

## ► Informations générales

### Cours

<b>Sigle et section</b>	<b>PSY2048-A</b>
<b>Titre long</b>	<b>Psychologie de la santé</b>
<b>Nombre de crédits</b>	<b>3</b>
<b>Trimestre et année</b>	Automne 2024
<b>Horaire</b>	Mardi 8h30 à 11h30 ** Vous trouverez le local dans votre Centre étudiant ou dans votre Centre corps professoral
<b>Mode de formation</b>	En présentiel
<b>Site StudiUM</b>	Oui
<b>Description courte et préalables disponibles ici :</b> <a href="https://admission.umontreal.ca/repertoire-des-cours/">https://admission.umontreal.ca/repertoire-des-cours/</a>	

### Personne enseignante

<b>Nom et titre</b>	Pierre Vaugeois, Ph.D.
<b>Coordonnées</b>	<a href="mailto:pierre.vaugeois@umontreal.ca">pierre.vaugeois@umontreal.ca</a>
<b>Disponibilités</b>	Questions par courriel avec réponses dans les 48 heures (jours ouvrables)

### Auxiliaire d'enseignement

<b>Nom</b>	Karen Ghossoub
<b>Coordonnées</b>	<a href="mailto:karen.ghossoub@umontreal.ca">karen.ghossoub@umontreal.ca</a>
<b>Disponibilités</b>	Questions sur le Forum de Studium : « Questions sur la matière », avec réponses dans les 48 heures (jours ouvrables)

# Plan de cours

## ▶ 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 spécifiques

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.

# Plan de cours

## ► Calendrier

Séances et dates	Contenus	Activités/évaluations	Lectures et travail personnel
Cours 1 2024-09-03	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 2024-09-10	- Les inégalités de santé : Les prédicteurs de la santé et de la maladie	Idem	-Manuel Ogden : Chapitre 2 -Notes de cours sur Studium
Cours 3 2024-09-17	- 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 2024-09-24	- 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 2024-10-01	- La promotion de la santé : Changer les comportements touchant la santé	Idem	-Manuel Ogden : Chapitre 8 -Notes de cours sur Studium
Cours 6 2024-10-08	- 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
2024-10-15		<b>EXAMEN INTRA</b>	
2024-10-22		Pas de cours- Activités libres	
Cours 7 2024-10-29	- Ce qu'est le stress	Exposé magistral	-Manuel Ogden : Chapitre 11 -Notes de cours sur Studium

# Plan de cours

Cours 8 2024-11-05	- Le stress et la maladie : L'impact du stress sur les pathologies organiques	Exposé magistral	-Manuel Ogden : Chapitre 12 Sections 1 à 5 -Manuel Bruchon-Schweitzer : Chapitre 6 Sections 2 à 5 -Notes de cours sur Studium
Cours 9 2024-11-12	- Le stress et la maladie : Les modérateurs de la santé et de la maladie	Idem	-Manuel Ogden : Chapitre 12 Sections 6 à 10 -Notes de cours sur Studium
Cours 10 2024-11-19	- Le rôle de psychologue dans la gestion du stress	Idem	-Seulement notes de cours sur Studium
Cours 11 2024-11-26	- 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 2024-12-03	- La dépression : Diagnostic, liens avec les maladies physiques, traitement cognitivo-comportemental	Idem	-Manuel Bruchon-Schweitzer : Chapitre 3 Section 8 -Notes de cours sur Studium
2024-12-10		<b>Pas de cours</b> - Période d'études en vue de l'examen final	
2024-12-17		<b>EXAMEN FINAL</b>	

# Plan de cours

## ▶ Évaluations

Moyen	Critères d'évaluation sommaires	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.	2024-10-15	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.	2024-12-17	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 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"> <li>-Ogden, J. (2018) (3e édition). Psychologie de la santé (O. Desrichards, A. Blum et A. Gauchet trad.). Bruxelles, Belgique : De Boeck. ISBN 9782807319394</li> <li>-Bruchon-Schweitzer, M. et Boujut, E. (2014) (2e édition). Psychologie de la santé : Concepts, méthodes et modèles. Paris: Dunot. Ce manuel existe aussi en livre numérique (2021) via le site internet de la bibliothèque de l'UdeM.</li> </ul> <p>Autre document en français pour les diagnostics de l'anxiété (cours 11) et de la dépression (cours 12) :</p> <p>APA (2015) (5e 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>
Sites Internet	N/A
Guides	N/A
Autres	N/A

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

# Plan de cours

**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 Synchro, ces dernières ont préséance. Accédez à Synchro 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 concernant les évaluations

**Absence à un examen** La personne étudiante qui s'absente à un examen/quiz doit présenter une pièce justificative dûment datée et signée (p. ex. billet médical) **dans les sept jours suivant l'absence** via le formulaire CHE\_Absence\_Evaluation dans Synchro.

Si le motif est jugé valable, l'étudiant(e) qui s'absente à une évaluation **intra-trimestrielle** verra la pondération de cette évaluation redistribuée de façon proportionnelle sur les pondérations des autres évaluations du même type. Dans le cas d'une absence à un examen **final**, la personne étudiante devra obligatoirement se soumettre à un examen différé.

Une absence non-justifiée à un examen intra ou final emmène la note de zéro (0) à cette évaluation, sans possibilité de reprise ou de modification de la pondération des autres évaluations.

**IMPORTANT : Les personnes enseignantes ne sont en aucun cas autorisé(e)s à accorder des délais, des modifications de pondération ou tout autre accommodement à une personne étudiante pour une situation individuelle.**

**Retard pour la remise des travaux** La personne étudiante qui remet un travail en retard doit présenter une demande à **l'intérieur des cinq jours suivant la date de remise prescrite** via le formulaire CHE\_Delai\_remise\_travail dans le Centre étudiant. 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 de calendrier. Par exemple, deux jours de retard entraînent le retrait de 6 points si la note maximale est de 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 zéro (0) pour le travail.

**IMPORTANT : Les personnes enseignantes ne sont en aucun cas autorisé(es) à accorder des délais, des modifications de pondération ou tout autre accommodement à une personne étudiante pour une situation individuelle.**

**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** **Barème littéral** : Premier cycle : 50% (D) et Cycles supérieurs : 60% (C)  
**Barème succès ou échec (S/E)** : À noter que l'étudiant(e) doit être en succès dans chacune des modalités d'évaluation prévue au plan de cours. Ceci est applicable à tous les cycles d'études.  
(\* ) Voir barème de notation à la fin du présent document.

# Plan de cours

## Dates importantes

Modification de l'inscription 2024-09-18

Date limite d'abandon 2024-11-08

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.

## Soutien aux étudiants en situation de handicap (SESH)

### Mesures

#### d'accommodement

- **SESH (accorder des accommodements)** : <https://vieetudiante.umontreal.ca/soutien-etudes/mesures-accommodement/rendez-vous-personne-situation-handicap>
- **SAFIRE (gestion des examens)** : <https://safire.umontreal.ca/reussite-et-ressources/mesures-daccommodement-aux-examens-pour-les-etudiants-en-situation-de-handicap/>

**IMPORTANT :** Une fois que les accommodements ont été accordés par le ou la conseiller(ère) du SESH, il est de la responsabilité de la personne étudiante de faire sa demande pour l'application des accommodements pour les examens auprès du SAFIRE. Si vous communiquez vos demandes concernant un examen à votre conseiller(ère) du SESH, à votre enseignant(e), ou au Département de psychologie, **l'information ne sera pas transmise au SAFIRE**. Le cas échéant, aucune modalité de compensation ne sera accordée à la personne étudiante.

Le formulaire de demande en ligne doit être rempli au moins **21 jours** avant la date de l'examen. Il est **FORTEMENT** recommandé de faire votre demande pour tous vos examens dès le début de la session lorsque vos inscriptions aux cours sont définitives

Tout retard entrainera le refus de la demande.

**\*\* AUCUN accommodement ne pourra être pris auprès de l'enseignant(e) ou du Département de psychologie \*\***

## 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), la personne enseignante peut, pour des raisons jugées valables, permettre l'enregistrement d'une ou de plusieurs séance(s) de son cours. L'étudiant(e) est alors responsable de faire l'enregistrement, ou de faire faire l'enregistrement par un pair désigné.

# Plan de 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. 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>

Aide en français <https://francais.umontreal.ca/soutiller-en-francais/guides-et-outils-pratiques/>

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>

## 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.

Premier cycle	Résultat final en pourcentage (%)	Notation		Cycles supérieurs
		Lettre	Points	
Excellent	90-100	A+	4,3	Excellent
	85-89	A	4,0	
	80-84	A-	3,7	
Très bon	77-79	B+	3,3	Bon
	73-76	B	3,0	
	70-72	B-	2,7	
Bon	65-69	C+	2,3	Passable
	60-64	C	2,0	
	57-59	C-	1,7	
Passable	54-56	D+	1,3	Échec
	50-53	D	1,0	
Faible (échec)	35-49	E	0,5	
Nul (échec)	0-34	F	0	

## Standardisation des notes au premier cycle

Au premier cycle, dans les cours comptant au moins 30 étudiants, la moyenne finale de groupe doit se situer entre 65% (2,30 ou C+) et 79% (3,65 ou B+) inclusivement, une fois le barème de conversion appliqué. 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.

Si toutefois la distribution des notes s'éloignait trop de la courbe normale, ou si la correction ci-dessus était trop importante, d'autres mesures de correction pourraient être appliquées afin que la mise en rang des étudiants soit appropriée. Par exemple, l'enseignant(e) *peut* décider de retirer d'une évaluation les questions ayant été manquées ou réussies par 90% des étudiant(e)s ou plus, puisque la validité des questions pourrait alors être mise en cause.

## Barème Succès ou Échec (S/E)

À tous les cycles d'études, pour tous les cours et stages dont le barème de notation est Succès (S) ou Échec (E), l'étudiant(e) doit être en succès dans chacune des modalités d'évaluation prévue au plan de cours.