

► Informations générales

Cours

Sigle et titre PSY2048A

Titre long Psychologie de la santé

Nombre de crédits 3

Trimestre et année Automne 2020

Horaire et local Lundi 13h00-16h00 en ligne

Mode de formation Les cours (enregistrements) seront en ligne sur Studium **pour le jour et l'heure du cours (13h00)** et seront disponibles jusqu'à l'examen. Les notes de cours (partielles) seront également disponibles en ligne jusqu'à l'examen.

Description courte (selon l'annuaire UdeM) Influence des facteurs psychologiques sur la santé physique. Comportements touchant la santé (p.ex. tabagisme, activité physique). Conceptions du stress et vulnérabilité. Rôle du psychologue dans la maladie.

Préalables Cliquez ici pour entrer du texte.

Site StudiUM <https://studium.umontreal.ca/course/view.php?id=183031>

Enseignant(e)

Nom et titre Martin Paquette Chargé de cours

Coordonnées Martin.paquette@umontreal.ca

Disponibilités Sur rendez-vous

Auxiliaire d'enseignement

Nom Julien Jarret

Coordonnées julien.jarret@gmail.com

Disponibilités Sur rendez-vous

► Apprentissages visés

Objectifs généraux

Ce cours vise à offrir à l'étudiant de : Connaître les principales théories en psychologie de la santé et leurs applications pratiques. Comprendre les comportements de santé. Comprendre le rôle des facteurs psychosociaux dans l'adoption des comportements à risque/de santé. Comprendre le rôle des facteurs psychologiques dans la santé, dans le développement des maladies physiques et dans la gestion de certaines maladies.

► Calendrier

Séances et dates/ contenus

- 14 septembre- Introduction à la psychologie de la santé
Définitions
Historique
- 21 septembre- Grands modèles de la psychologie de la santé
Le modèle biomédical
Le modèle biopsychosocial de la santé
Le modèle des croyances sur la santé (*health Belief model*)
La théorie de l'action raisonnée et du comportement planifié (*theory of planned behavior* Ajzen et Fishbein)
Le modèle transthéorique du changement (*Prochaska et DiClemente Stages of change model*)
Le modèle intégratif et multifactoriel de la psychologie de la santé (Bruchon)
- 28 septembre- Stress I
Conception physiologique (Selye)
Conception psycho-physiologique (psycho-sociale)
Conception psychologique (*Lazarus et Folkman*)
- 5 octobre- Stress II
L'évaluation cognitive
Le *coping*
Les stratégies de *coping*
Gestion du stress
- 12 octobre- Congé
- 19 octobre- mi-session
- 26 octobre- Examen intra
- 2 novembre- La santé au travail, le stress au travail
- 9 novembre - *Burnout* Détresse psychologique
- 16 novembre- Facteurs généraux de santé
Poids, exercice, etc.
- 23 novembre - Ressources personnelles
- 30 novembre - La psychologie positive
- 7 décembre - douleur chronique - le suicide
- 14 décembre- Examen final

Attention ! Exceptionnellement, des modifications au plan de cours pourraient être apportées en cours de trimestre. Veuillez vous référer à l'article 4.8 du Règlement des études de premier cycle et à l'article 28 du Règlement pédagogique de la Faculté des études supérieures et postdoctorales.

► Évaluations

Moyens	Critères	Dates	Pondérations
Examen intra	Choix de réponses	26/10/2020	50%
Examen final	Choix de réponses	14/12/2020	50%

Attention ! Exceptionnellement, des modifications au plan de cours pourraient être apportées en cours de trimestre. Veuillez vous référer à l'[article 4.8 du Règlement des études de premier cycle](#) et à l'[article 28 du Règlement pédagogique de la Faculté des études supérieures et postdoctorales](#).

► Rappels

Dates importantes

Modification de l'inscription 2020-09-17

Date limite d'abandon 2020-11-06

Évaluation de l'enseignement Cliquez ici pour effectuer une sélection.

Accordez à l'évaluation tout le sérieux qu'elle mérite. Vos commentaires

contribuent à améliorer le déroulement du cours et la qualité de la formation.

Attention ! En cas de différence entre les dates inscrites au plan de cours et celles publiées dans le Centre étudiant, ces dernières ont préséance. Accédez au Centre par le [Bureau du registraire](#) pour trouver l'information. Pour les cours à horaires atypiques, les dates de modification de l'inscription et les dates d'abandon peuvent être différentes de celles des cours à horaires réguliers.

Utilisation des technologies en classe

Enregistrement des cours Avec autorisation du professeur

Prise de notes et activités d'apprentissage avec ordinateurs, tablettes ou téléphones intelligents Autorisation

Soutien à la réussite

De nombreuses activités et ressources sont offertes à l'Université de Montréal pour faire de votre vie étudiante une expérience enrichissante et agréable. La plupart d'entre elles sont gratuites. Explorez les liens ci-dessous pour en savoir plus.

Centre de communication écrite <http://cce.umontreal.ca/>

Centre étudiant de soutien à la réussite <http://cesar.umontreal.ca/>

Citer ses sources – styles et logiciels (guide) <http://www.bib.umontreal.ca/LGB/>

Services du réseau des bibliothèques de l'UdeM <http://www.bib.umontreal.ca/services/default.htm>

Soutien aux étudiants en situation de handicap <http://bsesh.umontreal.ca/>

Intégrité, fraude et plagiat

À l'Université de Montréal, le plagiat est sanctionné par le règlement disciplinaire sur la fraude et le plagiat concernant les étudiants.

Règlements disciplinaires sur le plagiat ou la fraude <http://www.integrite.umontreal.ca/reglementation/officiels.html>

Site Intégrité <http://integrite.umontreal.ca/>

Harcèlement

À l'Université de Montréal, le harcèlement de tout type est proscrit. Si vous sentez que vous êtes victime d'une quelconque forme de harcèlement, plusieurs ressources s'offrent à vous.

Bureau d'intervention en matière de harcèlement www.harcelement.umontreal.ca

Grille de conversion des notes

Dans chaque cours, le résultat final en pourcentage sera transformé selon le barème reproduit dans la grille de conversion. À chaque pourcentage correspondent une lettre et sa valeur numérique; cette valeur numérique servira au calcul de la moyenne de groupe. Avant de faire la conversion en lettre, la note numérique finale doit être arrondie à l'entier le plus près.

GRILLE DE CONVERSION

Résultat final en pourcentage	Notation littérale	
	Lettre	Valeur numérique
90-100	A+	4,3
85-89	A	4,0
80-84	A-	3,7
77-79	B+	3,3
73-76	B	3,0
70-72	B-	2,7
65-69	C+	2,3
60-64	C	2,0
57-59	C-	1,7
54-56	D+	1,3
50-53	D	1,0
35-49	E	0,5
0-34	F	0

Au premier cycle, dans les cours comptant au moins 30 étudiants, la moyenne de groupe doit se situer entre 2,30 (C+) et 3,65 (B+) inclusivement, une fois appliqué le barème de conversion. Cette règle ne s'applique pas aux cours de cycles supérieurs.

Si la moyenne finale des notes est inférieure à 2,30 ou supérieure à 3,65 dans un cours donné, des mesures de correction s'appliquent obligatoirement. Il faut alors respectivement ajouter ou enlever à chaque étudiant le nombre de points (sur 100) tout juste nécessaire pour que la moyenne de groupe atteigne 2,30 ou ne dépasse pas 3,65, une fois refaite la conversion à la notation littérale.