

Dr Mahmoud BOUDARENE

# LE STRESS

Entre bien être et souffrance

*Ouvrage préfacé par les professeurs :*

Farid KACHA

Jean Jacques LEGROS

**BERTI**  
Editions

Mahmoud BOUDARENE

038617

(5)

PS 240



de Michel Mierck

# Le Stress

Entre bien-être et souffrance

**BERTI**  
EDIZIONE

# TABLE DES MATIÈRES

Première Préface .....	IX
Deuxième Préface.....	XI
Avant Propos.....	XIII
<b>CHAPITRE 1</b>	<b>1</b>
Historique	
<b>CHAPITRE 2</b>	<b>7</b>
Qu'est-ce que le stress?	
1 - La définition.....	8
2 - Le coping.....	8
3 - La réaction de stress.....	9
4 - L'état de stress.....	10
5 - La dynamique du stress.....	12
6 - Les facteurs de stress.....	12
<b>CHAPITRE 3</b>	<b>15</b>
Stress et psychologie cognitive	
1 - L'évaluation.....	15
2 - L'anticipation.....	16
3 - Le contrôle.....	17
4 - Les facteurs de vulnérabilité et de protection.....	17
4-1- Les événements de vie traumatisants.....	21
4-2- Le stress perçu et le contrôle perçu.....	22
4-3- La personnalité et le tempérament.....	22
4-3-1- La personnalité et le tempérament.....	23
4-3-2- Les personnalités types A et C.....	25
5 - Les caractéristiques sociales.....	28
6 - Le soutien social.....	33
7 - Le lieu de contrôle.....	35
8 - Les stratégies adaptatives.....	140

**CHAPITRE 4**

Stress, émotion et anxiété

39

**CHAPITRE 5**

Stress et psychophysiologie cognitive

45

1 - Qu'est ce que les potentiels endogènes?.....	45
2 - Méthodes d'acquisition.....	46
2-1- Le complexe positif P300.....	46
2-1-1- Le paradigme expérimental.....	46
2-1-2- Enregistrement du signal EEG.....	46
2-1-3- Mesures .....	47
2-2- Variation contingente négative (VCN).....	47
2-2-1- Paradigme expérimental .....	47
2-2-2- Enregistrement du signal.....	47
2-2-3- Mesures.....	47
3 - Signification des potentiels endogènes.....	48
4 - Neurophysiologie et potentiels endogènes.....	50
5 - Neurochimie et potentiels endogènes.....	50
6 - Psychopathologie et potentiels endogènes.....	51

**CHAPITRE 6**

Biologie du stress

53

1 - Rôle de l'axe corticotrope.....	53
1 - 1 - La corticotropin releasing hormone (CRH).....	55
1 - 2 - L'arginine vasopressine (AVP).....	58
1 - 3 - L'ocytocine.....	60
1 - 4 - L'adrénocorticotropine (ACTH).....	61
1 - 5 - Le cortisol.....	62
1 - 6 - Le déhydroépiandrostérone (DHEA).....	69
2 - Rôle du système sympathique.....	74
3 - Stress et neuro-immunomodulation.....	81
4 - Organisation de la réponse du stress.....	85

**CHAPITRE 7**

Stress et pathologie	89
----------------------	----

**CHAPITRE 8**

Stress et travail	101
-------------------	-----

1 - Le concept du travail: Historique et définition.....	102
2 - Les exigences de la vie au travail : niveaux de stress.....	104
2-1- Les exigences professionnelles : les conditions de travail.....	104
2-2- Les exigences organisationnelles : les valeurs et la culture de l'entreprise.....	110
2-3- Le niveau interpersonnel : les relations entre les individus.....	115
2-4- Le niveau individuel.....	117
3 - Les répercussions du stress.....	118
3-1- Répercussions sur les sujets.....	118
3-2- Répercussions sur le travail et l'entreprise.....	120

**CHAPITRE 9**

Etat de stress post-traumatique	123
---------------------------------	-----

1 - Historique et définition.....	123
2 - Clinique de l'état de stress post-traumatique.....	126
3 - Processus de victimisation primaire.....	130
3 - 1 - La nature et l'intensité de l'agression.....	130
3 - 2 - Les facteurs de prédisposition.....	131
3 - 3 - Le sentiment de culpabilité.....	133
3 - 4 - Le rôle de l'information et des médias.....	134
3 - 5 - Le bouleversement des certitudes et des croyances.....	135
3 - 6 - Un destin compromis.....	136
3 - 7 - Le viol.....	137
3 - 8 - Le terroriste et ses actes.....	140
3 - 9 - La situation intenable des services de sécurité.....	142
3 - 9 - 1 - Le terrorisme.....	142
3 - 9 - 2 - Le printemps noir de Kabylie.....	144
3 - 9 - 3 - L'environnement professionnel.....	145
3 - 9 - 4 - Les militaires du contingent.....	148
4 - Processus de victimisation secondaire.....	148

