



الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية

وزارة التربية الوطنية

مؤسسة التربية و التعليم الخاصة سليم

ETABLISSEMENT PRIVE D'EDUCATION ET D'ENSEIGNEMENT SALIM



www.ets-salim.com



021 87 10 51



021 87 16 89



Hai Galloul - bordj el-bahri alger

رخصة فتح رقم 1088 بتاريخ 30 جانفي 2011

مغربي- ابتدائي- متوسط - ثانوي

إعتماد رقم 67 بتاريخ 06 سبتمبر 2010

Niveau :2ASL

Décembre 2016

Composition de français – 1^{er} trimestre

Durée :03h00

Texte :

En quoi consiste le stress dont on parle tant sans bien connaître son mécanisme ? Pour le professeur Selye, c'est « la réponse de l'organisme non spécifique à toute sollicitation ». En termes plus simples : la réaction de l'organisme à une modification de son environnement. Le terme stress, qui exprime une notion de contrainte a tout d'abord été utilisé par les ingénieurs pour définir la force exercée sur un matériau, ou la résistance que peut opposer ce matériau à telle force.

On remarque qu'une mauvaise nouvelle provoque un stress, mais une bonne nouvelle aussi.

On pense que le changement quel qu'il soit perturberait l'organisme.

Hans Selye avance l'exemple suivant : on apprend à une mère que son fils militaire est mort sur le champ de bataille ; la nouvelle lui fait subir un stress. Quelques mois plus tard, on apprend à la mère que son fils est vivant. Cette nouvelle fait également subir un stress à la mère, qui peut être aussi important que le premier.

Donc la mère à l'annonce de la mort de la mort de son fils, aussi bien que lorsqu'elle apprend qu'il est vivant subit des modifications biologiques identiques qui ne varient que par leur intensité.

La science moderne a multiplié les causes du stress. Certes, l'homme de la préhistoire a été soumis à des agressions souvent importantes ; faim, froid pour faire face aux forces de la nature. Chez l'homme industrialisé, la quantité des agents stressants a été multipliée. Le stress commence avec le bruit du réveil matin, continue ensuite dans les embouteillages, les repas précipités, la menace du chômage, la monotonie du travail, l'abus du tabac ou le café.

Cependant il ne peut y avoir de vie sans stress, souligne le professeur Selye, ce qui est nocif c'est la sollicitation continue de l'organisme par des agressions répétées, c'est-à-dire la création de ce que l'on pourrait appeler un état de stress chronique durant lequel les agents stressants se présentent à intervalles si rapprochés que l'organisme est constamment en état d'adaptation.

D'après Jean Ferrara

Corrigé :

- 1) Face aux modifications de l'environnement.
- 2) C'est la force exercée sur un matériau, ou la résistance que peut opposer ce matériau à telle force.
- 3) Dangereux
- 4)

Observation	Hypothèse	Expérience (exemple)	Conclusion
On remarque..... ...une bonne nouvelle aussi	On pense..... l'organisme.	Hans Selye avance l'exemple.....le premier.	Donc la mère.....inten sité.

5)

Causes du stress chez l'homme préhistorique	Causes du stress chez l'homme industrialisé
Faim, froid	Bruit du réveil matin, embouteillages, repas précipités, menace du chômage, monotonie du travail, abus du tabac ou café.

- 6) Une reformulation : « ...c'est-à-dire la création de ce que l'on pourrait .. »
Une énumération : « ... les embouteillages, les repas précipités, la menace du chômage, la monotonie du travail... »
- 7) En annonçant à une mère la mort de son fils, la nouvelle lui fera subir un stress.
- 8) -Les agressions extérieures provoquent le stress.
Or le bruit fait partie des agressions extérieures.
Donc le bruit provoque le stress.
- 9) Titre : le stress, une réaction de l'organisme face au changement