

► Informations générales

Cours

Sigle et section PSY2048-A

Titre long Psychologie de la santé

Nombre de crédits 3

Trimestre et année Automne 2023

Horaire Mardi 8h30 à 11h30

Mode de formation En présentiel

Site StudiUM <https://studium.umontreal.ca>

**Description courte et
préalables** <https://admission.umontreal.ca/repertoire-des-cours/>

Enseignant(e)

Nom et titre Pierre Vaugeois, Ph.D.

Coordonnées pierre.vaugeois@umontreal.ca

Disponibilités Questions par courriel avec réponses dans les 48 heures (jours ouvrables)

Auxiliaire d'enseignement

Nom Karen Ghousoub

Coordonnées karen.ghousoub@umontreal.ca

Disponibilités Questions sur le Forum de Studium : « Questions sur la **matière** », avec réponses dans les 48 heures (jours ouvrables)

▶ Apprentissages visés

Objectifs généraux

1- Introduction à la psychologie de la santé; 2- Connaissance des modèles théoriques en psychologie de la santé; 3- Connaissance des comportements touchant la santé et comment les changer; 4- Connaissance du stress et comment le gérer; 5- Connaissance de l'anxiété et comment la traiter; 6- Connaissance de la dépression et comment la traiter.

Objectifs d'apprentissage

1-Pouvoir distinguer les modèles classiques des modèles en psychologie de la santé ; 2- Connaissance des différents facteurs pouvant influencer la santé ; 3- Connaissance de certains comportements touchant la santé ; 4- Comment changer les comportements touchant la santé ; 5- Connaissance de ce qu'est le stress ; 6- Connaissance de l'impact du stress sur la genèse et l'évolution de certaines pathologies ; 7- Comment le stress se gère ; 8- Comment l'anxiété se traite ; 9- Comment la dépression se traite.

Compétences développées

L'étudiant doit savoir comment le stress se gère et comment se traitent en psychologie l'anxiété et la dépression.

Méthodes pédagogiques utilisées

Exposés magistraux **précédés de lectures préparatoires** à partir des notes de cours du professeur. Ces dernières vous seront transmises sur STUDIUM à l'avance chaque semaine. Pour ceux qui le désire, les lectures préparatoires **complémentaires** de certains chapitres des manuels recommandés (qui ne sont donc pas obligatoires) sont indiquées dans le plan de cours pour chacun des cours auxquels cela s'applique.

► **Calendrier**

Séances et dates	Contenus	Activités/évaluations	Lectures et travaux
Cours 1 2023-09-05	- Présentation du plan de cours - Une introduction à la psychologie de la santé : modèles explicatifs classiques de la maladie, les piliers de la psychologie de la santé	-Exposé magistral	-Manuel Ogden : Chapitre 1 Sections 1 à 5 -Notes de cours sur Studium
Cours 2 2023-09-12	- Les inégalités de santé : Les prédictors de la santé et de la maladie	Idem	-Manuel Ogden : Chapitre 2 -Notes de cours sur Studium
Cours 3 2023-09-19	- Les croyances et les comportements touchant la santé : Approches clés des croyances touchant la santé	Idem	-Manuel Ogden : Chapitre 3 Sections 1 à 6 -Notes de cours sur Studium
Cours 4 2023-09-26	- Les croyances et les comportements touchant la santé : Modèles explicatifs de la santé et de la maladie en psychologie de la santé	Idem	-Manuel Ogden : Chapitre 3 Sections 7 à 13 -Notes de cours sur Studium
Cours 5 2023-10-03	- La promotion de la santé : Changer les comportements touchant la santé	Idem	-Manuel Ogden : Chapitre 8 -Notes de cours sur Studium
Cours 6 2023-10-10	- Le rôle de psychologue dans le changement de comportements touchant la santé : Exemple de la stratégie intégrée de prévention des toxicomanies APTE.	Idem	-Seulement notes de cours sur Studium
2023-10-17		Pas de cours- Activités libres	
2023-10-24		EXAMEN INTRA	
Cours 7 2023-10-31	- Ce qu'est le stress	-Exposé magistral	-Manuel Ogden : Chapitre 11 -Notes de cours sur Studium
Cours 8 2023-11-07	- Le stress et la maladie : L'impact du stress sur les pathologies organiques	Idem	-Manuel Ogden : Chapitre 12 Sections 1 à 5 -Manuel Bruchon-Schweitzer : Chapitre 6 Sections 2 à 5 -Notes de cours sur Studium

Plan de cours

Cours 9 2023-11-14	- Le stress et la maladie : Les modérateurs de la santé et de la maladie	-Exposé magistral	-Manuel Ogden : Chapitre 12 Sections 6 à 10 -Notes de cours sur Studium
Cours 10 2023-11-21	- Le rôle de psychologue dans la gestion du stress	Idem	-Seulement notes de cours sur Studium
Cours 11 2023-11-28	- L'anxiété : Diagnostic, liens avec les maladies physiques, traitement cognitivo-comportemental	Idem	-Manuel Bruchon-Schweitzer : Chapitre 3 Section 7 -Notes de cours sur Studium
Cours 12 2023-12-05	- La dépression : Diagnostic, liens avec les maladies physiques, traitement cognitivo-comportemental	Idem	-Manuel Bruchon-Schweitzer : Chapitre 3 Section 8 -Notes de cours sur Studium
2023-12-12	Pas de cours -Début période des examens finaux		
2023-12-19	EXAMEN FINAL		

▶ Évaluations

Moyen	Critères d'évaluation	Date de remise	Pondération
Examen en classe	Examen intra à choix multiples portant sur la matière vue dans les notes de cours lors de la première partie de la session.	2023-10-24	50%
Examen en classe	Examen final à choix multiples portant sur la matière vue dans les notes de cours lors de la seconde partie de la session.	2023-12-19	50%

Consignes et règles pour les évaluations

Dépôt des travaux	N/A
Matériel autorisé aux examens	Aucun

▶ Ressources

Ressources bibliographiques (ou autres) obligatoires

Documents	Les notes de cours à lire seront disponibles sur Studium
Ouvrages en réserve à la bibliothèque	N/A
Équipement (matériel)	N/A

Ressources complémentaires

Documents	<p>Manuels recommandés (i.e. pas de questions aux examens tirées uniquement de ces manuels) :</p> <ul style="list-style-type: none"> -Ogden, J. (2018) (3e édition). <i>Psychologie de la santé</i> (O. Desrichards, A. Blum et A. Gauchet trad.). Bruxelles, Belgique : De Boeck. Disponible aux bibliothèques Thérèse-Gouin-Décarie et Campus Laval, cote : R 726.7 O3312 2018. Aussi disponible pour achat à la librairie du Pavillon Roger-Gaudry, ISBN 9782807319394 -Bruchon-Schweitzer, M. et Boujut, E. (2014) (2e édition). <i>Psychologie de la santé : Concepts, méthodes et modèles</i>. Paris: Dunot. Ce manuel existe aussi en livre numérique (2021) via le site internet de la bibliothèque de l'UdeM. <p>Autre document en français pour les diagnostics de l'anxiété (cours 11) et de la dépression (cours 12) :</p> <p>APA (2015) (5^e édition). DSM-5 : manuel diagnostique et statistique des troubles mentaux. Ce manuel existe aussi en livre numérique via le site internet de la bibliothèque de l'UdeM.</p>
-----------	---

N'oubliez pas ! Vous pouvez profiter des services des bibliothécaires disciplinaires : <https://bib.umontreal.ca/criminologie-psychologie-travail-social/psychologie>

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](#). 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 étudiant 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.

Consignes et règles pour les évaluations

Absence à un examen L'étudiant.e qui s'absente à un examen/quiz doit présenter une pièce justificative dûment datée et signée (i.e. billet médical) dans les sept jours suivant l'absence via le formulaire disponible à cet effet dans le Centre étudiant.

Si le motif est jugé valable, l'étudiant.e qui s'absente à une évaluation **intratrimestrielle** verra la pondération de cette évaluation redistribuée de façon proportionnelle sur les pondérations des autres évaluations du cours. Dans le cas d'un examen **final**, le département exigera qu'un examen différé soit complété par l'étudiant.e.

Une absence non-justifiée à un examen intra ou final emmène la note de 0% à cette évaluation.

Politique de retard des travaux À l'intérieur des cinq jours suivants la date de remise prescrite, la note de tout travail dont le retard n'est pas justifié par un motif accepté par la direction sera soumise à une pénalité. Cette pénalité consiste en la soustraction d'un nombre de points correspondant à 3% de la note maximale possible par jour ouvrable. Par exemple, deux jours de retard entraînent le retrait de 6 points si la note maximale est 100; cinq jours de retard entraînent le retrait de 7,5 points si la note maximale est de 50. Un retard de plus de cinq jours de calendrier entraîne une note de 0 pour le travail.

Qualité de la langue Une pénalité pouvant aller jusqu'à 10% de la note totale pour chaque évaluation pourrait être appliquée si de nombreuses fautes de syntaxe et/ou d'orthographe sont soulevées.

Seuil de réussite exigé Premier cycle : 50% Cycles supérieurs : 60%

Dates importantes

Modification de l'inscription 2023-09-20

Date limite d'abandon 2023-11-17

Évaluation de l'enseignement Vous recevrez un courriel à cet effet avant l'examen final. 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.

Utilisation des technologies en classe

Enregistrement des cours

L'enregistrement des cours n'est généralement pas autorisé. Exceptionnellement et sur demande de l'étudiant.e, l'enseignant.e peut, pour des raisons jugées valables, permettre l'enregistrement d'une ou de plusieurs séance(s) de son cours.

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.

Tous les ateliers des Services à la vie étudiante

<https://vieetudiante.umontreal.ca/catalogue-vie-etudiante>

Bureau du français dans les études

<https://vieetudiante.umontreal.ca/soutien-etudes/connaissance-francais>

Aide à l'apprentissage

<https://vieetudiante.umontreal.ca/soutien-etudes/aide-apprentissage>

Citer ses sources – styles et logiciels (guide)

<https://bib.umontreal.ca/citer/comment-citer>

Services du réseau des bibliothèques de l'UdeM

<https://bib.umontreal.ca/services>

Soutien aux étudiants en situation de handicap

<https://vieetudiante.umontreal.ca/a-propos/service/soutien-etudiants-situation-handicap>

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

<https://integrite.umontreal.ca/reglements/les-reglements-expliques/>

Tout sur le plagiat

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

Respect

À l'Université de Montréal, le harcèlement, la discrimination, le racisme et les violences à caractère sexuel sont proscrits.

Bureau du respect de la personne

<https://respect.umontreal.ca/accueil/>

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 seulement

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. 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.