

► Informations générales

Cours

Sigle et section	PSY6928-A1
Titre long	Thérapies cognitives-comportementales de 3e vague
Nombre de crédits	3
Trimestre et année	Automne 2024
Horaire	Mercredi 9h00 à 12h00 ** Vous trouverez le local dans votre Centre étudiant ou dans votre Centre corps professoral
Mode de formation	En présentiel
Site StudiUM	Oui
Description courte et préalables disponibles ici : https://admission.umontreal.ca/repertoire-des-cours/	

Personne enseignante

Nom et titre	Julie C. Laurin, professeure agrégée
Coordonnées	j.laurin@umontreal.ca
Disponibilités	Sur rendez-vous

Auxiliaire d'enseignement

Nom	Laurence Bélanger-Trudelle
Coordonnées	Laurence.belanger-trudelle@umontreal.ca
Disponibilités	Sur rendez-vous

▶ Apprentissages visés

Objectifs généraux

L'objectif général de ce cours est de se familiariser avec les thérapies de 3e vague, notamment le construit de la pleine conscience qui est sous-jacent à toutes les formes de ces thérapies. Les interventions basées sur la pleine conscience, la thérapie d'acceptation et d'engagement, les thérapies comportementales dialectiques seront présentées, de même que leurs applications adaptées à certaines populations (enfants et adolescents, personnes victimes d'abus, etc.). Par ailleurs, l'autorégulation intégrative, les objectifs et valeurs intrinsèques vs extrinsèques, comme définis dans la théorie de l'autodétermination (Schultz & Ryan, 2015; Ryan & Deci, 2017), seront présentés comme pont théorique entre les interventions basées sur la pleine conscience et la thérapie d'acceptation et d'engagement (Brown, Cresswell, Ryan, 2016). Enfin, une attention sera portée sur l'application de divers types d'exercices de pleine conscience en contextes de difficultés d'autorégulation affective (p.ex., anxiété, dépression, douleur).

Objectifs spécifiques

Pour pouvoir utiliser des interventions de pleine conscience en thérapie, il est essentiel d'avoir développé une pratique de pleine conscience par le psychologue. Ainsi, à des fins pédagogiques, les étudiants de ce cours seront amenés à développer une pratique de pleine conscience. Ce second objectif a pour but d'aider les étudiants à approfondir leur compréhension des construits, de même que les aider à intervenir avec ces construits auprès de leur clientèle.

Compétences développées

Les principaux apprentissages visés sont :

- La connaissance des principes de base, le construit de la pleine conscience;
- La connaissance des diverses formes de psychothérapies de 3e vague;
- Développer une pratique de pleine conscience personnelle;
- Développer des capacités intégratives et nuancées entre les différents construits, les interventions présentées et sa pratique personnelle;
- Démontrer une capacité d'analyse critique et développer une vision personnelle appuyée sur la littérature;
- La capacité à organiser des informations importantes au sujet des construits, des interventions et sa pratique personnelle afin de les utiliser lors de discussions en classe;
- Capacité de rédaction de manière claire et concise ainsi que de présenter oralement en classe des informations pertinentes au sujet d'interventions en lien avec les concepts étudiés en classe.

Méthodes pédagogiques utilisées

Moyens d'atteindre ces objectifs du cours :

Discussions en classe ;

Ateliers pratiques ;

Lectures personnelles ;

Exposés magistraux ;

Plan de cours

► Calendrier

Séances et dates	Contenus	Activités/évaluations	Lectures et travail personnel
Section 1 : Introduction			
Cours 1 2024-09-04	Présentation du plan de cours Discussions		DiGiuseppe et al (2017) Ch.1 – What is CBT?
Cours 2 2024-09-11	Définition de la pleine conscience; Trois compétences de bases; Trois formes de pratique de la pleine conscience; Difficultés et insight dans sa pratique	Activités interactives en classe Carnet de bord 1. Développement d'une pratique (Studium, jeudis & lundis suivant le cours) Carnet de bord 1. Réflexion & intégration de notions (Studium, jeudi suivant le cours 16h)	M.P. Ch. 1 – What is it? What does it matter? M.SLN. Ch. 3 – Learning to practice mindfulness
Cours 3 2024-09-18	Intégration de la pleine conscience en thérapie; Différentes perceptions du « soi » (approches Buddhist & de l'ouest); Objectifs d'intervention (Est & ouest); Étude du soi	Activités interactives en classe Carnet de bord 2. Développement d'une pratique (Studium, jeudis & lundis suivant le cours) Carnet de bord 2. Réflexion & intégration de notions (Studium, jeudi suivant le cours 16h)	M.P. : Ch. 2 – Buddhist & western psychology: Seeking common ground M.SLN. Ch. 4 – Building a mindful life
Section 2 : 'Mindfulness-Informed Treatment'			
Cours 4 2024-09-25	Chez le clinicien : Présence attentive dans l'apprentissage pour devenir cliniciens; Cultiver l'attention & la compassion: Accepter nos limites; Sept facteurs d'éveil; Pratique de « Loving-kindness » - un chemin à l'acceptation	Activités interactives en classe Carnet de bord 3. Développement d'une pratique (Studium, jeudis & lundis suivant le cours) Carnet de bord 3. Réflexion & intégration de notions (Studium, jeudi suivant le cours 16h) ** Rétroaction informelle sur les activités interactives en class (par courriel)	M.P. Ch. 3 – Mindfulness as clinical training M.P. Ch. 4 – Cultivating attention & compassion

Plan de cours

<p>Cours 5 2024-10-02</p>	<p>Après du client/patient : Introduire la présence attentive à vos clients; La neurobiologie de la présence attentive</p>	<p>Activités interactives en classe Carnet de bord 5. Développement d'une pratique (Studium, jeudis & lundis suivant le cours) Carnet de bord 5. Réflexion & intégration de notions (Studium, jeudi suivant le cours 16h) ** Remise du texte intégratif no. 1</p>	<p>M.P. Ch. 7 – Teaching mindfulness in therapy Zeidan, Ch. 10 – The neurobiology of mindfulness</p>
<p>Cours 6 2024-10-09</p>	<p>Psychopathologie – Dépression Évitement expérientiel – Un facteur commun dans la psychopathologie, Dynamique centrale de la dépression – comment la pleine conscience peut aider; Affronter les sujets difficiles ensemble</p>	<p>Activités interactives en classe Carnet de bord 6. Développement d'une pratique (Studium, jeudis & lundis suivant le cours) Carnet de bord 6. Réflexion & intégration de notions (Studium, jeudi suivant le cours 16h)</p>	<p>M.P. Ch. 8 – Depression: Finding a way in, finding a way out M.SLN. Ch. 6 – Entering the dark places: Seeing sadness and depression in a new light</p>
<p>Cours 7 2024-10-16</p>	<p>Psychopathologie – Anxiété Pensés anxieuses – regarder à l'intérieur de la tête anxieuse; Creuser notre trou – comment on tente t'éviter l'anxiété; Faire face à la peur avec la pleine conscience</p>	<p>Activités interactives en classe Carnet de bord 7. Développement d'une pratique (Studium, jeudis & lundis suivant le cours) Carnet de bord 7. Réflexion & intégration de notions (Studium, jeudi suivant le cours 16h)</p>	<p>M.P. Ch. 9 – Anxiety : Accepting what comes M.SLN. Ch. 5 – Befriending Fear: Working with Worry and anxiety</p>
<p>2024-10-23</p>	<p><i>Période d'activités libres</i></p>		
<p>2024-10-30</p>	<p>Pas de cours</p>		
<p>Cours 8 2024-11-06</p>	<p>Douleur, symptômes et choix</p>	<p>Activités interactives en classe Carnet de bord 8. Développement d'une pratique (Studium, jeudis & lundis suivant le cours) Carnet de bord 8. Réflexion & intégration de notions (Studium, jeudi suivant le cours 16h)</p>	<p>M.P. Ch. 10 – Embracing pain M.SLN. Ch. 7 – Beyond managing Sx M.SLN. Ch. 9 – Breaking bad habits & learning to make good choices</p>

Plan de cours

Section 3 : 'Mindfulness-Based Interventions'

<p>Cours 9 2024-11-13</p>	<p>Présentations étudiantes (90 min) : MBSR & MBCT</p>	<p>Activités interactives en classe Carnet de bord 9. Développement d'une pratique (Studium, jeudis & lundis suivant le cours) Carnet de bord 9. Réflexion & intégration de notions (Studium, jeudi suivant le cours 16h) ** Remise du texte intégratif no. 2</p>	<p>Kabat-Zin (2013). Introduction, MBSR Segal et al. (2013). Ch.4 – Doing & being (MBCT)</p>
<p>Cours 10 2024-11-20</p>	<p>Présentations étudiantes (90 min) : ACT</p>	<p>Activités interactives en classe Carnet de bord 10. Développement d'une pratique (Studium, jeudis & lundis suivant le cours) Carnet de bord 10. Réflexion & intégration de notions (Studium, jeudi suivant le cours 16h)</p>	<p>Schoendorff et al. (2011), Ch.1 – Pourquoi l'ACT? Schoendorff et al. (2011), Ch.2 – Le modèle ACT</p>
<p>Cours 11 2024-11-27</p>	<p>Approfondissement sur mindfulness & Valeurs, Bonification de l'ACT</p>	<p>Activités interactives en classe Carnet de bord 11. Développement d'une pratique (Studium, jeudis & lundis suivant le cours) Carnet de bord 11. Réflexion & intégration de notions (Studium, jeudi suivant le cours 16h)</p>	<p>Deci et al., Ch. 7 – Being aware and functioning fully. Bradshaw et al (2022) – Dark side of American dream (goals meta-analysis)</p>
<p>Cours 12 2024-12-04</p>	<p>Présentations étudiantes (90 min) : DBT</p>	<p>Activités interactives en classe Carnet de bord 12. Développement d'une pratique (Studium, jeudis & lundis suivant le cours) Carnet de bord 12. Réflexion & intégration de notions (Studium, jeudi suivant le cours 16h)</p>	<p>Linehan (2015), Ch. 1 – Rational for dialectical behavior therapy skills training Lynch et al. (2016) Ch. 18 – Mindfulness interventions for under- & overcontrolled disorders: from self-control to self-regulation</p>

Plan de cours

Cours 13
2024-12-11

**Présentations étudiantes (45 minutes
chacune) :**

Entré dans le monde des jeunes/ Pleine
conscience auprès des enfants;
Parentage « Mindful »

Activités interactives en classe

M.SLN. Ch. 8 – Living the full catastrophe:
Mindfulness for romance, parenting and
other intimate relationships

M.P. Ch. 13 – Working with children

2024-12-18

**** Remise du texte intégratif no. 3**

* Le 27 septembre et le 14 octobre sont des jours fériés.

► Évaluations

Moyen	Critères d'évaluation sommaires	Date de remise	Pondération
2024-02-13	Voir ci-dessous	Chaque cours (2-13)	20%
Présentation orale	Voir ci-dessous	2020-11-04	30%
Remise de travail en ligne	Textes intégratifs	2002-10-13	30%
Remise de travail en ligne	Carnets de bords	Chaque cours (2-23) * à compléter 10 sur les 12	20%

Critères de correction

1) Participation - Activités interactives en classe (20%)

Il est attendu que tous les étudiants arrivent préparés à chaque cours, afin de pouvoir participer et contribuer à chaque activité prévue, qui permettront d'approfondir la matière avec laquelle les étudiants se seront familiarisés lors des lectures.

*** « Être préparé.e » : avoir lu tous les textes assignés et ce, de façon approfondie, en ayant noté :

- 1) liens avec connaissances antérieures,
- 2) « coups de cœur »;
- 3) surprises;
- 4) sections plus floues et/ou incompréhensibles;
- 5) explication bien appréciée;
- 6) réflexion plus personnelle

Critères de correction:

- Avant de quitter la salle de classe de classe, chaque étudiant remettra son auto-évaluation à l'enseignante. Il s'agira de se donner une note qui reflète le degré de préparation à chacun des cours.
- L'enseignante évaluera le niveau et la qualité de la participation/contributions aux activités et discussions en classe, sur un total de 10 points pour l'ensemble du semestre.

***De la rétroaction informelle sera communiquée par courriel, à la mi-session.

2) Présentation orale (30%)

Lors des cours 9, 10, 12 et 13 nous nous pencherons sur les interventions qui formellement intègrent le 3^e vague en psychothérapie. Au début du cours, un groupe d'étudiants feront une présentation orale sur l'approche qu'ils ont choisie. Les présentations de groupe dureront 90 minutes. Dans le cadre de cette présentation, les étudiants sont responsables d'animer une méditation ou un exercice en lien avec leur thématique (Temps approximatif : animation : 10-15 minutes; discussion de l'exercice 10 minutes).

Une copie du diaporama devra être remise à l'enseignante par courriel au plus tard à 16h la journée avant leur présentation.

Critères de correction - Présentation orale (format ppt)

- Sélection de l'information la plus pertinente /4
- Compréhension du sujet /3
- Degré d'analyse /4
- Organisation de la matière /3
- Communication claire et stimulante /2
- Concision /2

3) Textes d'intégration (30%)

Durant le semestre, trois textes d'intégration seront rédigés. De type commentaire, ces textes sont l'occasion de faire preuve de métacognition : de présenter en quoi nos croyances ont été modifiées par l'intégration des connaissances acquises et comment celles-ci modifient et/ou s'intègrent avec des connaissances antérieures. Ces « thought papers » (maximum 1 500 mots en format Word, remis sur Studium) ont comme but non pas de résumer ni de critiquer les textes lus, mais de faire preuve d'analyse, d'intégration et d'appropriation personnelle. Le thème principal sera basé sur une sélection de la matière (matière vue lors des lectures et en classe).

Critères de correction :

- Compréhension de la matière /3
- Intégration de nombreuses connaissances (liens) /4
- Appropriation personnelle (évolutions croyances) /2
- Clarté et concision /1

Textes d'intégration 1 : cours 1 à 4

Textes d'intégration 2 : cours 5 à 8

Textes d'intégration 3 : cours 9 à 13

4) Carnets de bord – Développement d'une pratique de pleine conscience (20%)

1. **Pratique personnelle.** À partir de la deuxième semaine de cours, les élèves sont invités à développer une pratique quotidienne de pleine conscience. Ils sont invités à noter dans un carnet de bord, sur Studium, leurs expériences. Ils peuvent en noter chaque jour de pratique. Toutefois, au strict minimum, les étudiants devront écrire deux entrées par semaine (16h, les lundis et jeudis ; maximum de 30-50 mots.)
 - Veuillez noter la date, le temps de méditation et vos réflexions.
2. **Intégration des construits à partir du cours.** Suite aux cours 2 à 12, les étudiants décriront dans un paragraphe écrit, sur Studium (16h, le lendemain du cours [les jeudis]), ce qu'ils ont appris de plus important, ce qui les ont marqué lors du cours. Un maximum de 150 mots aidera les étudiants à synthétiser leur pensée. À noter que cet exercice ne consiste pas d'une simple énumération de ce qui a été avancé dans le cours.

Consignes et règles pour les évaluations

Dépôt des travaux	En ligne
Matériel autorisé aux examens	Aucun examen

► Ressources

Ressources bibliographiques (ou autres) obligatoires

Documents	Germer, C., Siegel, R. D., & Fulton, P. R. (2016). <i>Mindfulness and psychotherapy</i> (2 nd Ed.). New York: Guilford Press. (obligatoire)
	Siegel, R. D. (2010). <i>The mindfulness solution: Everyday practices for everyday problem</i> . New York: Guilford Press. (obligatoire).

Ressources complémentaires

Documents	Bögels, S. & Restifo, K. (2014). <i>Mindful parenting: A guide for mental health practitioners</i> . New York: Springer.
	Brown, K. W., Cresswell, J. D., & Ryan, R. M. (2016). <i>Handbook of mindfulness: Theory, research and practice</i> . New York: Guilford Press

- Chapman, A.L. et Rosenthal, Z. (2016). *Managing therapy-interfering behavior: Strategies from dialectical behavior therapy*. Washington, DC : American Psychological Association.
- Deci, E. L., Ryan, R. M., Schultz, P. P. & Niemiec, C. P. (2016). Being aware and functioning fully: Mindfulness and interest taking within self-determination theory (pp. 112-129). In K.W. Brown, J. D. Cresswell and R. M. Ryan (Eds). *Handbook of mindfulness: Theory, research and practice*. New York: Guilford Press.
- DiGiuseppe, R. Vezina, R., & Gotterbarn, R. (2018). What is cognitive behavior therapy? (pp. 1-35). In A. Vernon and K. A. Doyle (Eds.) *Cognitive behavior therapies: A guidebook for practitioners*. Alexandria, VA: American Counseling Association
- Harris, R. (2012). *Passez à l'ACT: Pratique de la thérapie d'acceptation et d'engagement*. (Penet, C., Milleville, L.) Louvain-la-Neuve, Belgique: De Boeck Supérieur.
<https://doi.org/10.3917/dbu.harri.2012.01>
- Hayes, S.C., Strosahl, K. D., & Wilson, K. G. (2012). *Acceptance and commitment therapy: The process and practice of mindful change*. New York: Guilford Press.
- Kabat-Zin, J. (2013). *Full catastrophe living: Using the wisdom of your body and mind to face stress, pain and illness*. (2nd Ed.). New York: Bantam Books.
- Linehan, M. M. (2015). *DBT skills training manual* (2nd Ed.). New York: Guilford Press.
- Lynch, T. R., Lazarus, S. A., & Cheavens, J. S. (2016). Mindfulness interventions for undercontrolled & overcontrolled disorders: from self-control to self-regulation (pp.329-347). In K.W. Brown, J. D. Cresswell and R. M. Ryan (Eds). *Handbook of mindfulness: Theory, research and practice*. New York: Guilford Press.
- O'Brian, K., Larson, C. M., & Murell, A. R. (2008). Third-wave behavior therapies for children and adolescents: Progress, challenges and future directions (pp. 15-35). In L. A. Greco and S. C. Hayes (2008). *Acceptance & mindfulness treatments for children and adolescents: A practitioner's guide*. Oakland: New Harbinger Publications.
- Roth, G., Vansteenkiste, M. & Ryan, R.M. (2019). Integrative emotion regulation: Process and development from a self-determination theory perspective. *Development and Psychopathology, 31*, 945-956.
<https://doi.org/10.1017/S0954579419000403>
- Schoendorff, B., Grand, J., Bolduc, M. (2011). *La Thérapie d'acceptation et d'engagement: Guide clinique*. Louvain-la-Neuve, Belgique: De Boeck Supérieur. <https://doi.org/10.3917/dbu.boldu.2011.01>
- Schultz P.P., Ryan R.M. (2015) The “Why,” “What,” and “How” of Healthy Self-Regulation: Mindfulness and Well-Being from a Self-Determination Theory Perspective. In: Ostafin B., Robinson M., Meier B. (eds) *Handbook of Mindfulness and Self-Regulation*. Springer, New York, NY.
https://doi.org/10.1007/978-1-4939-2263-5_7
- Segal, Z. V., Williams, J. M. G., & Teasdale (2013). *Mindfulness-based cognitive therapy for depression*. New York: Guilford Press.
- Zeidan, F. (2016). The neurobiology of mindfulness (pp. 171-189). In K. W. Brown, J. D. Cresswell and R. M. Ryan (Eds). *Handbook of mindfulness: Theory, research and practice*. New York: Guilford Press.

Sites Internet

: <http://selfdeterminationtheory.org/domains/goals-values-and-aspirations-domain/>

Guides

--

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.