

Avis de Soutenance

Madame Louise RAMADAS

Psychologie et ergonomie

Soutiendra publiquement ses travaux de thèse intitulés
Les processus de régulation des émotions dans la dynamique de la sensibilité au rejet

Travaux dirigés par Monsieur Jean-Louis NANDRINO

Soutenance prévue le **mercredi 01 avril 2026** à 10h00
Lieu : Domaine Universitaire du Pont de Bois, 3 Rue du Barreau, 59650 Villeneuve-d'Ascq
Salle : A4122

Composition du jury proposé

M. Jean-Louis NANDRINO	Professeur des universités	Université de Lille	Directeur de thèse
M. François RIC	Professeur des universités	université de bordeaux	Rapporteur
Mme ANNE CONGARD	Professeure des universités	Université de Nantes	Rapporteure
Mme ELISE DAN-GLAUSER	Professeure des universités	Université de Lausanne	Examinatrice
Mme DELPHINE GRYNBERG	Professeure des universités	Université de lille	Examinatrice

Mots-clés : Sensibilité au rejet, Régulation des émotions, Trauma

Résumé :

Le rejet interpersonnel, même ponctuel, porte atteinte aux besoins fondamentaux d'appartenance sociale, d'estime de soi, de contrôle et d'existence significative, et déclenche des réponses émotionnelles, cognitives et comportementales visant à prévenir ou à compenser le rejet. Lorsque ces expériences se répètent ou se prolongent, elles sont progressivement intériorisées sous la forme d'attentes anxieuses de rejet, à l'origine de la sensibilité au rejet. Celle-ci est définie comme la tendance à anticiper le rejet de manière anxieuse, à le percevoir facilement et à y réagir de façon excessive dans les relations proches. Si cette dynamique a été conceptualisée comme un système spécifique de traitement cognitivo-affectif, la manière dont ces émotions sont régulées, ainsi que les contraintes rencontrées lors de leur mise en œuvre, demeurent encore insuffisamment caractérisées. La présente thèse visait à examiner le rôle des processus de régulation des émotions dans la sensibilité au rejet, en mobilisant plusieurs niveaux d'analyse. Les résultats suggèrent que la sensibilité au rejet est associée à une tendance à privilégier des stratégies de régulation non adaptatives et à un recours moins fréquent aux alternatives adaptatives. À partir d'une modélisation en PLS-SEM, les difficultés de régulation des émotions et de mentalisation apparaissent comme deux processus impliqués dans la relation entre l'exposition à des événements potentiellement traumatisants et la sensibilité au rejet. Par ailleurs, au cours de tâches engageant les processus de

régulation des émotions en réponse à des indices de rejet, la sensibilité au rejet est associée à un contrôle vagal au repos plus faible et à une réactivité vagale phasique émoussée, suggérant un fonctionnement autonome moins flexible. En particulier, la réévaluation, une stratégie adaptative de régulation des émotions, se distingue comme une stratégie particulièrement difficile à implémenter chez les personnes sensibles au rejet, reflétée par une réactivité électrodermale plus élevée, un sentiment subjectif d'échec et des difficultés perçues plus importantes. Enfin, en contexte de rejet explicite, les individus sensibles au rejet n'ont pas montré de stratégies attentionnelles spécifiques, mais des différences au niveau interprétatif, se traduisant par des évaluations plus négatives, plus intenses et plus rejetantes des situations. Pris ensemble, la présente thèse soutient l'importance de considérer les processus de régulation des émotions comme une composante centrale de la dynamique de la sensibilité au rejet et ouvre la voie vers des accompagnements psychologiques ciblés sur ces difficultés.

Abstract:

Interpersonal rejection, even when episodic, threatens the fundamental needs for belonging, self-esteem, control, and a meaningful existence, and triggers emotional, cognitive, and behavioral responses aimed at preventing or compensating for rejection. Repeated or chronic experiences of rejection are gradually internalized as anxious expectations of rejection, which form the core of rejection sensitivity. Rejection sensitivity is the disposition to anxiously expect, readily perceive, and overreact to rejection in close relationships. Although it is conceptualized as a distinct cognitive-affective processing system, the regulation of these emotions and the associated costs remains insufficiently explored. The present thesis aimed to examine the role of emotion regulation processes in rejection sensitivity across multiple levels of analysis. The findings suggest that rejection sensitivity is associated with a tendency to favor maladaptive regulation strategies and to use adaptive alternatives less frequently. Emotion regulation and mentalizing difficulties emerged as two underlying processes involved in the relationship between exposure to potentially traumatic events and rejection sensitivity. During active emotion regulation processes in response to rejection-related cues, rejection sensitivity was associated with lower tonic vagal control and blunted phasic vagal reactivity, suggesting reduced autonomic flexibility. In particular, reappraisal, an adaptive emotion regulation strategy, appeared particularly effortful for individuals high in rejection sensitivity, as evidenced by higher electrodermal reactivity, greater subjective feelings of failure, and increased perceived difficulty. In contexts of explicit rejection, individuals high in rejection sensitivity did not show specific attentional strategies, but rather interpretive differences, reflected in more negative, more intense, and more rejecting evaluations of situations. Taken together, the present thesis highlights the importance of considering emotion regulation processes as a central component of the dynamics of rejection sensitivity and opens the way for psychological interventions targeting these difficulties.