (FEPSAC)

▪ PARTICIPATION A DES PROGRAMMES DE RECHERCHE

[1] Membre titulaire du groupe de recherche « *Physical Activity in Older Adults* », University of Swansea (UK). Obtention de financement dans le cadre Erasmus +.

▪ PARTICIPATION A DES JURYS DE THESE / HDR (EXAMINATEUR, RAPPORTEUR, PRESIDENT DE JURY)

[1] El Bouragui, K. (2016-2019). *Rôle de la prise de perspective et de la flexibilité cognitive dans les déficits empathiques : application à la dépression sous-clinique*. Participation au jury en tant qu'examinateur. Thèse de psychologie/sciences psychologiques et de l'éducation soutenue les 8 et 9 Novembre 2019 à l'Université de Mons (Belgique) (dir. : M. Rossignol et C. Besche-Richard).

[2] Canivet-Furchert, A. (2012-2016). *Les effets modérateurs de 2 polymorphismes génétiques sur la relation cognition - exercice chez les seniors*. Participation au jury en tant qu'examinateur. Thèse de doctorat STAPS soutenue le 11 Octobre 2016 à l'Université de Poitiers (dir.: M. Audiffren).

[3] Vachon, H. (2011-2015). *Dynamique du fonctionnement émotionnel et affectif chez l'individu dépressif : influence de l'activité physique*. Participation au jury en tant que rapporteur. Thèse de doctorat STAPS soutenue le 3 Mars 2016 à l'Université de Nantes (dir.:J. Saury, V. Thomas-Ollivier, M. Fortes-Bourbousson).

[4] Seurat, C. (2009). *Intérêt de l'activité physique dans le traitement de la dépression*. Participation au jury en tant que rapporteur. Thèse d'exercice en Pharmacie soutenue à l'Université de Reims le 12 Oct. 2009.

▪ EXPERTISES POUR DES REVUES (NATIONALES / INTERNATIONALES)

Depuis 2007 j'ai expertisé 17 articles scientifiques internationaux, principalement pour les revues : *Psychology of Sport & Exercise*, *European Journal of Sport Science*, *Journal of Sport & Exercise Psychology*, *Journal of Sports Sciences*, *International Journal of Sport Psychology*, *Psychiatry Research*, *Frontiers in Psychology (section Cognition)*, *Journal of Affective Disorders*, et *Psychological Reports*. Sur le plan national, j'ai reviewé 2 articles (1 pour *L'Encéphale*, 1 pour *Bulletin de Psychologie*).

5. ENCADREMENT ET ANIMATION DE LA RECHERCHE

▪ PRESIDENCE D'ASSOCIATION OU DIRECTION DE SOCIETE SAVANTE)

Entre 2013 et 2015 j'ai été Président de la *Reversal Theory Society*.

▪ ENCADREMENT DOCTORAL (DIRECTION THESE HDR, CO-DIRECTION, CO-ENCADREMENT)

Direction d'une thèse de doctorat achevée (thèse de Médecine; spécialité Psychiatrie)

[1] Elise Neff : « *Efficacité adjuvante de l'exercice physique dans la prise en charge de la dépression* » (direction de thèse : 100%). Thèse soutenue le 2 octobre 2015, UFR de Médecine, Université de Reims Champagne-Ardenne. Jury : Pr. A. Kaladjian PUPH (Président), Pr. A. C. Rolland, PUPH (rapporteur), Pr. J. P. Eschard (examinateur), Dr. D. Raucher-Chéné (examinateur). Mention : Très Honorable.

Direction d'une thèse de doctorat en cours (thèse de Psychologie)

[1] Jean-Pol Lambour : « *L'intégration systématique de l'activité physique dans l'emploi du temps journalier d'élèves à école élémentaire : analyse des effets sur le fonctionnement cognitif et la réussite scolaire* ». Inscription à l'Ecole Doctorale Sciences de l'Homme et de la Société de l'Université de Reims Champagne-Ardenne reportée au 1^{er} sept. 2020; 1ère année de thèse. Direction de thèse : 100%.

[2] Souhela Kasmi : « *L'efficacité de l'exercice physique chez des personnes présentant des troubles du sommeil.* »
Inscription à l'Ecole Doctorale Sciences de l'Homme et de la Société de l'Université de Reims Champagne-Ardenne le 1er
Janv. 2018; 2ème année de thèse. Direction de thèse : 100%.

6. ACTIVITES PEDAGOGIQUES

▪ COURS PRINCIPAUX

- [1] Introduction à la psychologie (L1, STAPS)
- [2] Personnalité, sport, et exercice physique (L2, STAPS)
- [3] L'activité physique et ses effets aux différents âges de la vie (L2, STAPS)
- [4] Exercice physique et troubles dépressifs (M2 PPC, Psychologie)
- [5] Le stress : une approche psychophysiologique (M2 IRPS, Psychologie)
- [6] Intérêt de l'exercice physique pour la santé mentale (M1 PCPPS, Psychologie)

▪ THEMATIQUES D'ENCADREMENT DES TER

- [1] Exercice physique (aigu ou chronique) et santé mentale subjective
- [2] Exercice physique (aigu ou chronique) et performances cognitives
- [3] Réponses affectives à l'exercice physique (aigu ou chronique)
- [4] Exercice physique (aigu ou chronique) et image de Soi