

**Datum:** Rijeka, 27.07.2022.

**Kolegij:** Mentalna stabilnost kroz faze starenja

---

**Voditelj:** Doc.dr.sc. Sandra Bošković, prof.reh.

Viši predavač Sanja Juretić, magistra sestrinstva

**Katedra:** Katedra za sestrinstvo

**Studij:** Diplomski sveučilišni studij

**Naziv studija:**

Sestrinstvo – promicanje i zaštita mentalnog zdravlja

**Godina studija:** 1

**Akadska godina:** 2022./2023.

## **IZVEDBENI NASTAVNI PLAN**

**Podaci o kolegiju (kratak opis kolegija, opće upute, gdje se i u kojem obliku organizira nastava, potreban pribor, upute o pohađanju i pripremi za nastavu, obveze studenata i sl.):**

Kolegij Mentalna stabilnost kroz faze starenja izborni je kolegij na 1 godini Diplomskog studija. Sastoji se od 15 sati predavanja i 10 sati seminara. Kolegij nosi 2 ECTS boda. Nastava se izvodi u prostorijama Fakultetu zdravstvenih studija u Rijeci.

Ciljevi kolegija su upoznati studente sa procesom odrastanja i starenja te poremećajima koji se mogu javiti u svakom od perioda odrastanja i starenja. Upoznati studente sa načinom sprječavanja pojavnosti poremećaja mentalnog zdravlja u svakoj pojedinoj fazi starenja.

Nakon odslušanog kolegija studenti će biti osposobljeni da samostalno čine procjenu mentalnog statusa te da primjene znanja i vještine u prepoznavanju rizika i pojavnosti mentalnih poremećaja u svakodnevnoj praksi. Moći će pravovremenom intervencijom i prepoznavanjem umanjiti rizike za nastanak poremećaja. Biti će osposobljeni prepoznati uzroke poremećaja.

**Popis obvezne ispitne literature:**

1. Božičević, Viktor, Siniša Brlas, i Marina Gulin. "Psihologija u zaštiti mentalnog zdravlja." *Priručnik za psihološku djelatnost u zaštiti i promicanju mentalnog zdravlja, Zavod za javno zdravstvo Sveti Rok Virovitičko-Podravske županije, Virovitica, 2012.*

**Popis dopunske literature:**

--

Nastavni plan:

**Popis predavanja (s naslovima i pojašnjenjem):**

**P1. Životna razdoblja i prilagodbe**

Ishodi učenja

Objasniti proces odrastanja i starenja te analizirati načine adekvatne prilagodbe na promjenjene životne okolnosti

**P2. Najčešći psihički poremećaji u svakoj pojedinoj životnoj fazi**

Ishodi učenja

Analizirati psihičke poremećaje koji se mogu razviti u određenim životnim fazama i čimbenike njihovog nastanka

**P3. Važnost prevencije mentalnih poremećaja u svakoj pojedinoj životnoj fazi**

Ishodi učenja

Predstaviti modele prevencije mentalnih poremećaja u svakoj pojedinoj životnoj fazi kao i ulogu ranog prepoznavanja i uočavanja promjene ponašanja uzrokovanih mentalnom nestabilnošću

**P4. Zaštita mentalnog zdravlja djece predškolske i školske dobi**

Ishodi učenja

Objasniti proces prilagodbe malog djeteta na promjene u ovoj životnoj dobi te utjecaj promjena na mentalnu stabilnost  
Analizirati i diskutirati edukaciju i savjetovanje roditelja i djece

**P5. Zaštita mentalnog zdravlja tijekom adolescencije**

Ishodi učenja

Objasniti proces prilagodbe adolescenta na promjene u ovoj životnoj dobi te utjecaj promjena na mentalnu stabilnost  
Analizirati i diskutirati edukaciju i savjetovanje zdravstvenih djelatnika u kontaktu sa problemima psihološke naravi koji se javljaju u doba adolescencije

**P6. Zaštita mentalnog zdravlja tijekom roditeljstva i radnog vijeka**

**Ishodi učenja**

Objasniti proces prilagodbe osobe suočene sa roditeljstvom ili promjenom životne ili radne sredine na promjene u ovoj životnoj dobi te utjecaj promjena na mentalnu stabilnost

Analizirati i diskutirati edukaciju i savjetovanje zdravstvenih radnika

**P7. Zaštita mentalnog zdravlja osoba starije životne dobi**

**Ishodi učenja**

Objasniti proces prilagodbe osobe starije životne dobi na promjene s kojima se suočavaju svakodnevno. Opisati utjecaj gubitaka ili institucionalizacije na mentalnu stabilnost osobe starije životne dobi

Analizirati i diskutirati načine poboljšanja kvalitete života svake osobe u trećoj životnoj dobi bez obzira na okolnosti s kojima je suočena

**P8. Poboljšanje kvalitete života prevencijom mentalnih poremećaja**

**Ishodi učenja**

Predstaviti utjecaj mentalne stabilnosti i zdravog odrastanja i starenja na kvalitetu života osobe kroz sve životne faze

Popis seminara s pojašnjenjem:

**Izrada projekta:**

**Proces prilagodbe djeteta vrtićke dobi, osnovnoškolca, adolescenta, osobe srednje životne dobi i osobe starije životne dobi**

Analizirati i predstaviti projekte zdrave prilagodbe na novonastalo stanje prema navedenim životnim razdobljima. Prikazati izrađene promidžbene materijale.

Popis vježbi s pojašnjenjem:

**Obveze studenata:**

Studenti su obvezni redovito pohađati i aktivno sudjelovati u svim oblicima nastave. Samostalno će izraditi i prezentirati svoje seminarske radove nakon čega će uslijediti diskusija na izloženu temu.

**Ispit (način polaganja ispita, opis pisanog/usmenog/praktičnog dijela ispita, način bodovanja, kriterij ocjenjivanja):**

**ECTS bodovni sustav ocjenjivanja:**

Ocjenjivanje studenata provodi se prema važećem **Pravilniku o studijima Sveučilišta u Rijeci** te prema **Pravilniku o ocjenjivanju studenata na Fakultetu zdravstvenih studija Sveučilišta u Rijeci** (usvojenom na Fakultetskom vijeću Fakulteta zdravstvenih studija Sveučilišta u Rijeci). Ocjenjivanje studenata vrši se primjenom ECTS (A-F) i brojčanog sustava (1-5). Ocjenjivanje u ECTS sustavu izvodi se apsolutnom raspodjelom, te prema **diplomskim kriterijima ocjenjivanja**.

Studenti će tijekom nastave i ispita moći sakupiti maksimalno **100** ocjenskih bodova.

Rad studenata vrednovat će se te ocjenjivati tijekom izvođenja nastave i na završnom ispitu. Od ukupno 100 bodova, tijekom nastave student može ostvariti maksimalno 50 bodova, a na završnom ispitu maksimalno 50 bodova.

**I Tijekom nastave** vrednuje se (do maksimalno **50** ocjenskih bodova):

- najviše 10 ocjenskih bodova daje voditelj kolegija za prisustvo na nastavi
- najviše 30 ocjenskih bodova za izloženi **seminarski rad**
- najviše 10 ocjenskih bodova za sudjelovanje u **diskusijama** na zadanu temu

**II Završni ispit** (do maksimalno 50 ocjenskih bodova)

- sastoji se od **pisanog dijela** kojim se može dobiti najviše **50** ocjenskih bodova.

Završnom ispitu imaju pravo pristupiti studenti koji su izvršili sve obaveze tijekom nastave i koji su tijekom nastave ostvarili 25 bodova i više. Studenti koji su tijekom nastave ostvarili 24,9 bodova i manje ne mogu pristupiti završnom ispitu. Studenti koji sakupe 24,9 i manje ocjenskih bodova (Focjenska kategorija) moraju **ponovno** upisati kolegij.

Za prolaz na završnom ispitu i konačno ocjenjivanje student na završnom ispitu mora biti pozitivno ocijenjen i ostvariti minimum od **50% točno riješenih pitanja**.

Ocjenjivanje u ECTS sustavu vrši se **apsolutnom raspodjelom, odnosno na temelju konačnog postignuća:**

**A – 90 – 100% bodova**

**B – 75 - 89,9%**

**C – 60 – 74,9%**

**D – 50 - 59,9%**

**F – 0 – 49,9%**

Ocjene u ECTS sustavu prevode se u brojčani sustav na slijedeći način:

**A = izvrstan (5)**

**B = vrlo dobar (4)**

**C = dobar (3)**  
**D = dovoljan (2)**  
**F = nedovoljan (1)**

**Mogućnost izvođenja nastave na stranom jeziku:**

Unesite tražene podatke

**Ostale napomene (vezane uz kolegij) važne za studente:**

Unesite tražene podatke

**SATNICA IZVOĐENJA NASTAVE (za akademsku 2021./2022. godinu)**

**Raspored nastave**

Datum	Predavanja (vrijeme i mjesto)	Seminari (vrijeme i mjesto)	Vježbe (vrijeme i mjesto)	Nastavnik
16.06.2023.	P1-P4 08:00-1:00 Z3/Z5			Sanja Juretić
17.06.2023.	P5-P8 13:00-18:00 Z3/Z5			Sanja Juretić
01.07.2023.		S1-S5 13:00-19:00 Z5/Z3		Sanja Juretić

P	PREDAVANJA (tema predavanja)	Broj sati nastave	Mjesto održavanja
P1	Životna razdoblja i prilagodbe	2	FZS Rijeka
P2	Najčešći psihički poremećaji u svakoj pojedinoj životnoj fazi	2	FZS Rijeka
P3	Važnost prevencije mentalnih poremećaja u svakoj pojedinoj životnoj fazi	2	FZS Rijeka
P4	Zaštita mentalnog zdravlja djece predškolske i školske dobi	2	FZS Rijeka

<b>P5</b>	<b>Zaštita mentalnog zdravlja tijekom adolescencije</b>	2	FZS Rijeka
<b>P6</b>	<b>Zaštita mentalnog zdravlja tijekom roditeljstva i radnog vijeka</b>	2	FZS Rijeka
<b>P7</b>	<b>Zaštita mentalnog zdravlja osoba starije životne dobi</b>	2	FZS Rijeka
<b>P8</b>	<b>Poboljšanje kvalitete života prevencijom mentalnih poremećaja</b>	2	FZS Rijeka
	<b>Ukupan broj sati predavanja</b>	15	

**Popis predavanja, seminara i vježbi:**

<b>S</b>	<b>SEMINARI (tema seminara)</b>	<b>Broj sati nastave</b>	<b>Mjesto održavanja</b>
<b>S1</b>	<b>Izrada projekta: Proces prilagodbe djeteta vrtićke dobi</b>	2	FZS Rijeka
<b>S2</b>	<b>Izrada projekta: Proces prilagodbe osnovnoškolca</b>	2	FZS Rijeka
<b>S3</b>	<b>Izrada projekta: Proces prilagodbe adolescenta</b>	2	FZS Rijeka
<b>S4</b>	<b>Izrada projekta: Proces prilagodbe osobe tijekom radnog vijeka</b>	2	FZS Rijeka
<b>S5</b>	<b>Izrada projekta: Proces prilagodbe osobe starije životne dobi na životne promjene</b>	2	FZS Rijeka
	<b>Ukupan broj sati seminara</b>	<b>10</b>	

<b>V</b>	<b>VJEŽBE (tema vježbe)</b>	<b>Broj sati nastave</b>	<b>Mjesto održavanja</b>
	<b>Ukupan broj sati vježbi</b>		

	<b>ISPITNI TERMINI (završni ispit)</b>
1.	Prema dogovoru sa studentima
2.	
3.	
4.	