

## CHAIRE DE RECHERCHE DU CANADA SUR LES PROCESSUS MOTIVATIONNELS ET LE FONCTIONNEMENT OPTIMAL

*Le mercredi 19 septembre 2018 de 12h30 à 14h00*

*Pavillon Adrien-Pinard, local SU-1550*

*100 Sherbrooke Ouest, Montréal (Québec), H2X 3P2*

*La conférence sera suivie d'un vin et fromage au local SU-R310*

## SELF-REGULATION LINKS SOCIAL, HEALTH AND EXERCISE PSYCHOLOGY: APPLICATION AMONG ASYMPTOMATIC AND SYMPTOMATIC POPULATIONS



### Lawrence R. Brawley, Ph.D.

Professeur titulaire, Collège de kinésiologie, École de santé publique  
University of Saskatchewan

Le Dr. Brawley est Professeur et Titulaire d'une Chaire de recherche du Canada (CRC) niveau 1 au Collège de kinésiologie et membre associé à l'École de santé publique de l'Université de la Saskatchewan.

Au cours des 14 dernières années en tant que titulaire d'une CRC, j'ai participé à l'étude du « cognitive behavioral counselling » lors d'interventions. Ces interventions visent à promouvoir et à modifier l'activité physique recommandée pour une autogestion des maladies chroniques. Mes recherches ont à la même fois une perspective appliquée et expérimentale.

Du point de vue de l'auto-efficacité spécifique, et en particulier de l'auto-efficacité, ces approches ont été examinées afin de déterminer leur impact motivationnel sur les interventions - adhésion comportementale après traitement. D'un point de vue expérimental/quasi expérimental, les études visent à tester le rôle de l'essai clinique et le contrôle des populations asymptomatiques et symptomatiques. Ces problèmes sont liés à une plus grande persistance comportementale lorsqu'il s'agit de faire face aux défis et aux obstacles. Les résultats ont des implications sur le contenu des futures interventions. La présentation inclura les résultats des interventions et des études quasi-expérimentales afin d'illustrer les différentes perspectives de recherche. Un résumé des résultats de l'intervention sur un certain nombre de maladies chroniques indiquera l'efficacité du modèle d'intervention.

Enfin, seront présentés les résultats préliminaires d'une étude portant sur des individus physiquement actifs et qui ont réussi à maintenir ce comportement pendant des années. Que peut-on apprendre de ces personnes qui pourraient être utiles à ceux qui veulent ou doivent faire de l'activité physique, en tant que changement de mode de vie lié à la santé et pour des raisons de prévention des maladies ?

*Cette conférence est présentée en collaboration avec le Laboratoire de recherche sur le comportement social dirigé par Robert J. Vallerand, Ph.D.*

*Professeur titulaire, Département de psychologie, Université du Québec à Montréal.*

<http://www.lrcs.uqam.ca/>

### Les conférences à venir

Mercredi 21 novembre 2018

**Paul A. O'Keefe, Ph.D.**

Yale-NUS College (Singapour)

*"The Benefits of Viewing Interests as Developed, Not Fixed"*

Mercredi 23 janvier 2019

**Carsten Wrosch, Ph.D.**

Concordia University

*"Goal Adjustment Capacities, Subjective Well-being, and Physical Health"*

Mercredi 17 avril 2019

**Emily Balcetis Ph.D.**

New York University

*"Focused and Fired up: Motivated Visual Perception and The Self-Regulation of Exercise Behavior"*