

► Informations générales

Cours

Sigle et titre PSY2048LF

Titre long Psychologie de la santé

Nombre de crédits 3

Trimestre et année Hiver 2022

Horaire et local Lundi 13h00-16h00 Local 4170 Campus Laval

Mode de formation En présentiel - Les notes de cours (partielles) seront 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

Site StudiUM <https://studium.umontreal.ca/course/view.php?id=212545>

Enseignant(e)

Nom et titre Martin Paquette Chargé de cours

Coordonnées Martin.paquette@umontreal.ca

Disponibilités Sur rendez-vous

Auxiliaire d'enseignement

Nom Marie-Eve Desjardins

Coordonnées mariedesjardins1510@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

- 10 janvier- Introduction à la psychologie de la santé
Définitions
Historique
- 17 janvier- 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*)
- 24 janvier- 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)
- 31 janvier - Stress I
Conception physiologique (Selye)
Conception psycho-physiologique (psycho-sociale)
Conception psychologique (*Lazarus et Folkman*)
- 7 février- Stress II
L'évaluation cognitive
Le *coping*
Les stratégies de *coping*
Gestion du stress
- 14 février- La santé au travail, le stress au travail
- 21 février- Examen intra
- 28 février - mi-session
- 7 mars - *Burnout* et détresse psychologique
- 14 mars - Facteurs généraux de santé : Poids, exercice, etc.

- 21 mars- Ressources personnelles
 - 28 mars - Ressources personnelles et psychologie positive
 - 4 avril – Psychologie positive
 - 11 avril- Douleur chronique - le suicide
 - 25 avril- 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
Choix de réponses	21/02/2022	50%	
Choix de réponses	25/04/2022	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](#).

Consignes et règles pour les évaluations

Absence à un examen Voir le Guide étudiant pour la politique départementale

Dépôt des travaux ---

Matériel autorisé

Qualité de la langue

Seuil de réussite exigé 50%

► Rappels

Dates importantes

Modification de l'inscription Veuillez vous référer à votre Centre étudiant

Date limite d'abandon Veuillez vous référer à votre Centre étudiant

Évaluation de l'enseignement

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

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

► Ressources

Ressources bibliographiques (ou autres) obligatoires

Documents

Ouvrages en réserve à la bibliothèque

Équipement (matériel)

Ressources complémentaires

Documents

Sites Internet

Guides

Autres

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