

Description du projet de thèse

Qu'est-ce que le dispositif ExposUM Doctoral Nexus ?

Opportunités de financement de doctorat à Montpellier, France : ExposUM Doctoral Nexus Un Nexus doctoral, tel que proposé par l'Institut ExposUM, rassemble des réseaux de trois à quatre doctorants issus de divers horizons disciplinaires, affiliés à au moins deux unités de recherche distinctes. Contrairement aux programmes de doctorat traditionnels, un Nexus doctoral est conçu pour améliorer les compétences de collaboration et la capacité à développer des projets transdisciplinaires, tout en permettant aux étudiants d'approfondir leur propre domaine d'expertise. Les doctorants Nexus bénéficieront d'un programme de formation dédié et auront la possibilité d'organiser des séminaires au sein de leur réseau Nexus. L'Institut ExposUM fournit un financement complet pour quatre ans, couvrant à la fois les salaires des doctorants et une allocation environnementale.

Résumé du projet Nexus SENS-ALIM

Les choix alimentaires jouent un rôle déterminant dans la santé humaine et s'inscrivent au croisement d'enjeux nutritionnels, environnementaux, psychologiques et sociaux. Malgré la diffusion fréquente de recommandations visant à promouvoir des pratiques alimentaires favorables à la santé et à l'environnement, un décalage persiste entre intentions et comportements alimentaires, notamment chez les jeunes adultes. Ce décalage souligne les limites des approches fondées sur une vision strictement rationnelle de la décision, alors que les émotions, les biais cognitifs et les états psychologiques influencent fortement les comportements alimentaires. Dans ce contexte, le projet Nexus SENS-ALIM poursuit trois objectifs complémentaires :

1. Comprendre l'influence des émotions, notamment des émotions négatives, sur les comportements alimentaires.
 2. Identifier des leviers de modulation et de prévention, en analysant les dispositifs éducatifs, psychosociaux et communicationnels susceptibles de limiter les effets négatifs de ces émotions sur les choix alimentaires.
 3. Analyser les effets des choix alimentaires sur d'autres processus décisionnels déterminants pour la santé et le bien-être, afin de mieux comprendre les trajectoires de santé à moyen et long terme.
- Le deuxième objectif du projet Nexus SENS-ALIM constitue le cœur de la thèse proposée dans cette annonce.

Le contexte de la thèse

Les comportements alimentaires ne relèvent pas uniquement d'une rationalité informationnelle (De Julio et Romanelli, 2021). Largement documentée en santé publique et exploitée par l'industrie agroalimentaire, ils sont influencés par de nombreux biais cognitifs (Toscani, 2019) et comportementaux, relevant d'une rationalité limitée (Simon, 1957). Face à ces constats, les politiques de santé publique oscillent entre des approches incitatives (*nudges*, marketing social) et des approches éducatives visant l'autonomie des individus (Arboix-Calas, 2024).

Cette thèse s'inscrit dans cette seconde perspective, en mobilisant le champ de l'éducation à l'alimentation et des compétences psychosociales (Lamboy, 2021). Les compétences émotionnelles (Mikolajczak, 2014), en particulier la régulation des émotions et du stress, apparaissent comme un élément central de la prise de décision alimentaire, dans la mesure où le processus de choix implique une composante émotionnelle (Damasio, 2006). Ce développement de compétences (Barabel et Meier, 2025) participe d'un processus de conscientisation au sens de Freire (1974/2021), permettant aux individus de comprendre les déterminants de leurs choix et d'agir de manière plus autonome et responsable (Lombardot et Haikel-Elsabeth, 2017).

Bien que l'efficacité globale des compétences psychosociales soit démontrée dans le domaine de la santé globale (Lamboy et Guillemont, 2014), leur mobilisation dans le champ de l'éducation à l'alimentation reste peu explorée en France et centrée sur la dimension sensorielle de l'alimentation (Bertin *et al.*, 2021 ; Jaunet *et al.*, 2024). Cette recherche s'inscrit dans le contexte des orientations nationales (résolution interministérielle d'Août 2021) encourageant le développement des compétences psychosociales chez les jeunes pour améliorer leur santé.

La date de début prévue : 1 octobre 2026

Le titre du poste de doctorant : Éducation à l'alimentation et compétences émotionnelles

La mission principale : La thèse amènera l'étudiant à questionner la place des compétences émotionnelles (régulation des émotions et du stress) dans la prise de décision alimentaire des jeunes adultes. Cet objectif sera envisagé à travers le traitement de trois objectifs secondaires :

1. Évaluer l'effet d'ateliers de développement des compétences émotionnelles sur la capacité des étudiants à identifier et à questionner les déterminants de leurs choix alimentaires ;
2. Examiner l'impact de la régulation émotionnelle et du stress sur l'intégration de déterminants sanitaires et environnementaux dans les décisions alimentaires ;
3. Explorer, à partir du discours des participants à l'étude, la manière dont les compétences émotionnelles influencent la perception de l'autonomie et du contrôle dans les choix alimentaires.

Les activités :

Les objectifs proposés amèneront le candidat à :

1. Réaliser une revue de littérature sur l'éducation à l'alimentation, et en particulier les comportements alimentaires en lien avec les compétences émotionnelles
2. Envisager et mettre en oeuvre des méthodes et des outils de recueil et de traitement de données ;
3. De réaliser des entretiens de jeunes adultes ;
4. Valoriser ses activités de recherche en proposant des interventions dans les lieux de diffusion des travaux scientifiques (en France et à l'étranger) mais aussi de sensibilisation à différents collectifs sociétaux (ex : Fête de la science) ;



UNIVERSITÉ DE
MONTPELLIER



Institut
exposUM
UNIVERSITÉ DE MONTPELLIER



l'Europe
s'engage
en France



Les compétences et qualifications attendues :

- Anglais niveau B2 ;
- Usage des outils de recueil et d'analyse de données (conception de questionnaire en ligne, logiciel de traitement statistique (SPSS, R...), logiciel d'analyse de discours (Alceste, N'vivo...), conduite d'entretiens) ;
- Compétences de communication ;
- Connaissance du champ des compétences psychosociales et en particulier des compétences émotionnelles ;
- Capacité à mener un atelier de développement des compétences émotionnelles appuyé sur des techniques validées par la littérature scientifique.

Le diplôme/domaine requis :

Master 2 ou équivalent dans l'un des domaines suivants : sciences de l'éducation et de la formation, psychologie, biologie-santé ou santé publique.

Une connaissance du domaine des « éducations à » et en particulier de l'éducation à l'alimentation et de ses enjeux socio-environnementaux dans une perspective de durabilité est attendue.

Les mots clés : *Education, Learning studies, Nutritional science, Behavioural sciences, Science communication*

La section CNU de rattachement : Sciences de l'éducation et de la formation (70° section)

Modalités de candidature :

La candidature doit être composée des éléments suivants :

- Un CV
- Une lettre de motivation
- Une copie du diplôme requis pour l'inscription ou, à défaut, les relevés de notes les plus récents du Master 2 (semestre 1 et/ou semestre 2)
- Les éléments spécifiques éventuellement requis par l'École Doctorale 58 Langues, Littérature, Culture et Civilisation (LLCC)

Veillez **adresser votre candidature** aux deux encadrantes de la thèse :

- PELISSIER Chrysta, chrysta.pelissier@umontpellier.fr
- ARBOIX-CALAS France, france.arboix@umontpellier.fr

Et mettre en copie :

- LICHTLE Marie Christine, marie-christine.lichtle@umontpellier.fr
- et exposum-aap@umontpellier.fr

Date limite de candidature : Avant le **20 Mai 2026**



Institut
exposUM
UNIVERSITÉ DE MONTPELLIER



Références

- Arboix-Calas, F. (2024). Éducation à l'alimentation. Dans J.-M. Lange, A. Barthes & C. Chauvigné (Dir.), Dictionnaire critique des enjeux et concepts des "éducations à" (éd. revue et augmentée). Paris : L'Harmattan.
- Barabel, M. et Meier, O. (2025). 4. Développement des compétences : les acteurs clés. Dans M. Barabel, O. Meier et T. Teboul Le Grand Livre de la Formation : Techniques et pratiques des professionnels du développement des compétences (4e éd., p. 67-112). Dunod. <https://doi.org/10.3917/dunod.barab.2025.01.0067>.
- Bertin, É., Barrois, M., Benzerouk, F., Pierre, A., & de la Tribonnière, X. (2021). Intérêt d'une thérapie brève basée sur l'acceptation sensorielle des émotions pour l'alimentation émotionnelle dans l'obésité. *Cahiers de Nutrition et de Diététique*, 56(2), 126-130.
- Damasio, A. R. (2006). *L'erreur de Descartes: la raison des émotions*. Odile Jacob.
- De Iulio, S et Romanelli, C. (2021) « Complicé de manger à sa faim » : la vulnérabilité alimentaire des étudiants au prisme de la presse française nationale et régionale », *Sciences de la société* 108 . <http://journals.openedition.org/sds/13364> ; <https://doi.org/10.4000/137ia>
- Freire, P. (1974/2021). *Pédagogie des opprimés*. Paris, France : La Découverte.
- Jaunet, M., Delaroché-Houot, S., de Andrade, V., & Maurice, A. (2024, May). La place des émotions dans l'éducation à l'alimentation des jeunes: une scoping review. In Congrès de la Société d'Éducation Thérapeutique Européenne (SETE).
- Lamboy, B. (2021). *Les compétences psychosociales : Bien-être, prévention, éducation*. Presses universitaires de Grenoble. <https://shs.cairn.info/les-competences-psychosociales--9782706150784?lang=fr>.
- Lamboy, B. et Guillemont, J. (2014). Développer les compétences psychosociales des enfants et des parents : pourquoi et comment ? *Devenir*, 26(4), 307-325. <https://doi.org/10.3917/dev.144.0307>.
- Lombardot, E. et Haikel-Elsabeh, M. (2017). La consommation alimentaire responsable : analyse des contributions du web social au changement et au renforcement des pratiques. *Revue de l'organisation responsable*, 12(2), 56-73. <https://doi.org/10.54695/ror.122.0056>.
- Simon, H. A. (1957). *Models of man: social and rational; mathematical essays on rational human behavior in society setting*. New York: Wiley.





**UNIVERSITÉ DE
MONTPELLIER**



Institut
exposUM
UNIVERSITÉ DE MONTPELLIER



**l'Europe
s'engage**
en France



The University of Montpellier

KEY FIGURES



RESEARCH CENTERS

From space exploration and robotics to ecological engineering and chronic diseases, UM researchers are inventing tomorrow's solutions for mankind and the environment. Dynamic research, conducted in close collaboration with research organizations and benefiting from high-level technological platforms to meet the needs of 21st century society.

The UM is committed to promoting its cutting-edge research by forging close links with local industry, particularly in the biomedical and new technologies sectors.

More Information: <https://www.umontpellier.fr/en/recherche/unites-de-recherche>

SCIENTIFIC APPEAL

Open to the world, the University of Montpellier contributes to the structuring of the European higher education area, and strengthens its international positioning and attractiveness, in close collaboration with its partners in the I-SITE Program of Excellence, through programs adapted to the major scientific challenges it faces.

More Information: <https://www.umontpellier.fr/en/international/attractivite-scientifique>



Institut
exposUM
UNIVERSITÉ DE MONTPELLIER