EXERCICE 1 : Le stress aigu

Alors qu’un élève est installé sur un banc et qu’il est concentré sur la lecture de son cours de SVT, un chien aboie derrière lui. L’élève sursaute, son cœur s’accélère et il ressent une contraction de son abdomen. Il se retourne, identifie qu’il n’y a pas de danger immédiat et il sent que sa respiration ralentit… L’élève vient de subir un petit stress aigu.

**Expliquer en quoi le stress aigu constitue une réponse adaptative chez l’être humain face aux agents stresseurs.**

*Vous rédigerez un texte argumenté. On attend que l’exposé soit étayé par des expériences, des observations, des exemples.*