

TUTORAT SANTÉ BORDEAUX

Tutorat des Associations Etudiantes soutenu par université BORDEAUX

Préparation aux Concours Médicaux et Paramédicaux



CORRECTION - ED n°1 - UE7A

QCM 1 : CDE

- A. FAUX, il s'agit d'un terme aux origines **latines**.
B. FAUX, elles ont été classées en trois groupes pouvant être basés sur : les causes, les conséquences ou les interactions (appelées aussi : transactions) entre l'individu et son environnement.

QCM 2 : ABCD

- E. FAUX, un stress peut provoquer un strain mais de manière non systématique.

QCM 3 : ABE

- C. FAUX, les affects regroupent à la fois les émotions positives et les émotions négatives.
D. FAUX, les aspects conatifs relèvent des aspects motivationnels alors que les aspects cognitifs relèvent des processus de pensées.

QCM 4 : BDE

- A. FAUX, le modèle découle du courant et non l'inverse.
C. FAUX, on parle de courant interactionniste et de modèle transactionnel.

QCM 5 : ABE

- C. FAUX, le courant environnemental = situationniste = situationnel se compose du modèle biologique (biomédical) et le modèle behavioriste.
D. FAUX, ces échelles ne prennent pas en compte les perceptions du sujet.

QCM 6 : E

- A. FAUX, Selye est le père fondateur de la théorie du stress et non du modèle ! Attention ne pas confondre !
B. FAUX, le sujet est passif car il est soumis aux variations de son environnement sans pouvoir agir directement sur celui-ci. Si le contexte est stressant, le corps libère automatiquement des hormones.

C. FAUX, Pavlov et Selye font partie des auteurs clés du modèle biologique ainsi que Cannon, Laborit et Seligman. Mais Watson et Pavlov (avec le conditionnement) sont des auteurs clés du modèle behavioriste.

D. FAUX, selon le modèle biologique, le stress n'est pas forcément pathogène ("Eustress"/"Distress") bien qu'il provoquera toujours une libération d'hormones.

QCM 7 : CD

A. FAUX, attention, c'est aussi un auteur clé du modèle behaviorisme. Le professeur Quintard a insisté dessus cette année.

B. FAUX, Pavlov observe à l'autopsie un état de stress avéré. Le **SGA** sera décrit ultérieurement par **Selye**.

C. VRAI, l'état de stress avérée est constitué de différents symptômes qui forment donc un syndrome.

E. FAUX, Pavlov parle d'axe **cortico-viscéral**.

QCM 8 : E

A. FAUX, elles ne sont pas acquises mais archaïques/basiques/élémentaires.

B. FAUX, Cannon ne parle que de libération d'adrénaline : c'est Selye qui introduit le cortisol.

C. FAUX, les symptômes du syndrome d'urgence (augmentation du rythme cardiaque) sont temporaires. Ils ne sont pas visibles à l'autopsie.

D. FAUX, Cannon pense que l'émotion (ex: tristesse) et le sentiment subjectif de l'émotion (ex: se dire que "je suis triste") se développe au niveau du thalamus donc du SNC et non pas dans les viscères (=théorie antérieure à Cannon).

QCM 9 : ACDE

B. FAUX, au contraire l'inhibition de l'action est la réaction **la plus délétère**.

QCM 10 : BDE

A. FAUX, Selye incarne le courant environnemental.

C. FAUX, le SGA se compose de 3 phases, successivement : alarme, résistance et épuisement.

QCM 11 : BD

A. FAUX, au contraire, pour lui le stress c'est la vie.

C. FAUX, qu'il soit positif ou négatif, le stress peut générer un SGA.

E. FAUX, les hormones de stress sont **adrénaline** et **cortisol**.

QCM 12 : ADE

B, C. FAUX, il faut inverser les auteurs (Cannon → fight or flight, Laborit → inhibition de l'action).

QCM 13 : CDE

A. FAUX, on parle de modèle transactionnel ou de courant interactionniste mais PAS l'inverse ! Le reste est juste.

B. FAUX, ceci correspond au courant interactionniste. Dans le courant environnemental, le sujet est passif : on ne prend pas en compte la perception du sujet. (voir C)

QCM 14 : E

- A. FAUX, un courant est basé sur un **postulat**, qui n'a pas besoin d'être démontré, et non pas sur une hypothèse, qui elle doit être vérifiée.
- B. FAUX, Selye est un auteur caractéristique du courant environnemental.
- C. FAUX, c'est la thérapie individuelle qui est privilégiée, la thérapie familiale est appliquée au courant interactionniste.
- D. FAUX, le conditionnement est une application du courant environnemental.

QCM 15 : ACD

- B. FAUX, ABCDE correspondent aux 5 **types** de personnalités, seuls les ABC sont décrits en cours.
- E. FAUX, le N correspond au névrosisme !

QCM 16 : ABE

- C. FAUX, la période de rappel rétrospective est de 24 mois (= 2 ans).
- D. FAUX, 70% des personnes ayant un score supérieur à 300, et 50% des personnes ayant un score situé entre 150 et 300 (l'inverse de l'énoncé).

QCM 17 : ABC

- D. FAUX, elle n'est pas exhaustive, il manque par exemple la perte d'un animal de compagnie (qui peut constituer un événement stressant majeur dans la vie d'une personne).
- E. FAUX, l'oubli constitue un biais important de cette échelle ; si une personne oublie un événement, son score est alors biaisé et la prédictivité de l'échelle perd tout son sens. C'est pour cela que les événements de vie majeurs sont de faibles facteurs de risques et de bons facteurs pronostiques.

QCM 18 : BCD

- A. FAUX, Lazarus et Kanner sont à l'origine de cette échelle. Le reste est juste.
- E. FAUX, cette échelle est biaisée en partie car elle est utilisée rétrospectivement. C'est à dire que l'on demande au sujet qui vient en consultation de se rappeler des petits tracas qui lui arrivent dans sa vie. Or, les événements récents peuvent influencer le rappel d'autres événements. De plus, les événements de vie mineurs étant sournois, le sujet oublie de citer certains événements. Dans la mesure liée aux événements de vie mineurs, on retrouve les mêmes critiques que la méthode mise en place par Holmes et Rahe.

QCM 19 : ACE

- B. FAUX, le rôle d'étudiant n'existe pas dans cette échelle, le quatrième est celui du "professionnel". Le reste est juste.
- D. FAUX, l'évaluation des stressseurs spécifiques possède un biais. En effet, la procédure de recueil de données est rétrospective (Cf QCM18). C'est pour cela qu'on passe par une méthode en deux temps (évaluation diachronique) : on étudie la personne avant puis après l'événement programmé.

QCM 20 : BCE

- A. FAUX, Holmes et Rahe ont développé l'échelle des événements de vie majeurs.
- D. FAUX, elle a une période de rappels plus courte (4 semaines) que celle des événements de vie majeurs (2 ans). On considère qu'au-delà de 4 semaines on risque d'oublier des événements.

QCM 21 : BDE

A. FAUX, c'est le postulat du courant environnemental. Le courant interactionniste postule que les conduites du sujet dépendent des transactions permanentes entre lui et son environnement.

C. FAUX, **Lazarus et Folkman** sont à l'origine du courant interactionniste. Lazarus et Kanner sont à l'origine de l'échelle des événements de vie mineurs.

QCM 22 : AC

B. FAUX, l'évaluation secondaire permet au sujet de déterminer son **contrôle perçu**.

D. FAUX, c'est le LOC de Rotter et l'expectation de Bandura.

E. FAUX, c'est l'attribution causale de Heider et les trois caractéristiques bipolaires développées par Weiner.

QCM 23 : ACD

B. FAUX, c'est l'inverse, le réseau social a été mis en évidence par Caplan et le soutien social perçu par Gentry et Kobasa.

E. FAUX, ce n'est pas le soutien parental mais le soutien **informatif**. Néanmoins, pour le soutien d'estime et le soutien matériel, ce sont souvent les parents qui interviennent.

QCM 24 : B

A. FAUX, la stratégie de coping dépend grandement des ressources psychosociales (= ressources individuelles et sociales).

C. FAUX, ce sont les stratégies centrées sur le problème ou coping vigilant qui entraînent une baisse indirecte de la tension émotionnelle.

D. FAUX, voir C.

E. FAUX, le coping évitant a pour objectif premier de réduire la tension émotionnelle, il ne vise donc pas à contrôler directement la situation.

QCM 25 : BE

A. FAUX, "il est énervé et accuse sa mère", c'est une réaction qui lui sert à évacuer son stress mais il ne résout pas le problème, donc il est dans un coping centré sur l'émotion.

C. FAUX, il accuse sa mère, ce n'est donc pas de l'attribution causale interne. Il est plutôt dans l'externalité

D. FAUX, le coping, c'est quand on réagit face à une situation, ce n'est pas de l'anticipation.

QCM 26 : ABDE

C. FAUX, l'instabilité traite de la durée des événements, et pas du sujet en lui-même. L'instabilité est même une caractéristique protectrice pour le sujet.

QCM 27 : ABE

A. VRAI, le LOC interne c'est la **tendance** que l'on a à penser que ce qui nous arrive est à cause de nous. Comme on a bien précisé que c'était une **habitude**, c'est vrai.

C. FAUX, l'endurance c'est Internalité + Engagement + Défi. Ici il n'y a aucune notion de défi ni d'engagement.

D. FAUX, elle appelle bien son oncle pour qu'il vienne lui ouvrir la porte, ce n'est en aucun cas une recherche d'affection, elle ne l'appelle pas pour qu'il lui remonte le moral puisqu'elle s'est déjà ressaisie toute seule.

QCM 28 : ABCDE

B. VRAI, dans le courant interactionniste, le stress est toujours délétère (il n'y a pas de bon stress).

QCM 29 : AE

B, C. FAUX, c'est Bandura qui a développé le concept d'expectation : Cyrulnik a mis en évidence le concept de résilience et Antonovsky a travaillé sur le sens de la cohérence.

D. FAUX, petit piège, Caplan a bien développé la notion de réseau social, mais cette notion fait partie des ressources sociales et pas personnelles, attention au contexte.

QCM 30 : BCD

A. FAUX, c'est Lazarus et Folkman qui ont donné cette définition, Lazarus et Kanner ont développé l'échelle des événements de vie mineurs.

E. FAUX, Laborit a montré l'existence d'une troisième réaction basique de l'organisme face à une situation stressante : l'inhibition de l'action. De plus, le réseau social perçu n'existe pas : on a le réseau social de Caplan qui est quantitatif.

Sujet QROC : Expliquez en quoi le terme de stress est complexe et développez les trois réactions mises en évidence dans le courant environnemental (hors SGA).

Pour Selye, à l'origine de la théorie du stress, "le stress, c'est la vie". Il existe le bon stress et le mauvais stress ce qui montre toute l'ambivalence de ce terme. Il est également chef de file du **courant environnemental** dont découle le **modèle biologique**, qui admet pour postulat que les conduites d'un individu et leurs évolutions sont régies quasi-exclusivement par l'environnement dans lequel il évolue. Nous expliquerons en quoi le terme de stress est complexe, puis nous évoquerons les trois réactions mises en évidence dans ce courant.

Le terme "stress" a subi une **évolution sémantique** entre le **17ème siècle** (où il apparaît en **Angleterre** comme **conséquence d'une vie éprouvante**) et le **20ème siècle** où il est considéré en **France** comme cause de tension aboutissant à une rupture.

Du latin **stringere** signifiant lier, (res)serrer, ce terme a donné les mots « **détresse** » et « **êtreindre** ». Ce dernier peut être lié à un affect **positif** (câliner) ou **négatif** (étrangler), ce qui montre l'ambivalence de ce terme.

Pour finir, le terme "stress" est également complexe car il est à la fois **scientifique et populaire**, au **carrefour de nombreuses disciplines** (en physique avec la notion de "strain", en psychologie avec la "décompensation", botanique...). On dit qu'il est **polysémique** (désigne aussi bien une cause qu'une conséquence ou qu'une interaction). Ce n'est qu'en **1984** que **Lazarus et Folkman** établiront une **définition consensuelle**.

Dans le courant environnemental, **trois réactions** sont soulignées face à un stressor. Tout d'abord, **Cannon** a montré l'existence de **deux réactions élémentaires** face à un stressor : l'**attaque "Fight"** ou la **fuite "Flight"**. Ces deux réactions totalement opposées libèrent la même hormone : l'**adrénaline**. Il a également découvert que ces individus présentaient un **syndrome d'urgence** caractérisé par un **afflux massif de sang** vers les

muscles et le cerveau, une **augmentation du rythme cardiaque**, une **hypersudation** et une **piloérection**.

Laborit a mis en évidence la troisième réaction possible : l'**inhibition de l'action**. L'individu est dans une situation où il ne peut ni agir ni fuir : il est totalement démuni. Cette réaction est **la plus délétère** pour un individu. Mais, il peut s'en sortir en ayant recours à une stratégie de **distraction cognitive** ou en ayant recours à un **soutien social**.

Nous avons bien vu la complexité du terme "stress" et les trois réactions possibles face à une agression selon le courant environnemental. Par ailleurs, nous pouvons mentionner que Selye a découvert le Syndrome Général d'Adaptation (SGA), qui est une réponse unique et spécifique de l'organisme face à une agression.

Note de correction du QROC : Pour la conclusion, vous pouviez également ouvrir sur les limites du courant environnemental, sur le courant interactionniste...