

Plan de cours

► Informations générales

Cours

Sigle et section	PSY6143
Titre	Déterminants et rôles du sommeil
Nombre de crédits	3 crédits <i>Note : Voir ci-dessous la charge de travail attendue pour chaque crédit de cours.</i>
Trimestre et année	Automne 2026
Horaire	Jeudi 12h30 à 15h30 <i>Note : Vous trouverez le local dans votre Centre étudiant ou dans votre Centre corps professoral. Cette information est <u>confidentielle</u> et ne doit pas apparaître sur le plan de cours.</i>
Mode d'enseignement¹	En personne <i>Voir la définition de chaque mode d'enseignement.</i>
Site StudiUM disponible	Oui

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

¹Les cours dont le mode d'enseignement est autre qu'en personne doivent obligatoirement avoir été approuvés par la direction du Département de psychologie avant la soumission du plan de cours.

Personne enseignante responsable du cours

Nom	Benjamin Gaudet-Fex
Coordonnées	benjamin.gaudet-fex@umontreal.ca
Disponibilités	Réponse aux courriels du lundi au vendredi entre 9h et 17h, dans un délai de 24 à 48h. Disponibles sur demande et/ou après le cours.

Auxiliaire d'enseignement (1)

Nom	A déterminer
Coordonnées	A déterminer
Disponibilités	A déterminer

Plan de cours

► Apprentissages visés

Objectifs généraux

L'objectif général du cours est d'acquérir les connaissances théoriques de base liées aux déterminants et rôles du sommeil, des rythmes biologiques et des rêves. Au cours des différentes sessions, les étudiants apprendront les principaux mécanismes sous-tendant le sommeil, les rythmes biologiques et les rêves ainsi que les facteurs qui exercent une influence sur ces derniers. De plus, le sommeil, les rythmes biologiques et les rêves seront abordés dans un contexte développemental et dans le contexte du vieillissement.

Objectifs spécifiques

Les étudiants connaîtront les déterminants biologiques, psychologiques, culturels (incluant les Premiers Peuples), environnementaux (p.ex. contexte familial, écologique, etc.) et sociaux du sommeil, des rythmes circadiens et des rêves. À la fin du cours, les étudiants seront aussi en mesure de bien comprendre le rôle du sommeil sur la santé physique, mentale et cognitive, autant chez les enfants que les personnes âgées. Les influences du sexe/genre, des hormones sexuelles, du cycle menstruel, de la grossesse, de la ménopause et de l'andropause seront aussi enseignées. Les étudiants apprendront les différentes techniques de mesure du sommeil, incluant la polysomnographie, l'actigraphie, les agendas de sommeil et certains questionnaires. Enfin, les fondements théoriques ainsi que les outils de mesure des rêves seront abordés. Ces connaissances permettront aux futurs professionnels de la santé et aux chercheurs de faire de la psychoéducation concernant le sommeil, soit dans leur milieu de travail ou bien auprès de la population générale.

Compétences développées (spécifiques et/ou transversales)

- Comprendre les deux principaux processus de la régulation du sommeil (i.e. le processus homéostatique et le processus circadien) et être capable de les vulgariser.
- Comprendre et développer un esprit critique face aux différentes approches méthodologiques permettant de mesurer le sommeil, les rythmes circadiens et les rêves.
- Saisir les différents rôles du sommeil et des rêves, ainsi que leur impact sur la santé physique, psychologique et cognitive.
- Être capable d'expliquer les principales différences observées dans le sommeil, les rythmes circadiens et les rêves entre les enfants, les adolescents, les adultes et les personnes âgées.
- Être en mesure de considérer les changements attendus avec le sexe et le genre, incluant l'évolution du sommeil et des rythmes circadiens lors de la grossesse, de la ménopause et de l'andropause et du cycle menstruel.
- Connaître les effets des hormones sexuelles sur le sommeil et les rythmes circadiens.
- Considérer l'impact des variables biologiques, sociologiques, psychologiques, environnementales, culturelles (incluant les Premiers Peuples) et écologiques sur le sommeil et les rythmes circadiens.

Principales méthodes pédagogiques utilisées

- | | |
|---|--|
| ☒ Prestations magistrales | ☐ Conférences (invités) |
| ☒ Lectures personnelles | ☒ Échanges en groupe |
| ☐ Exercices pratiques | ☐ Présentations étudiantes |

Plan de cours

- | | |
|--|---|
| ☐ Mises en situation / Jeux de rôle | ☐ Classe inversée / Apprentissage autonome |
| ☐ Illustrations de cas | ☐ Observation / Démonstration |
| ☐ Exercices réflexifs | ☐ Autre(s) modalité(s) pédagogique(s) |

Indiquer ici toute autre modalité pédagogique ou remarque

Note : Le plan de cours doit obligatoirement comporter des objectifs et les méthodes pédagogiques utilisées (voir règlement pédagogique).

Plan de cours

► Calendrier des activités

NOTE : Ne pas modifier le gabarit. Une mention doit apparaître pour chacune des semaines du calendrier, même s'il n'y a pas de cours.

Dates	Séance	Contenus	Activités ou évaluations	Travail personnel
Semaine 1 Jeudi, 3 sept. 2026	1	Présentation du plan de cours. Principales mesures du sommeil (p.ex. polysomnographie, actigraphie, agendas de sommeil) et présentation des différents stades de sommeil. Brève présentation de la neurobiologie du sommeil.	Cours magistral	<i>Lectures suggérées :</i> Kryger, M. H., Roth, T., & Goldstein, C. A. (2011). <i>Principles and practice of sleep medicine</i> (5 ^e éd.). Elsevier. Chapitres 141 et 147. Billiard, M & Dauvilliers, Y (2012) <i>Les troubles du sommeil</i> (2e éd.). Elsevier. Chapitre 2. Bear, M. F., Connors, B. W., & Paradiso, M. A. (2007) <i>Neurosciences : à la découverte du cerveau</i> (3 ^e ed). Éditions Pradel. Chapitre 19 p.614 à 625.
Semaine 2 Jeudi, 10 sept. 2026	2	Modèle de la régulation du sommeil – partie 1 Le processus circadien et les principaux rythmes biologiques. Les différents agents d'entraînement ainsi que les effets de la lumière sur les rythmes circadiens seront présentés. Présentation de la neurobiologie du système circadien.	Cours magistral	<i>Lectures suggérées :</i> Kryger, M. H., Roth, T., & Goldstein, C. A. (2011). <i>Principles and practice of sleep medicine</i> (5 ^e éd.). Elsevier. Chapitres 31 et 36. Billiard, M & Dauvilliers, Y (2012) <i>Les troubles du sommeil</i> (2e éd.). Elsevier. Chapitre 3. Bear, M. F., Connors, B. W., & Paradiso, M. A. (2007) <i>Neurosciences : à la découverte du cerveau</i> (3 ^e ed). Éditions Pradel. Chapitre 19 p.628 à 637.

Plan de cours

				<u>Articles scientifiques :</u> Duffy, J. F., & Wright, K.P. (2005). Entrainment of the human circadian system by light. <i>Journal of Biological Rhythms</i>, 20(4), 326-338. Berson, D. M. (2003). Strange vision: Ganglion cells as circadian photoreceptors. <i>Trends in neurosciences</i>, 26(6), 314-320.
Semaine 3 Jeudi, 17 sept. 2026	3	Modèle de la régulation du sommeil – partie 2 Fin de la présentation des rythmes circadiens. Explication du processus homéostatique et les effets aigus et chroniques de la privation de sommeil	Cours magistral	<u>Lectures suggérées :</u> Kryger, M. H., Roth, T., & Goldstein, C. A. (2011). <i>Principles and practice of sleep medicine</i> (5^e éd.). Elsevier. Chapitres 5,6 et 37. Billiard, M & Dauvilliers, Y (2012) Les troubles du sommeil (2e éd.). Elsevier. Chapitre 3.
Semaine 4 Jeudi, 24 sept. 2026	4	Principaux rôles du sommeil Poursuivre les effets de la privation de sommeil. Aborder le rôle des siestes et leurs effets sur la santé physique et mentale, mais également sur la nuit de sommeil à venir. Impact du sommeil sur la santé physique, psychologique et cognitive. Importance du sommeil sur les apprentissages, la mémoire et la régulation de l'humeur et de l'anxiété.	Cours magistral	<u>Lectures suggérées :</u> Kryger, M. H., Roth, T., & Goldstein, C. A. (2011). <i>Principles and practice of sleep medicine</i> (5^e éd.). Elsevier. Chapitres 29. Billiard, M & Dauvilliers, Y (2012) Les troubles du sommeil (2e éd.). Elsevier. Chapitre 7. <u>Article scientifique :</u> Walker, M.P. (2009). The role of sleep in cognition and emotion. <i>Annals of the New York Academy of Sciences</i>, 1156, 168-197.

Plan de cours

Semaine 5 Jeudi, 1er oct. 2026	5	Influence du genre/sexe sur le sommeil Comprendre les associations entre la production d'hormones sexuelles et le sommeil (p.ex. œstrogène, progestérone, testostérone). Présentation de la ménopause et de l'andropause ainsi que leur effet sur le sommeil. Description du sommeil au cours du cycle menstruel et lors de la grossesse.	Cours magistral	<i>Lectures suggérées :</i> Kryger, M. H., Roth, T., & Goldstein, C. A. (2011). <i>Principles and practice of sleep medicine</i> (5^e éd.). Elsevier. Chapitres 137,138 et 140. <u>Article scientifique :</u> Carrier, J. & Al. (2017). Sex differences in age-related changes in the sleep-wake cycle. <i>Frontiers in Neuroendocrinology</i>, 47, 66-85.
Semaine 6 Jeudi, 8 oct. 2026	6	Changement dans le sommeil et les rythmes circadiens au cours de la vie : de l'enfance jusqu'au vieillissement – partie 1 : enfance Comprendre l'architecture et le cycle veille-sommeil ainsi que le développement des rythmes circadiens chez les nouveau-nés, les nourrissons, les enfants d'âge préscolaire et chez les enfants au primaire (5-12 ans).	Cours magistral	<i>Lectures suggérées :</i> <u>Articles scientifiques :</u> Wong, S. D., & Al. (2022). Development of the circadian system in early life : maternal and environmental factors. <i>Journal of physiological anthropology</i>, 41:22, 1-13. Van Eyck et al. (2026). Normal polysomnography parameters in healthy children : a systematic review and meta-analysis. <i>European Respiratory Review</i>, 35 (180), 1-13. Bathory, E., & Tomopoulos, S. (2017). Sleep regulation, physiology and development, sleep duration and patterns, and sleep hygiene in infants, toddlers, and preschool-age children. Current problems in pediatric and adolescent health care, 47 (2), 29-42

Plan de cours

Semaine 7 7 Examen de mi-session portant sur les 6 premiers cours
Jeudi, 15 oct. 2026

Semaine 8
Jeudi, 22 oct. 2026 (CONGÉ) **SEMAINE D'ACTIVITÉS LIBRES (AUCUN COURS NI REPRISE DE COURS)**

Semaine 9 8 **Changement dans le sommeil et les rythmes circadiens au cours de la vie : de l'enfance jusqu'au vieillissement – partie 2 : l'adolescence et les personnes âgées** Cours magistral *Lectures suggérées :*
Jeudi, 29 oct. 2026
Présentation des changements attendus dans le cycle veille-sommeil ainsi que dans les rythmes circadiens chez les adolescents. Mettre ses changements en lien avec leur réalité (p.ex. horaire d'école).
Comprendre comment l'architecture du sommeil ainsi que les rythmes circadiens changent au cours du vieillissement, chez une population de personnes âgées en santé.
Kryger, M. H., Roth, T., & Goldstein, C. A. (2011). *Principles and practice of sleep medicine* (5^e éd.). Elsevier. **Chapitres 27**
Articles scientifiques
Crabtree, V.M., & Williams, N. A. (2009). Normal sleep in children and adolescents. *Child and adolescent psychiatric clinics of North America*, 18(4), 799-811.
Mander, B. A., Winer, J.R., & Walker, M. P. (2017). Sleep and human aging. *Neuron*, 94, 19-36.

Semaine 10 9 **Les principaux facteurs influençant le sommeil et les rythmes circadiens** Cours magistral *Lectures suggérées :*
Jeudi, 5 nov. 2026
Exploration de l'impact des facteurs socioéconomiques, écologiques et environnementaux (p.ex. situation familiale, statut socioéconomique, température, bruit, etc.) sur le sommeil. Aperçus d'autres facteurs affectant le sommeil (p.ex. sport, caféine, consommation, stress, etc.).
Kryger, M. H., Roth, T., & Goldstein, C. A. (2011). *Principles and practice of sleep medicine* (5^e éd.). Elsevier. **Chapitres 132.**
Article scientifique
Caddick, Z.A., & al. (2018). A review of the environmental parameters necessary for an optimal sleep environment.

Plan de cours

				<i>Building and Environment</i> , 132, 11-20.
Semaine 11 Jeudi, 12 nov. 2026	10	Le sommeil en lien avec les différences culturelles Comprendre les différents aspects reliés à la culture qui peuvent influencer le sommeil et/ou les rythmes circadiens (p.ex. croyances, cododo, etc.). Survoler les différents paramètres du sommeil à travers plusieurs pays/cultures.	Cours magistral	<i>Lectures suggérées :</i> <u>Article scientifique</u> Grandner, M. A., & al. (2016). Sleep disparity, race/ethnicity, and socioeconomic position. <i>Sleep medicine</i> , 18, 7-18,
Semaine 12 Jeudi, 19 nov. 2026	11	Le sommeil chez les Premiers Peuples Comprendre le contexte de vie chez les Premiers Peuples afin de mieux comprendre les paramètres de sommeil chez ces derniers. Exploration des études disponibles jusqu'à présent.	Cours magistral	Cliquez ou appuyez ici pour entrer du texte.
Semaine 13 Jeudi, 26 nov. 2026	12	Les rêves – partie 1 Définition, rôles et méthodes de mesures des rêves. Caractéristiques des rêves qui dépendent des rythmes circadiens et des processus du sommeil.	Cours magistral	<i>Lectures suggérées :</i> Kryger, M. H., Roth, T., & Goldstein, C. A. (2011). <i>Principles and practice of sleep medicine</i> (5 ^e éd.). Elsevier. Chapitres 49 et 55.
Semaine 14 Jeudi, 3 déc. 2026	13	Les rêves – partie 2 Neurobiologie des rêves. Exploration du contenu des rêves et des changements attendus de l'enfance jusqu'à l'âge adulte.	Cours magistral	<i>Lectures suggérées :</i> Kryger, M. H., Roth, T., & Goldstein, C. A. (2011). <i>Principles and practice of sleep medicine</i> (5 ^e éd.). Elsevier. Chapitres 48, 50 et 51.
Semaine 15 Jeudi, 10 déc. 2026	14	Examen (date déterminée par le département)		
Semaine 16 Jeudi, 17 déc. 2026	CONGÉ	Non applicable (date déterminée par le département)		
Semaine 17 Jeudi, 24 déc. 2026 (FÉRIÉ)	CONGÉ			

Plan de cours

- Notes :
- Congés fériés les 7 et 30 septembre, ainsi que le 12 octobre 2026. Aucun cours ne peut être donné ou repris à ces dates.
 - Congé pour élections provinciales le lundi 5 octobre 2026. Il y a donc exceptionnellement 12 séances (incluant cours et examens) pour les cours du lundi.
 - Congé pour études le mardi 8 décembre 2026 (cette semaine comporte cette année une journée supplémentaire).
 - Incluant les examens, il doit y avoir 12 séances pour les cours du lundi, et 14 séances pour les cours se tenant les autres jours.
 - Les dates des examens finaux sont déterminées par le département, et ne sont **pas modifiables** (voir la date programmée dans Synchro Académique).

Plan de cours

► Évaluations

Moyen	Ordinateur personnel requis	Utilisation de l'IA générative	Critères d'évaluation sommaires	Date	Pondération
Examen en classe	NON	IA interdite	Examen de mi-étape comprenant sur la matière enseignée durant les cours 1 à 6.	2026-10-15	40%
Examen en classe	NON	IA interdite	Examen final portant sur l'ensemble de la matière.	2026-12-10	50%
Participation	NON	IA interdite	Présence en classe et participation active lors du cours.		10%

Note : Il doit y avoir un minimum de deux évaluations. Tous les champs doivent être complétés pour chacune des évaluations.

Consignes générales et règles pour les évaluations

Lieu de dépôt des travaux Non applicable

Utilisation de l'IA générative L'utilisation de tout outil d'intelligence artificielle générative, incluant l'utilisation de modules intégrés d'IA à des applications ou logiciels d'usage courant, est strictement interdite, à moins que l'enseignant(e) n'ait explicitement autorisé leur utilisation et spécifié dans quelles conditions, le cas échéant, l'utilisation est permise. Dans tous les cas, lorsque permise, l'utilisation d'IA dans une production doit être déclarée. Voir le [site des bibliothèques](#) pour savoir comment déclarer votre utilisation de l'IA générative.

Matériel autorisé aux examens Cliquez ou appuyez ici pour entrer du texte.
NOTE IMPORTANTE : Les personnes étudiantes bénéficiant d'un accommodement de type « **feuille aide-mémoire** » se verront refuser l'accommodement dans tous les cours du département de psychologie, à moins qu'un tel matériel soit autorisé explicitement par la personne enseignante pour toutes les personnes étudiantes inscrites au cours.

Plan de cours

► Ressources

Manuels, textes ou autres ressources obligatoires

Documents (obligatoires)

Ouvrage(s) à la réserve (obligatoire)

Équipement ou matériel obligatoire

Ressources complémentaires

Documents

Sites Internet Société canadienne du sommeil : <https://scs-css.ca/>

Guides Kryger, M. H., Roth, T., & Goldstein, C. A. (2021). *Principles and practice of sleep medicine* (7^e éd.). Elsevier.
Grandner, M. A. (Éd.). (2024). *Sleep and Health* (2^e éd.). Elsevier. ISBN : 978-0443139540.

Autres

Note : Vous pouvez profiter des formations sur la recherche et l'utilisation de logiciels, ainsi que d'autres services des bibliothécaires disciplinaires ici : <https://boite-outils.bib.umontreal.ca/c.php?g=728750&p=5227496> . Vous y trouverez aussi un modèle de la **page de présentation officielle d'un travail** au Département de psychologie (voir au bas de la section).

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.

Charge de travail attendue

À l'Université de Montréal, un crédit de cours équivaut à 45 heures de travail au total, incluant les périodes d'enseignement et le travail personnel (p. ex. étude, production de travaux, consultations, etc.). Ainsi, chaque cours de trois crédits équivaut à 135 heures de travail au total, généralement réparties de la façon suivante : trois (3) heures de cours et six (6) heures de travail personnel par semaine, pour un **total de neuf (9) heures par semaine**.

Consignes et règles concernant les évaluations

Absence à une évaluation

La personne étudiante qui s'absente à un **examen**, un **quizz**, une **présentation orale** ou un **cours pour lequel la participation est évaluée** doit présenter au Département une pièce justificative dûment datée et signée (p. ex. billet médical) **dans les sept (7) suivant l'absence (jours de calendrier)** via le formulaire CHE_Absence_Evaluation du Centre étudiant. La pièce justificative ne doit pas être transmise à l'enseignant(e) du cours.

Si le motif est jugé recevable par le Département, 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, préférablement du même type. Dans le cas d'une absence à un examen **final**, la personne étudiante devra obligatoirement se soumettre à un examen différé. Les examens différés sont gérés par le SAFIRE, et ont lieu à dates fixes, environ trois ou quatre semaines après la fin du trimestre.

Une absence non-justifiée ou motivée au-delà du délai des sept (7) jours suivant l'absence à une évaluation entraîne 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 autorisées à accorder des délais, des modifications de pondération ou tout autre accommodement à une personne étudiante pour une situation individuelle.

Délai dans la remise d'un travail

La personne étudiante qui remet un travail en retard doit présenter une demande à **l'intérieur des cinq (5) jours (jours de calendrier) suivant la date de remise prescrite** via le formulaire CHE_Delai_remise_travail dans le Centre étudiant. La pièce justificative n'a pas à être transmise à l'enseignant(e) du cours.

La note de tout travail dont le retard n'est pas justifié par un motif accepté par la direction sera soumise à une **pénalité de 3% de la note maximale possible pour cette évaluation par jour de calendrier**. Un retard de **plus de cinq (5) jours de calendrier entraîne la note zéro (0) pour cette évaluation** si la demande de délai n'a pas été faite à temps, ou si le motif est jugé non recevable par le Département.

Plan de cours

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.

Qualité de la langue Une pénalité pouvant aller jusqu'à 10% de la note totale pour chaque évaluation pourrait être appliquée (p. ex. fautes d'orthographe, de grammaire, de syntaxe, etc.).

Seuil de réussite exigé dans un cours **Cours avec barème littéral :** Premier cycle : 50 % (D) et Cycles supérieurs : 60 % (C)
Cours avec barème succès ou échec (S/E) : Pour obtenir la mention « Succès » (S) l'étudiant(e) doit avoir réussi chacune des évaluations prévues au plan de cours. Ceci est applicable à tous les cycles d'études.
(*) Voir barème de notation à la fin du présent document.

Dates importantes

Modification de l'inscription (sans frais) **2026-09-16**

Date limite d'abandon (avec frais) **2026-11-06**

Évaluation de l'enseignement Avant l'examen final, vous recevrez un courriel vous invitant à donner votre rétroaction quant à l'enseignement. Il est très important de compléter cette évaluation pour chacun de vos cours.

Cette rétroaction se veut constructive et les commentaires doivent être respectueux. Il est à noter que les enseignant(e)s lisent les commentaires concernant leur cours.

Vous êtes fortement invité(e) à prendre connaissance du [Code de vie du Département de psychologie](#).

Soutien aux personnes étudiantes en situation de handicap (PESH)

Mesures d'accommodement

- Le [SPESH](#) est l'instance qui accorde les accommodements après étude du dossier de l'étudiant(e) qui en a fait la demande.
- Le [SAFIRE](#) est l'instance qui organise les examens des PESH qui sont effectués en classe et qui sont d'une durée d'une heure ou plus.

IMPORTANT : Une fois que les accommodements ont été accordés par le ou la conseiller(ère) du SPESH, **la personne étudiante est responsable de faire sa demande dans les délais prescrits** pour que les mesures d'accommodements liés aux examens soient organisées par SAFIRE. Il est également à noter que des politiques départementales sont en vigueur concernant certains accommodements particulier (voir ci-dessous – section Politiques départementales)

Note : Si vous communiquez vos demandes concernant un examen à votre conseiller(ère) du SPESH, 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.

Plan de cours

Le formulaire de demande en ligne du SAFIRE 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 entraînera automatiquement 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

Captation et enregistrement des cours L'enregistrement des cours n'est pas autorisé. La captation sous toutes ses formes (audio, vidéo, photographique) au moyen de tous types de technologie est interdite.

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, en totalité ou en partie.

L'étudiant(e) est responsable de faire l'enregistrement, ou de faire faire l'enregistrement par un pair désigné, dont l'identité aura été communiquée à l'enseignant(e) du cours.

Des modalités concernant l'utilisation du matériel enregistré sont convenues avec l'enseignant(e), notamment en ce qui concerne la confidentialité, la durée de conservation et la destruction des enregistrements.

Dans tous les cas, y compris si vous bénéficiez d'un accommodement accordé par le SPESH lié à l'enregistrement des cours, **vous devez obligatoirement compléter et faire signer le formulaire d'autorisation** par l'enseignant(e) pour être autorisé(e) à faire l'enregistrement. Vous trouverez le formulaire [ICI](#), ainsi que sur les WikiPsy des étudiants et des enseignants du Département de psychologie.

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://français.umontreal.ca/soutiller-en-français/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>

Plan de cours

Intégrité, fraude et plagiat

À l'Université de Montréal, le plagiat est sanctionné par le règlement disciplinaire sur la fraude et le plagiat. La personne étudiante a la responsabilité de connaître les règlements universitaires.

Règlements disciplinaires sur le plagiat et la fraude

[Règlement disciplinaire - Plagiat et fraude \(1er cycle\)](#)

[Règlement disciplinaire - Plagiat et fraude \(cycles supérieurs\)](#)

Directives sur l'utilisation de l'intelligence artificielle générative (IAg) à l'Université de Montréal

[Directive UdeM - Utilisation de l'intelligence artificielle](#)

Sauf avis contraire, les personnes étudiantes doivent tenir pour acquis que **l'utilisation de l'intelligence artificielle générative n'est pas autorisée** pour la production des travaux, examens, rapports, ou tout autre type d'évaluation et pourrait être reconnue comme étant une fraude ou du plagiat. Les personnes étudiantes pourraient être tenues d'expliquer le processus de réalisation de leurs travaux.

Tout sur l'intégrité, la fraude, et le plagiat

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

Propriété intellectuelle Notes de cours et autre matériel pédagogique

Le Département de psychologie tient à souligner qu'il est formellement interdit de reproduire, distribuer ou publier tout matériel pédagogique (p. ex. notes de cours, exemples de travaux, préparations aux examens, etc.) produit par une personne enseignante, superviseure ou auxiliaire d'enseignement, ou tout ce qui a trait aux évaluations dans les cours. Par exemple, le matériel pédagogique ne doit jamais être partagé sur des sites tels que Studocu ou autres sites internet du même genre.

À noter que l'utilisation **d'applications d'aide à l'apprentissage** assistées par l'IA (p. ex. qui produit des résumés, des quizz, ou des *flashcards*) n'est autorisée que si le développeur de l'application mentionne explicitement dans les termes et conditions d'utilisation et sa politique de protection de la vie privée que les informations ne sont pas partagées **et ne servent pas à entraîner l'IA qui sous-tend l'application**.

Plan de cours

Code de vie du Département de psychologie

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

En outre, le Département de psychologie, en collaboration avec ses Associations étudiantes, s'est doté d'un [Code de vie](#). Le code de conduite vise à se doter de principes qui devraient guider les interactions entre les individus. Il a pour objectif premier de favoriser un climat et milieu propice aux études et au travail. Le code est organisé autour des trois principes directeurs suivants :

- 1) Respect envers les personnes et les lieux
- 2) Assumer ses responsabilités
- 3) Faire preuve d'ouverture d'esprits, d'autocritique et de tolérance

Il est attendu que ce code de conduite soit lu et respecté par toutes les personnes de la communauté départementale (personnes étudiantes, enseignantes et employées).

Politique universitaire	Politique visant à favoriser un milieu de travail, d'études et de vie empreint de respect et exempt de toute forme d'incivilité, de harcèlement, de discrimination et de racisme
--------------------------------	--

Bureau du respect de la personne	https://respect.umontreal.ca/accueil/
---	---

(suite – page suivante)

Plan de cours

GRILLE DE CONVERSION DES NOTES À L'UNIVERSITÉ DE MONTRÉAL

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. C'est cette valeur numérique qui sert au calcul de la moyenne de groupe.

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	

NOTE : La note finale en pourcentage (%) doit être arrondie à l'entier le plus près avant d'effectuer la conversion littérale.

POLITIQUES DÉPARTEMENTALES

1. Cours et stages dont le barème de notation est Succès (S) ou Échec (E)

Pour tous les cycles d'études, dans les cours et stages dont le barème de notation est Succès (S) ou Échec (E), l'étudiant(e) doit avoir réussi chacune des évaluations prévues au plan de cours pour obtenir la mention « Succès » (S) dans le cours ou le stage.

2. Standardisation des notes au premier cycle

Sauf exception, au premier cycle, dans les cours de 30 étudiants et plus, la moyenne finale de groupe doit se situer entre **65,0 % et 79,0 %** inclusivement, une fois le barème de conversion appliqué.

Si la moyenne finale du cours est inférieure à 65,0% ou supérieure à 79,0%, des mesures de correction s'appliquent obligatoirement. Il faut alors respectivement ajouter ou enlever à chaque étudiant le nombre de points (sur 100) qui correspond à la différence entre la moyenne finale obtenue et 65,0 % ou 79,0 %, selon le cas.

Si toutefois la distribution des notes le justifiait, ou si la correction prévue s'avérait trop importante, d'autres mesures de correction pourraient être appliquées afin que la mise en rang des étudiants soit appropriée.

Plan de cours

Par exemple, l'enseignant(e) *pourrait* 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. Les autres questions de l'évaluation verraient alors leur pondération augmenter proportionnellement.

La présente politique **ne s'applique pas aux cours de service** (cours offerts exclusivement dans d'autres départements ou facultés, et cours de niveau collégial PSY19XX).

Aussi, en raison de leur composante pratique, **les cours suivants sont exclus de la politique de standardisation**, peu importe le nombre de personnes inscrites au cours :

- Cours obligatoires des cheminement honor
 - PSY40001/PSY40002
 - PSY6028, PSY6022, PSY6913
- Méthodes et techniques d'entrevue (PSY3129)
- Analyses quantitatives en psychologie 2 (PSY3204)
- Tous les laboratoires (PSY2007, PSY3008, PSY3009, NCM2200)

3. Mesures d'accommodement particulières – Étudiant(e)s en situation de handicap

3.1 Feuille aide-mémoire

Étant donné les types d'évaluations et les connaissances requises en psychologie, le Département n'autorise pas l'utilisation de feuilles aide-mémoire pour les étudiants bénéficiant d'accommodements par le Service aux personnes en situation de handicap (SPESH).

Les feuilles aide-mémoire, ou tout autre outil similaire, ne sont autorisées que lorsque l'enseignant(e) a prévu cette mesure pour l'ensemble des étudiant(e)s du groupe.

3.2 Utilisation d'Antidote pour les examens QCM

L'étudiant(e) ayant un accommodement prévoyant l'accès au logiciel Antidote pour ses évaluations ne bénéficiera pas de l'accès à un ordinateur pour effectuer un examen composé en totalité de questions à choix multiples (QCM), à moins que l'ordinateur soit requis pour d'autres raisons ou accommodements spécifiques.