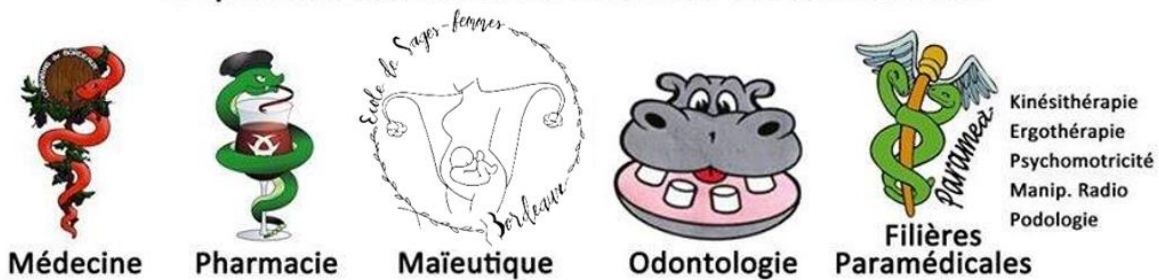


TUTORAT SANTÉ BORDEAUX

Tutorat des Associations Etudiantes soutenu par université BORDEAUX

Préparation aux Concours Médicaux et Paramédicaux



Médecine

Pharmacie

Maïeutique

Odontologie

Filières Paramédicales

Kinésithérapie
Ergothérapie
Psychomotricité
Manip. Radio
Podologie

UE7a - CORRECTION - COLLE n°1

Fait avec amour par Anna, Charlotte, Colin, Doris, Flavie, Florian, Inès, Johanna, Jonathan, Julie, Juliette, Justine, Laura, Léa, Loren, Louise, Lucie, Maïna, Manon, Marie S, Marie T, Martin, Mathilde F, Mathilde M, Mélissande, Nicolas, Pauline, Pierre, Quentin, Valentine, Yasmine, Zoé.

QCM 1 : BCE

A. FAUX, le terme stress est **polysémique** car il possède une centaine de définitions. On parle d'un stress multidisciplinaire lorsqu'il est utilisé dans différents domaines comme la botanique ou l'immunologie.
D. FAUX, le stress est un concept au carrefour de diverses disciplines : les sciences physiques, l'immunologie ou la botanique par exemple peuvent aussi l'étudier.

QCM 2 : D

A. FAUX, au XVIIème en Angleterre, le stress est la **conséquence** d'une vie éprouvante.
B. FAUX, la définition consensuelle du stress a été publiée en 1984, donc au **XXème** siècle.
C. FAUX, Lazarus et **Folkman** sont à l'origine de cette définition.
E. FAUX, le terme strain est utilisé en physique. Chez l'Homme et en psychologie, on parle d'un état de **décompensation**.

QCM 3 : ACE

Réponse : Ail

B. FAUX, la taxonomie ou taxinomie correspond à la description et à la classification.
D. FAUX, ce sont les **conations**.

QCM 4 : ABCE

B. VRAI, le conditionnement naît du modèle comportementaliste (= behavioriste) mais devient une application utile dans le modèle biologique pour prouver les découvertes des différents auteurs.
D. FAUX, **Selye**, avec son modèle biologique, en vient à cette conclusion.

QCM 5 : E

A. FAUX, Selye est le père du modèle **biologique** !
B. FAUX, Lazarus et Folkman sont les auteurs marquants du modèle **transactionnel**.
C. FAUX, on les étudie à travers le courant **dispositionnel**.
D. FAUX, elles découlent des études de Selye donc du modèle **biologique** et du courant environnemental.

QCM 6 : BDE

A. FAUX, dans le modèle systémique, un « tout » est constitué de la somme des différentes parties qui le constituent **et leurs interactions**.
C. FAUX, on parle de **courant interactionniste** dont découle le **modèle transactionnel** !

QCM 7 : BCDE

- A. FAUX, il y a seulement **2 phases** : phase d'évaluation et phase de réaction. La phase de réévaluation n'est pas comptée comme une phase en elle-même.
- C. VRAI, le stress est **toujours potentiellement** pathogène pour le sujet car il est évalué par celui-ci comme "dépassant de ses ressources et pouvant mettre en danger son bien-être".

QCM 8 : ABE

- C. FAUX, le modèle behavioriste précise qu'un stimulus dans l'environnement provoque **UNE** réponse de l'organisme.
- D. FAUX, Pavlov contribue au modèle behavioriste mais c'est surtout **Watson** qui a le plus porté ce modèle.

QCM 9 : BD

- A. FAUX, Pavlov est bien le premier à contribuer au courant environnemental, mais la **théorie du stress** est de **Selye**.
- C. FAUX, effectivement deux situations peuvent mettre à mal cet axe : une succession de stimuli environnementaux et des stimulations **paradoxaes**.
- E. FAUX, les symptômes décrits sont ceux du syndrome d'urgence développé par Cannon. Les symptômes d'un état de stress avéré sont : une hypertrophie des glandes surrénales, une atrophie du thymus et des ulcères gastro-duodénaux.

QCM 10 : AE

- B. FAUX, Cannon met en évidence des réactions élémentaires que sont l'attaque (fight) et la fuite (flight). C'est Seligman qui s'intéresse à la résignation.
- C. FAUX, selon Cannon, ces réactions entraînent seulement la libération **d'adrénaline**.
- D. FAUX, le syndrome d'urgence est la phase préparatoire de l'organisme pour faire face à l'agression.

QCM 11 : AB

- B. VRAI, Laborit appelle cela le "divertissement cognitif" ou "contrôle occupationnel".
- C. FAUX, le syndrome d'urgence est un concept développé par Cannon ! Attention à bien associer chaque concept à chaque auteur.
- D. FAUX, le flight/fight a été développé par Cannon. La troisième réaction archaïque, l'inhibition de l'action, est selon Laborit la situation la plus délétère. C'est une situation pour laquelle l'individu ne peut ni agir ni fuir.
- E. FAUX, Cannon est à l'origine de la théorie centrale des émotions au niveau du thalamus.

QCM 12 : B

- A. FAUX, Selye évoque deux types de stress : l'eustress (bon stress) et le distress (mauvais stress).
- C. FAUX, Selye est un auteur du courant environnemental qui est réducteur car il ne considère que l'environnement et pas le sujet. Au contraire, le modèle transactionnel du courant interactionniste est lui considéré comme heuristique (innovant et moteur d'avancée).
- D. FAUX, les travaux de Selye sur le stress ont dominé toutes les recherches sur le stress des années 1930 à 1970. Puis dans les années 70-80, ils ont été remis en question et invalidés par les psychobiologistes.
- E. FAUX, l'organisme répond de manière **aspécifique**, **UNIQUE** à l'agression en produisant de l'adrénaline et du cortisol.

QCM 13 : B

- A. FAUX, SGA = **SYNDROME** général d'adaptation !!!!!
- C. FAUX, lors de la phase 1 (ou phase d'alarme), on a une MISE EN PLACE des deux systèmes de production de l'adrénaline et du cortisol et c'est donc au cours de la phase 2 (ou phase de résistance) que les taux d'hormones sont maximaux.
- D. FAUX, tout événement stressant n'entraîne pas une phase d'épuisement, donc on ne peut pas toujours parler de SGA.
- E. FAUX, la troisième phase du SGA est la phase **d'épuisement** avec perte inéluctable de la résistance et l'apparition de pathologies et de troubles.

QCM 14 : D

- A. FAUX, il s'agit de Lazarus et **Kanner**.
- B. FAUX, les événements de vie majeurs n'ont pas une bonne valeur prédictive (facteur de risque), contrairement aux événements de vie mineurs.
- C. FAUX, les items ont été classés par ordre **décroissant (du plus au moins cité)**.
- E. FAUX, cet événement peut être objectivement **positif** (mariage, bébé...) comme **négatif** (divorce, mort conjoint...).

QCM 15 : AB

- C. FAUX, on parle du rôle de **gestionnaire de budget**.
- D. FAUX, la période de rappel de l'échelle des événements de vie majeurs est de **2 ans**.
- E. FAUX, les événements de vie mineurs sont **additifs** (qui s'accumulent) et pas addictifs !

QCM 16 : ACE

- B. FAUX, la période de rappel de 2 ans est un **inconvenient** à cette échelle car il y a un **risque d'oubli** de la part du sujet. SRRS = Échelle de réajustement social = Echelle des événements de vie majeurs.
- D. FAUX, la liste est **non exhaustive**. Il s'agit d'ailleurs d'une de ses limites.

QCM 17 : ACE

- B. FAUX, c'est à partir des **années 70-80** qu'on tend vers une approche transactionnelle du stress.
- D. FAUX, c'est justement parce que la formulation des items est **large** que la PSS permet une bonne évaluation du stress perçu. En effet, elle prend en compte une multitude d'événements (pas de choix à faire dans une liste restreinte) ainsi que la perception du sujet.

QCM 18 : BE

- A. FAUX, c'est le modèle transactionnel et le courant interactionniste.
- C. FAUX, c'est le **sujet** lui-même qui évalue ses ressources et non une personne tierce.
- D. FAUX, dans le cadre du courant interactionniste, le bon stress est une aberration. Le stress sera forcément **pathogène**.

QCM 19 : AD

- B. FAUX, lors d'une évaluation en termes de défi, le degré de stress perçu sera **faible** (car lié à des affects plutôt positifs). En revanche, lorsque j'évalue une situation en termes de perte ou de menace, alors mon stress perçu sera élevé (affects plutôt négatifs).
- C. FAUX, la perte d'un être cher sera systématiquement évaluée en termes de **perte** et non de menace.
- E. FAUX, les évaluations primaire et secondaire sont **indépendantes**. Toutes les combinaisons sont possibles. Dans le cas présenté ici, je peux évaluer une situation en termes de menace et avoir un degré de stress perçu élevé mais me rendre compte, lors de l'évaluation secondaire, que j'ai un contrôle de la situation élevé car j'ai beaucoup de ressources pour faire face à l'événement.

QCM 20 : DE

- A. FAUX, le SOC est un concept développé par **Antonovsky**. Cyrulnik est à l'origine du concept de résilience.
- B. FAUX, l'expectation est une ressource personnelle décrite par **Bandura** (moyen mnémo: *j'espère que tu banderas*). Kobasa est à l'origine du concept d'endurance.
- C. FAUX, lorsque l'individu procède à une **attribution causale**, il ne prend pas en compte son trait de personnalité habituel, mais ce qu'il fait ou pense à un moment donné. Le LOC est une croyance **généralisée** dans le fait que le cours des événements et leur issue dépendent ou non de son propre comportement.

QCM 21 : AB

- C. FAUX, **Cyrulnik** est à l'origine du concept de résilience.
- D. FAUX, l'**attribution causale** par exemple, est une ressource personnelle évaluée a **posteriori**.
- E. FAUX, la troisième catégorie est la **contrôlabilité/incontrôlabilité**.

QCM 22 : BCE

Réponse : un petit rien

- A. FAUX, c'est le soutien social perçu de Gentry et **Kobasa**. Le reste est vrai.
- D. FAUX, le soutien empathique = le soutien affectif. Il n'y a que 4 facettes spécifiques.

QCM 23 : BD

- A. FAUX, les stratégies de coping correspondent bien à la phase de réaction mais celle-ci est distincte de la phase d'évaluation.
- C. FAUX, ce sont les réactions qu'un individu interpose pour **TENTER** de maîtriser, diminuer ou tolérer l'impact (désolé c'est bêtard mais c'est ultra important, un individu ne va pas forcément arriver à avoir un effet sur l'impact d'un événement).
- E. FAUX, il en existe bien 2 types mais selon Suls et Fletcher ce sont les coping évitant et vigilant. Les coping centré sur le problème ou centré sur l'émotion ont été développés par Lazarus et Folkman.

QCM 24 : B

- A. FAUX, coping centré sur le problème = vigilant, coping centré sur l'émotion = évitant.
- C. FAUX, le coping vigilant vise à contrôler la SITUATION, pas le sujet.
- D. FAUX, il n'y a pas de coping plus efficace qu'un autre.
- E. FAUX, la recherche de soutien est une troisième métastratégie, en plus des coping centrés sur le problème ou sur l'émotion.

QCM 25 : AD

Suite au prochain épisode...

- A. VRAI, ici il perçoit un danger pour le bien-être de l'empire donc il évalue la situation comme une menace (*possibilité de perte : la fin de l'empire*). Or des affects d'états émotionnels se manifestent face aux différentes évaluations. Pour la **perte** et la **menace**, le sujet éprouve de la peur, de l'agressivité, de la colère. Pour le **défi**, cela correspond à de la joie, du bonheur voire de la jouissance.
- B. FAUX, voir A
- C. FAUX, **Kobasa** met en évidence un type de personnalité caractérisé par une **internalité**, un **engagement** (jusque-là tout est bon) et la présence d'un **défi**. Or, la situation est évaluée comme une menace et non un défi.
- E. FAUX, ATTENTION, nous sommes dans la phase de **réaction** donc a posteriori, après l'action de Dark Vador face à la menace. Or, le soutien social perçu appartient à l'évaluation de ses ressources sociales dans la phase **d'évaluation secondaire** donc à priori, avant qu'il n'intervienne. Il ne faut pas confondre **recherche d'information ou de soutien** (qui est une stratégie de coping) et le **soutien perçu** !

QCM 26 : ABE

- C. FAUX, **Weiner** a établi les trois caractéristiques bipolaires de l'attribution causale.
- D. FAUX, Antoine, en rédigeant des avis de recherche, va établir un plan d'action pour résoudre le problème. Il s'agit donc d'un coping **vigilant**, qui s'accompagne d'une baisse indirecte de sa tension émotionnelle.

QCM 27 : ABCE

- D. FAUX, on ne peut jamais en être sûr.

QCM 28 : CE

- A. FAUX, elle a mis en place un coping dit "évitant".
- B. FAUX, ce n'est pas parce qu'elle a mis en place un coping dit "évitant" que c'est ce qu'elle fait d'habitude.
- D. FAUX, voir item C.

QCM 29 : BE

- A. FAUX, la prise en compte intégrative repose sur trois niveaux : les caractéristiques du contexte dans lequel le sujet évolue, les dispositions personnelles du sujet et ce que le sujet pense et fait à un moment donné dans une situation donnée.
- C. FAUX, c'est le **MODÈLE** transactionnel qui permet un éclairage sur les enjeux de l'ajustement du sujet à une situation stressante.
- D. FAUX, au contraire on peut qualifier ce modèle d'heuristique (= innovant).

QCM 30 : BD

- A. FAUX, c'est l'inverse : dans le courant interactionniste, la relation du sujet avec son environnement est **bidirectionnelle** tandis que dans le courant environnemental, elle est **unidirectionnelle**.
- C. FAUX, la prise en compte de la perception du sujet n'est pas retrouvée dans le courant environnemental mais dans le courant **interactionniste**.

E. FAUX, le courant environnemental voit le stress comme quelque chose qui n'est pas forcément pathogène, comme le pensait Selye avec l'eustress/distress.

Sujet QROC : « L'Homme ne peut recevoir qu'une définition biologique ». Yves Coppens. Présentez les principales contributions du modèle prédominant lié à cette citation, à la compréhension du concept de stress.

La citation de Yves Coppens s'inscrit dans le **courant environnemental** qui admet pour **postulat** que les conduites du sujet et leur évolution dépendent quasi exclusivement des spécificités du contexte. Le principal modèle de ce courant se nomme le **modèle biologique**, nous verrons ici quels sont les principaux auteurs de ce modèle.

En premier lieu, **Pavlov** a découvert le rôle de l'**axe cortico-viscéral** dans le maintien de l'**homéostasie**. Il met en évidence que la **succession de stimuli environnementaux** ou les **stimuli paradoxaux** peuvent être à l'origine d'une **névrose expérimentale** chez l'animal. Transposée à l'humain, celle-ci se caractérise par un **état de stress avéré** (visible à l'autopsie) dont les symptômes sont des **ulcères gastro-duodénaux, une hypertrophie des surrénales et une atrophie du thymus**.

Cannon, second auteur de ce modèle, identifie les **deux réactions élémentaires – archaïques – basiques et antagonistes** d'un organisme face à une agression externe : l'**attaque** ou la **fuite** (théorie du **Fight or Flight**), qui s'accompagnent toutes deux d'une libération d'**adrénaline**. Il développe également le **syndrome d'urgence** qui constitue une phase préparatoire de l'organisme face à une agression et se manifeste par l'apparition de symptômes tels que l'**hypersudation**, l'**augmentation de la tension artérielle**, l'**augmentation du rythme cardiaque**, **des troubles gastro-intestinaux ou encore l'afflux sanguin vers les muscles et le cerveau**. Enfin, Cannon est responsable de la **théorie centrale des émotions** qui met en avant le **thalamus** et qui s'oppose à la théorie périphérique de James et Lange se centrant sur les viscères.

De son côté, **Laborit** découvre chez l'animal une **3^{ème} réaction archaïque** bien plus délétère appelée l'**inhibition de l'action**. Celle-ci consiste en une perte totale de contrôlabilité associée à une résignation et entraîne un **état de stress avéré**. Laborit s'aperçoit également que le combat entre les animaux peut constituer une **distraction cognitive** et faire office de facteur protecteur. Les recherches de Laborit ont inspiré les travaux de **Seligman** sur l'**impuissance acquise** dans le domaine de l'éducation.

Enfin, **Selye** est le **père fondateur de la théorie du stress** et théorise, en **1936**, le **Syndrome Général d'Adaptation (SGA)**, qui constitue une réaction **unique, stéréotypée et aspécifique** face à un stressor. Celui-ci se divise en 3 phases **obligatoires** : phases d'**alarme**, de **résistance** et d'**épuisement**. Au cours des phases d'alarme et de résistance, les systèmes hormonaux **médullo-surrénalien** et **cortico-surrénalien** sont respectivement responsables de la sécrétion d'**adrénaline** et de **cortisol** permettant à l'organisme de résister pendant un certain temps à un stressor. Cela correspond à la réaction de l'organisme face à une perte d'homéostasie observée durant la phase d'alarme. Si l'évènement stressant vient à s'éterniser le corps passe en phase d'épuisement et des symptômes apparaissent (**état de stress avéré**, maladies auto-immunes). On parle de **décompensation**.

Ainsi, de nombreux auteurs ont participé au modèle biologique mais celui-ci possède de nombreuses limites. La plus importante est son **déterminisme environnemental** qui ne prend pas en compte la perception du sujet qui est alors **passif**, ce modèle est donc désigné comme **réducteur**. La relation entre le sujet et son environnement est **unidirectionnelle**, la réaction est **unique et aspécifique**. Par la suite, des **échelles de mesures de stress « objectif »** émergeront des travaux de Selye et constituent aujourd'hui des outils utilisés en psychologie.