

INVITATION

à la **soutenance de thèse de doctorat** de **Claudia Teran-Escobar** sous la direction d'**Aïna Chalabaev** et **Sarah Duché** qui aura lieu **le 4 février à 14 h (heure Paris)**

« La mobilité active et durable : quand la psychologie et la géographie se combinent pour mieux la comprendre et la promouvoir »



La soutenance aura lieu en hybride (présentiel et visioconférence).

En présentiel : à l'amphithéâtre de la MSH-Alpes (1221 avenue centrale au Domaine universitaire de Grenoble St-Martin d'Hères).

En visioconférence : veuillez vous inscrire sur le lien suivant : <https://enquetes-screen.msh-alpes.fr/index.php/128625?lang=fr> (nous allons vous envoyer le lien quelques jours avant la soutenance).

Membres du jury :

Aïna CHALABAEV – Professeure, Université Grenoble-Alpes (directrice de thèse)

Sarah DUCHÉ — Maître de conférences, Université Grenoble-Alpes (co-directrice de thèse)

Basile CHAIX — Directeur de Recherche, INSERM (rapporteur)

Olivier DESRICHARD - Professeur, Université de Genève (rapporteur)

Thomas BUHLER — Maître de conférences, Université Franche-Comté (examineur)

Paquito BERNARD — Professeur associé, Université de Québec à Montréal (examineur)

La mobilité active et durable : quand la psychologie et la géographie se combinent pour mieux la comprendre et la promouvoir

Résumé :

La voiture est le mode de transport le plus utilisé pour les déplacements quotidiens (63 % des déplacements quotidiens en France se font en voiture). Néanmoins, l'usage fréquent de la voiture est une source importante d'inactivité physique et est associé à une majeure émission des polluants de l'air et de gaz à effet de serre. Inversement, l'usage quotidien de la mobilité active et durable (le vélo, la marche à pied, les transports en commun et le covoiturage) est associé à une majeure activité physique, à une moindre émission de polluants de l'air et à une moindre empreinte carbone. C'est pour ces raisons qu'une diversité des mesures a été mise en place pour réduire l'usage de la voiture et augmenter l'usage de la mobilité active et durable : des leviers durs ciblant le changement du contexte géographique et économique des individus et des leviers doux ciblant le changement des facteurs principalement psychologiques comme l'intention ou l'attitude vis-à-vis de la mobilité active (des interventions de changement des comportements). La mise en place de ces mesures implique une connaissance approfondie des facteurs influençant la mobilité active et durable. Or, seulement quelques études semblent avoir mobilisé plus d'un cadre disciplinaire pour étudier la mobilité. Par ailleurs, les leviers mis en place dans le passé présentent des limites méthodologiques et théoriques : peu d'études ayant mobilisé des cadres méthodologiques robustes, peu d'études ayant suivi le changement de mobilité au-delà de 6 mois de l'étude, peu d'études mentionnant les théories mobilisées lors du choix des leviers. La question centrale de ce travail doctoral était de mieux comprendre les facteurs associés à la mobilité active et durable afin de proposer un protocole d'étude de changement des comportements de mobilité (vers une mobilité plus active et plus durable) fondée sur les théories scientifiques. Pour cela, cette thèse a combiné des approches psychologiques et géographiques et une diversité de méthodologies (des enquêtes, des entretiens individuels, des focus groups, une étude pilote). Les principaux résultats de ce travail doctoral indiquent que (a) la mobilité active et durable est indépendamment associée à des facteurs géographiques, à des facteurs sociodémographiques et à des facteurs psychologiques, (b) l'association entre certains facteurs géographiques et certains facteurs sociodémographiques et la mobilité active et durable peut être modérée par certains facteurs psychologiques, (c) l'étude ciblant le changement de mobilité (une étude contrôlée randomisée proposant six mois d'accès au transport, des conseils de mobilité personnalisés et des techniques motivationnelles comme la fixation d'objectifs et l'élaboration d'un plan d'action) est réalisable et fidèle lorsqu'elle est implémentée sur le terrain, (d) la formation proposée à l'équipe responsable de l'implémentation de l'étude semble être efficace pour augmenter leur efficacité de soi vis-à-vis de l'implémentation de l'étude et leurs connaissances dans le domaine de la mobilité et de la pollution de l'air. Les résultats de ce travail doctoral soulignent le besoin de combiner des approches interdisciplinaires afin de mieux comprendre la mobilité active et durable et afin de mieux la promouvoir.

Mots clés : changement de comportements, activité physique, mobilité active, mobilité, mobilité durable

Active and sustainable mobility: when psychology and geography work together to better understand and promote it

Abstract:

The car is the most widely used mode of transportation for daily travel (63% of daily trips in France are made by car). Nevertheless, frequent car use is a major source of physical inactivity and is associated with a major emission of air pollutants and greenhouse gases. Conversely, the daily use of active and sustainable mobility (cycling, walking, using public transport and carpooling) is associated with greater physical activity, lower air pollutant emissions and a smaller carbon footprint. For these reasons, a variety of measures have implemented to reduce car use and increase the use of active and sustainable mobility: hard levers targeting changes in the geographical and economic context of individuals and soft levers targeting changes in mainly psychological factors such as intention or attitude towards active mobility (behavior change interventions). The implementation of these measures requires an in-depth knowledge of the factors influencing active and sustainable mobility. However, only a few studies seem to have mobilized more than one disciplinary framework to study mobility. Moreover, the levers implemented in the past have methodological and theoretical limitations: few studies have mobilized robust methodological frameworks, few studies have followed the change in mobility beyond six months of the study, few studies have mentioned the theories mobilized when choosing the levers. The central question of this doctoral thesis was to better understand the factors associated with active and sustainable mobility in order to propose a study protocol for changing mobility behaviors (towards more active and sustainable mobility) based on scientific theories. For this purpose, this thesis has combined psychological and geographical approaches and a diversity of methodologies (surveys, individual interviews, focus groups, a pilot study). The main results of this doctoral work indicate that (a) active and sustainable mobility is independently associated with geographical, socio-demographic and psychological factors, (b) the association between some geographical and socio-demographic factors and active and sustainable mobility can be moderated by some psychological factors, (c) the study targeting mobility change (a randomized controlled trial offering six months of transportation access, personalized mobility counseling, and motivational techniques such as goal setting and action plan development) is feasible and shows an important degree of fidelity when it is implemented in the field, (d) the training offered to the implementation team appears to be effective in increasing their self-efficacy towards study implementation and their knowledge in the field of mobility and air pollution. The results of this doctoral work highlight the need to combine interdisciplinary approaches in order to better understand and promote active and sustainable mobility.

Keywords: Behavior change, physical activity, active transport, mobility sustainable transport