

**Structure du programme et liste des cours****Microprogramme sur le Bien-Vieillir****(Cheminement: 1)**

À moins d'indication contraire, un cours comporte trois (3) crédits

**Cours obligatoires (12 crédits)**

L'étudiant doit suivre les cours suivants (douze crédits) :

**PSY1052 - Apprivoiser la mort**

Le cours aborde tous les thèmes associés à la mort, principal tabou de la société occidentale. La mort fait partie de la vie; quel que soit notre âge, nous y serons confrontés un jour. Le cours aborde donc la manière dont la mort est perçue par l'enfant, l'adolescent, l'adulte et la personne âgée ainsi que l'importance des rituels funéraires et les étapes du deuil. L'étudiant pourra identifier les attitudes et les comportements utiles à l'accompagnement du mourant, de sa famille et des intervenants. Il développera les stratégies qui peuvent aider la personne à vivre avec l'idée de sa propre finitude et celles qui permettent aux familles et aux intervenants de s'adapter aux différentes pertes qu'implique le processus du mourir d'un proche ou d'un patient. L'étudiant pourra aussi prendre conscience des avantages et des inconvénients des différentes approches associées à une mort dans la dignité : soins palliatifs, suicide-assisté et euthanasie. Le cours aborde également le thème du suicide, un problème dissimulé par la société, particulièrement chez les personnes âgées.

**PSY1053 - Vieillesse au travail et retraite**

Ce cours vise à sensibiliser l'étudiant aux défis auxquels font face les travailleurs vieillissants et aux facteurs qui favorisent leur adaptation aux exigences actuelles des milieux de travail. Le cours permet aussi à l'étudiant de connaître les facteurs qui suscitent l'intention de retraite ou le maintien sur le marché du travail des aînés. Il aborde les déterminants et les effets des modes de sortie définitive du marché du travail (retraite volontaire ou imposée, précoce ou tardive) sur l'adaptation et la qualité de vie à la retraite ainsi que les particularités de la retraite chez la femme. Le cours permet également à l'étudiant de s'initier à l'intervention psychosociale auprès des travailleurs âgés, des préretraités et des retraités.

**PSY1054 - Vieillesse et vie sentimentale**

Le cours s'intéresse aux déterminants de la satisfaction conjugale et de la longévité des couples âgés tels que la résolution de conflits, l'intimité, l'affection, la communication, l'attachement et l'adaptation aux transitions de vie (retraite, maladie, remariage). Un accent particulier sera mis sur des événements touchant la vie matrimoniale : divorce, séparation, deuil du partenaire, retour des enfants chez leurs parents âgés. Le cours aborde également le thème de la violence conjugale, de l'intervention auprès des couples âgés en détresse, le thème du célibat, ainsi que les défis associés à la création de nouvelles relations intimes ou au rôle de proche aidant.

**PSY1055 - Vieillesse et famille**

Ce cours met l'accent sur les relations familiales des aînés. Dans un premier temps, les bases de l'approche systémique sont présentées afin d'offrir à l'étudiant des outils qui lui permettront de mieux comprendre et d'analyser les dynamiques familiales et leurs effets sur le vécu des aînés. Un accent particulier sera mis sur la communication et la résolution de conflits. Les cycles et transitions familiales ainsi que les effets du vieillissement sur les relations des personnes âgées avec leur entourage familial sont abordés tout en proposant des stratégies d'intervention auprès

des familles dysfonctionnelles. La deuxième partie porte sur les défis et les enjeux relatifs au rôle de proche aidant (motivation, apport, obstacles, épuisement des aidants, etc.) ainsi que les interventions et les ressources disponibles (réseau social, politique de soutien à domicile, etc.) de même que sur les relations intergénérationnelles, particulièrement sur le rôle de grand-parent : attentes, responsabilités, droits, transmission des valeurs familiales, etc.