

## **DIPLÔME NATIONAL DE DOCTORAT**

**(Arrêté du 25 mai 2016)**

Date de la soutenance : **14 novembre 2025**

Nom de famille et prénom de l'auteur. e : **Monsieur Sébastien LHARDY**

Titre de la thèse : Biais cognitifs, personnalité et expérience émotionnelle vécue : des facteurs de vulnérabilité face aux prises de risque en situations de charges mentales et/ou physiques élevées.

### **Résumé**



Cette thèse s'inscrit dans l'exploration des biais cognitifs associés à la prise de risque dans des contextes professionnels exigeants, marqués par une forte charge mentale, physique ou émotionnelle. Il se focalise sur les pompiers, confrontés à des décisions urgentes en environnement incertain, et vise à mieux comprendre les facteurs de vulnérabilité et les ressources psychologiques mobilisées dans ces situations critiques. Deux axes structurent cette recherche composée de quatre études. Le premier vise à développer un outil de mesure des biais cognitifs liés à la prise de risque. Cinq biais sont ciblés : excès de confiance, illusion de contrôle, escalade de l'engagement, optimisme et croyance en la loi des petits nombres. La première étude valide en trois étapes (analyse factorielle exploratoire, confirmatoire et validité convergente avec des construits tels que l'intelligence émotionnelle, la dureté mentale et les traits de personnalité), un outil prometteur, utilisable en contexte opérationnel. Le second axe adopte une approche longitudinale analysant comment la personnalité (modèles des cinq facteurs, MCF, et Process Communication Model, PCM), la charge mentale

subjective, les évaluations cognitives, les émotions et les stratégies d'adaptation interagissent avec les biais cognitifs. Trois études soutiennent ce volet. La deuxième compare les modèles MCF et PCM à travers leurs liens avec des construits dédiés à l'adaptation et à la prise de risque. L'analyse de profils latents (LPA) révèle des profils distincts, associés à des patterns d'adaptation différenciés, positionnant PCM comme cadre privilégié pour explorer la dynamique comportementale et psychologique en situation d'intervention (études 3 et 4). La troisième étude examine, sur dix semaines, l'évolution des biais cognitifs, des évaluations cognitives, des régulations émotionnelles et des comportements d'auto-régulation selon le type de personnalité PCM. L'analyse par courbes de croissance multiniveaux montre que certains profils présentent une stabilité ou une vulnérabilité accrue face à la charge mentale. La quatrième étude explore les effets médiateurs des évaluations cognitives et modérateurs des types de personnalité PCM dans les relations entre charge mentale subjective et biais cognitifs. Les modèles HLM (Hierarchical Linear Modeling), complétés par des tests de Sobel, précisent les mécanismes décisionnels sous-jacents selon les personnalités. Les résultats offrent un éclairage nouveau sur la prise de risque en contexte opérationnel, en combinant l'analyse des biais cognitifs, les différences interindividuelles et les ressources d'adaptation. Ils soulignent l'importance de considérer la personne dans sa globalité (traits, schémas cognitifs, motivations), en lien avec son environnement, et appellent à des dispositifs de formation adaptés aux métiers à haut risque. En cohérence avec ces résultats, la thèse débouche sur une finalité appliquée : la création de la formation B.R.E.A.T.H.E. (Booster votre Résilience et vos Évaluations en Apprenant à Transformer vos Habitudes et vos Émotions). Ce programme novateur, fondé sur les apports scientifiques des quatre études et 15 ans d'expérience, vise à optimiser la prise de décision en contexte critique. Reposant sur des pédagogies ludiques et immersives, il s'appuie sur des simulations réalistes pour observer les biais en action, analyser l'effet modérateur des types de personnalité et favoriser le transfert de compétences dans des environnements complexes. Cette approche renforce la résilience cognitive et émotionnelle des professionnels, en affinant leur conscience des mécanismes décisionnels. Cette thèse contribue à la psychologie appliquée, en alliant modélisation rigoureuse, personnalisation des interventions et traduction opérationnelle dans un cadre de formation contextualisé. Elle ouvre des perspectives concrètes pour améliorer la sécurité et la qualité des décisions dans les métiers à haut risque.

**Mots-clés :** Biais cognitifs, personnalité, prise de risque, expérience émotionnelle, vulnérabilité,

