***-Université de Sétif***

***-Faculté des Sciences Humaines et Sociales 2ème année Master***

***-Département de psychologie 2024/2025***

***Examen du module de français 1ème série***

***Corrigé type***

"La psychothérapie est une interaction planifiée, chargée d'émotions et de confiance, entre un guérisseur socialement reconnu et une personne qui souffre. Au cours de cette interaction, le guérisseur cherche à soulager la détresse du patient par la communication symbolique, principalement des mots, mais aussi parfois par des activités corporelles."

1-Donnez deux définitions institutionnelles de la psychothérapie : (une définition de l’Organisation Mondiale de la Santé (OMS) et une définition de l’American Psychological Association (APA)

1. **Organisation Mondiale de la Santé (OMS)**

"La psychothérapie comprend des interventions planifiées et structurées qui visent à influencer le comportement, l'humeur et les patterns émotionnels de réaction à divers stimuli à travers des moyens psychologiques, verbaux et non verbaux."**(2,5 points)**

1. **American Psychological Association (APA)**

"La psychothérapie est une collaboration informée entre une personne qualifiée et un individu qui cherche à modifier des sentiments, des pensées, des attitudes et des comportements qui lui causent de la détresse ou l'empêchent de s'épanouir." **(2,5 points)**

2-Déterminez les origines des Thérapies d’Acceptation et d’Engagement (ACT) et précisez les six processus clés de cette thérapie.

**Origines**

• Développée par Steven C. Hayes dans les années 1980

• Issue de la théorie des cadres relationnels (RFT) **(1 point)**

**Six processus clés** : **(3 points)**

1. Acceptation

2. Défusion cognitive

3. Contact avec le moment présent

4. Soi comme contexte

5. Valeurs

6. Action engagée

3-la désensibilisation systématique est une technique parmi les techniques des Thérapies Cognitivo--Comportementales,

 - Précisez par qui elle a été développée, et qu’est ce qu’elle vise ?

Technique développée par Joseph Wolpe visant à réduire l'anxiété par la relaxation et l'exposition graduée. **(1point)**

 -Déterminez quels sont les processus et les applications cliniques de cette technique.

**Processus (3 points)**

1. Apprentissage de techniques de relaxation

2. Construction d'une hiérarchie des situations anxiogènes

3. Exposition progressive associée à la relaxation

**Applications cliniques (2 points)**

• Phobies spécifiques

• Troubles anxieux

• Stress post-traumatique

• Troubles obsessionnels compulsifs