

► Informations générales

Cours

Sigle et section PSY2048H

Titre long Psychologie de la santé

Nombre de crédits 3

Trimestre et année Hiver 2025

Horaire Mercredi 8h30 à 11h30

** 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 Martin Paquette Ph.D.

Coordonnées Martin.paquette@umontreal.ca

Disponibilités Sur rendez-vous

Auxiliaire d'enseignement

Nom Sophie Pellerin

Coordonnées Martin.paquette@umontreal.ca

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.

Plan de cours

► Calendrier

| Séances et dates | Contenus | Activités/évaluations | Lectures et travaux |
|-----------------------|--|-----------------------|---------------------|
| Cours 1 2025-01-08 | Introduction à la psychologie de la santé Définitions Historique | N/A | |
| Cours 2 2025-01-15 | Grands modèles de la psychologie de la santé Le modèle biomédical Le modèle biopsychosocial de la santé Le modèle des croyances sur la santé (<i>health Belief model</i>) | N/A | |
| Cours 3 2025-01-22 | Grands modèles de la psychologie de la santé | N/A | |
| Cours 4 2025-01-29 | Stress I | N/A | |
| Cours 5 2025-02-05 | Stress II L'évaluation cognitive Le <i>coping</i> Les stratégies de <i>coping</i> | N/A | |
| Cours 6 2025-02-12 | Physiologie du stress | N/A | |
| Cours 7 2025-02-19 | Examen intra d'une durée de 2 heures | Examen intra | |
| Cours 8 | Stress au travail | N/A | |

Plan de cours

| | | |
|------------|---|--------------|
| 2025-02-26 | | |
| Cours 9 | Relâche | N/A |
| 2025-03-05 | | |
| Cours 10 | Burnout – détresse psychologique | N/A |
| 2025-03-12 | | |
| Cours 11 | Ressources personnelles | N/A |
| 2025-03-19 | | |
| Cours 12 | Ressources personnelles et psychologie positive | N/A |
| 2025-03-26 | | |
| Cours 13 | Psychologie positive et relation d'aide | N/A |
| 2025-04-02 | | |
| Cours 14 | Psychologie positive et relation d'aide | N/A |
| 2025-04-09 | | |
| Cours 14 | Examen final d'une durée de 2 heures | Examen final |
| 2025-04-23 | | |

* Le 18 et le 21 avril sont des jours fériés.

Plan de cours

▶ Évaluations

| Moyen | Critères d'évaluation sommaires | Date de remise | Pondération |
|--------------|---------------------------------|--------------------------|-------------|
| Examen intra | Choix de réponses Durée : 2h | 19/02/2025 8h30-10h30 | 50% |
| Examen final | Choix de réponses Durée : 2h | 23/04/2025 8h30-10h30 | 50% |

Consignes et règles pour les évaluations

| | |
|-------------------------------|-----|
| Dépôt des travaux | N/A |
| Matériel autorisé aux examens | N/A |

▶ Ressources

Ressources bibliographiques (ou autres) obligatoires

| | |
|---------------------------------------|-----|
| Documents | N/A |
| Ouvrages en réserve à la bibliothèque | N/A |
| Équipement (matériel) | N/A |

Ressources complémentaires

| | |
|----------------|-----|
| Documents | N/A |
| 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 2025-01-23

Date limite d'abandon 2025-03-14

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.

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.

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.