**Datum:** Rijeka,20. srpnja 2023.

**Kolegij:** Promicanje mentalnog zdravlja

**Voditelj:** Izv. prof. dr. sc. Tatjana Čulina, dr.med.

**e-mail voditelja:** tatjana.culina@uniri.hr

**Katedra:** Katedra za obiteljsku medicinu

**Studij:** Diplomski studij - Sestrinstvo

**Godina studija:** 2.

**Akademska godina:** 2023./2024.

**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 Promicanje mentalnog zdravlja je obvezni predmet na 2. godini Diplomskog studija- Sestrinstvo, a sastoji se od 15 sati predavanja i 10 sati seminara, ukupno 25 sati. Izvršavanjem svih predviđenih nastavnih obveza i uspješno položenim završnim ispitom student stječe 2.5 ECTS bodova.Primarni cilj kolegija je upoznati studente sa sadržajima vezanim za zaštitu mentalnog zdravlja s posebnim naglaskom na promociji i unapređenju mentalnog zdravlja, prevenciji i ranom prepoznavanju poremećaja ponašanja i duševnih poremećaja.Sljedeći cilj kolegija jest priprema i osposobljavanje studenta da samostalno i odgovorno provodi aktivnosti koje unaprjeđuju mentalno zdravlje jačanjem zaštitnih čimbenika i smanjivanjem čimbenika koji mu štete. Sveobuhvatni je cilj kolegija naglasak na važnosti što ranijeg provođenja aktivnosti koje doprinose razumijevanju mentalnog zdravlja mladih i podizanju svjesnosti o važnosti mentalnog zdravlja kao dijela općega zdravlja. Istaknuti će se važnost promocije mentalnog zdravlja i blagostanja od najranije dobi. Sadržaj predmeta je sljedeći:Ovaj kolegij obuhvaća sadržaje vezane za specifičnosti promotivnih aktivnosti vezanih za mentalno zdravlje kao što su promotivne aktivnosti usmjerene na djecu i adolescente s rizikom za poremećaj ponašanja i s problemima mentalnog zdravlja, edukacija o aktivnostima koje se provode na nivou primarne zdravstvene zaštite za rano prepoznavanje poremećaja ponašanja i problema mentalnog zdravlja. Opisuju se specifičnosti rada s nastavnim osobljem predškolskih i školskih ustanova u cilju ranog prepoznavanja poremećaja ponašanja i problema mentalnog zdravlja djece i adolescenata. Utvrđuje se koje su to metode rada u promociji mentalnog zdravlja s naglaskom na zdravstvenim akcijama (kampanje), zdravstvenom odgoju, aktivnostima lokalne zajednice, izradi promotivnih materijala i sl. Posebno se obrađuju promotivne aktivnosti usmjerene na populaciju odraslih uz isticanje veze seksualnog i mentalnog zdravlja. Ističe se i važnost edukacije odraslih kao uzor i model ponašanja djeteta, ali i važnost provođenja aktivnosti koje se provode na nivou primarne zdravstvene zaštite za rano prepoznavanje problema mentalnog zdravlja odraslih. Posebno su poglavlje teme vezane za suvremene aspekte mentalnog zdravlja mladih i sastoje se u prikazu problematike konzumacije alkohola, nikotina i droga, bullyinga, poremećaja ponašanja, psihosomastkih problema te važnost rada na samopouzdanju i samopoštovanju djeteta.OČEKIVANI ISHODI UČENJA:I. KOGNITIVNA DOMENA – ZNANJEStudent se posebno upoznaje sa specifičnom zaštitom i skrbi za djecu i mlade rizičnog ponašanja, kao i one posebno izložene stresnim situacijama tijekom odrastanja.Studenti će se osposobiti za prepoznavanje, analiziranje i rješavanje profesionalnih dilema u provođenju preventivnih aktivnosti vezanih za mentalno zdravlje. Naučiti će provesti savjetovalište obitelji, majki s dojenčadi i predškolskom djecom, ali i školske djece i adolescenata s ciljem zdravog odrastanja i što boljeg uklapanja u okolinu.II.PSIHOMOTORIČKA DOMENA – VJEŠTINESteći će sposobnosti za rješavanje medicinskog problema kroz primjenu teorijskih znanja o promociji mentalnog zdravlja kao što su korištenje suvremenih metoda za prepoznavanje i procjenu rizičnosti rasta i razvoja školskog djeteta i adolescenta, provođenje prevencije i tretman rizičnih ponašanja i navika, provedba osnovnih zdravstveno-odgojnih postupaka kroz predavanja i savjetovanja te promocija mentalnog zdravlja opće populacije s ciljem povećanja sposobnosti za sučeljavanje sa svakodnevnicom i savladavanje kriznih situacija te sprječavanje nastupa mentalnoga/duševnoga poremećaja.Izvođenje nastave:Nastava se izvodi u obliku predavanja i tematski njima prilagođenim seminarima . Studenti su obvezni prisustvovati svim oblicima nastave: predavanjima i seminarima.Prisustvo na nastavi redovito je praćeno i evidentirano, a prisustvo je jedan od elemenata završne ocjene.Studentu je obveza pripremiti gradivo o kojem se raspravlja: sudjelovati u aktivnom rješavanju slučajeva tijekom seminara, odnosno aktivna obrada teme o kojoj će se na seminaru raspravljati. Ponuđeni okvirni sadržaj kolegija može se mijenjati tijekom izvođenja samog kolegija, ovisno o osobnim profesionalnim interesima studenata, njihovim prijedlozima i željama za detaljnijim pristupom pojedinim temama.Specifičnost je ovog kolegija u naglasku na aktivnost studenata, čiji je zadatak da aktivno sudjeluju u izvođenju samog kolegija kroz svoje seminarske radove u kojima će prikazati i analizirati aktualne probleme vezane za promicanje mentalnog zdravlja. Od studenata se očekuje da temeljem ponuđene literature istražuju relevantne činjenice potrebne za izradu seminarskog rada.Nastavnik ocjenjuje sudjelovanje studenta u radu seminara (pokazano znanje, razumijevanje, sposobnost postavljanja problema, zaključivanje, itd.). Teme seminara obrađuju se pojedinačno ili u manjim grupama. Studenti će tijekom seminara rješavati zdravstvene probleme temeljem prikazanog slučaja ili unaprijed zadane teme seminara te će grupi studenata izložiti problem i njegovo rješenje. Studenti su dužni pripremiti se za temu seminara te tijekom seminara odgovoriti na postavljena teorijska pitanja od strane voditelja. Prisustvovanje seminarima i aktivnost na seminaru elementi su završne ocjene. |

**Popis obvezne ispitne literature:**

|  |
| --- |
|  Studentima će tijekom izvođenja kolegija biti dostupna sva predavanja u tiskanom i digitalnom obliku |

**Popis dopunske literature:**

|  |
| --- |
| 1. Socijalna medicina, urednici Tomislav Rukavina, Lovorka Bilajac. Medicinski fakultet Sveučilište u Rijeci; Tiskara Žagar, Rijeka 2014.
2. Štifanić, M. (2013). Loša komunikacija i druge liječničke pogreške. Jahr, 4 (7), 293-327.
3. Obitelj i prevencija ovisnosti / Slavko Sakoman Sakoman, Slavko   Zagreb : SysPrint, 2002
4. Zloković, J., Vrcelj, S. (2010). Rizična ponašanja djece i mladih. Odgojne znanosti, Vol. 12, br. 1, 197-213. Bilić, V., (2010).
5. Kuzman M. Adolescencija, adolescenti i zaštita zdravlja. Medicus [Internet]. 2009 [pristupljeno 22.01.2020.];18(2\_Adolescencija):155-172. Dostupno na: <https://hrcak.srce.hr/57135>
6. Buljan-Flander, G. (2003). Nasilje među djecom. Zagreb: Poliklinika za zaštitu djece grada Zagreba, Ministarstvo prosvjete i športa, str. 4-39
7. Đorđević, V., Braš, M., ur. (2011). Komunikacija u medicini. Čovjek je čovjeku lijek. Zagreb: Medicinska naklada.
8. Ilić V, Ilić R. Metodika zdravstvenog odgoja, Školska knjiga, Zagreb, 1999.
9. Dabo J, Malatestinić Đ, Benić Salamon K, Dabo I. Centri za mlade – savjetovališta otvorenih vrata – od projekta do prakse. Pediatr.Croat 2010;54 (Supl 1): 107-111
10. Jureša V. Zdravstvena zaštita školske djece i mladih – školska i sveučilišna medicina. Paediatr Croat 2006;50:117-9.
11. Dabo J, Tomac V, Dragaš-Zubalj N. Zdravstvena zaštita školske djece, mladeži i studenata - devetogodišnje iskustvo; HČJZ 2007;9.
12. Josipović Lj, Krnić B. Prepoznatljivost rada savjetovališta službi školske medicine u podizanju kvalitete života djece školske dobi. Radovi Zavoda za znanstvenoistraživački i umjetnički rad u Bjelovaru [Internet]. 2013 [pristupljeno 22.01.2020.];(7):71-85. Dostupno na: https://hrcak.srce.hr/112731
 |

**Nastavni plan:**

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

|  |
| --- |
|  **P1 Specifičnosti promotivnih aktivnosti na nivou primarne zaštite vezanih za mentalno zdravlje** * Aktivnosti koje se provode na nivou primarne zdravstvene zaštite za rano prepoznavanje poremećaja ponašanja i problema mentalnog zdravlja

**P2 Mentalno zdravlje mladih** * Najčešće poteškoće mentalnog zdravlja koje su tipične za adolescenciju
* Osnove komunikacije i intervencije kod mladih koji pokazuju znakove anksioznosti, stresa, poremećaja raspoloženja, prilagodbe, poremećaja ponašanja kao i eksperimentiranje sa sredstvima ovisnosti

**P3 Suvremeni aspekti mentalnog zdravlja mladih** * konzumacija alkohola, nikotina i droga
* bullying, poremećaji ponašanja

 **P4 Utjecaj škole i školskog neuspjeha na mentalno zdravlje djece i adolescenata** * Povezanost s neuspjehom u školi
* Socijalne teškoće
* Poremećaj pažnje i koncentracije
* Kako prepoznati simptome
* Pojavnost u različitoj životnoj dobi

**P5**  **Stres*** psihološkI stress
* stres i emocije koje ga prate
* način na koji stres mijenja naše zdravstveno stanje

**P6 Veza seksualnog i mentalnog zdravlja** * seksualno zdravlje i seksualne smetnje, pristup problemima iz ovog kompleksnog i interdisciplinarnog područja
* utjecaj seksualnog zdravlja na ukupno zdravlje bolesnika te veza seksualnih poteškoća sa mentalnim zdravljem

**P7 Nesanica, poremećaji spavanja i mentalno zdravlje** * [San i zdravlje](https://www.plivazdravlje.hr/aktualno/clanak/2284/poremecaji-spavanja.html#3345)
* [Primarni i sekundarni poremećaji spavanja](https://www.plivazdravlje.hr/aktualno/clanak/2284/poremecaji-spavanja.html#3347)
* [Medicinski uzroci nesanice](https://www.plivazdravlje.hr/aktualno/clanak/2284/poremecaji-spavanja.html#3352)

**P8 Čimbenici koji utječu na zdravlje** * Kontrola čimbenika koji utječu na zdravlje
* Povećanje znanja i svjesnosti o zdravlju
* Promicanje zdravih životnih navika

**P9 Metode rada u promociji mentalnog zdravlja** * zdravstvene akcije (kampanje)
* zdravstveni odgoj i prosvjećivanje
* aktivnosti lokalne zajednice

**P10 Metode rada u promociji mentalnog zdravlja** * edukativne aktivnosti
* okrugli stolovi
* izrada promotivnih materijala i sl.
* principi interdisciplinarne suradnje
* Savjetovanje, individualna i grupna terapija za djecu i adolescente s poremećajima ponašanja i problemima mentalnog zdravlja

**P11 Društvo, obitelj, pojedinac u promociji mentalnog zdravlja** * pružanje zdravog i sigurnog okruženja
* smanjivanje štetnih čimbenike za zdravlje
* povećavanje ulaganja u unapređenje zdravlja

**P12 Specifičnosti promotivnih aktivnosti vezanih za mentalno zdravlje školske djece i mladih** * Promotivne aktivnosti usmjerene na djecu i adolescente s rizikom za poremećaj ponašanja i s problemima mentalnog zdravlja.
* Rad s nastavnim osobljem predškolskih i školskih ustanova u cilju ranog prepoznavanja poremećaja ponašanja i problema mentalnog zdravlja djece i adolescenata

**P 13 Tjelesna aktivnost i prevencija poremećaja mentalnog zdravlja** * Tjelesna aktivnost i mentalno zdravlje
* Sport u prevenciji stresa
* Tjelesna aktivnost u svakoj životnoj dobi i raspoloženje

**P14 Procjena čimbenika rizika u cilju sprečavanja razvoja kronične bolesti** * procjena kardiovaskularnih rizika
* procjena rizika za razvoj osteoporoze
* procjena rizika za razvoj anksiozno depresivnih stanja i drugih psihickih bolesti
* kroničnu križobolju

**P15 Probir mentalnog zdravlja mladih** * Centri za mlade- savjetovališta otvorenih vrata
* psihosomaski problemi
* samopouzdanje i samopoštovanje
 |

# Popis seminara s pojašnjenjem:

|  |
| --- |
|  **S1 Osnove komunikacije i intervencije kod školske djece i mladih*** Eksperimentator u savjetovalištu:
* eksperimentiranju u adolescenciji, rizični adolescent, kao ga prepoznati, kako ga pridobiti, koga uključiti u tretman od obitelji, prijatelja i suradnika…
* Debelo dijete u savjetovalištu- psihološka podrška
* debljini u adolescenciji, rizična obitelj, kao prepoznati debljinu, kako ga pridobiti, koga uključiti u tretman od obitelji, prijatelja i suradnika…

**S2 Program vezan za promicanje zdravih stilova života*** Kako ga osmisliti i provesti
* Prikaz programa vezanog za prevenciju ovisnosti, rizičnih ponašanja, alkoholizma, neodgovornog spolnog ponašanja…

**S3 Osnovne metode rada u promociji mentalnog zdravlja*** Zdravstveni odgoj: što je, zašto i kako se provodi, metode zdravstvenog odgoja…
* Prikaz slučaja (rad u maloj grupi, debata, tribina…)

**S4 Bulling*** Prikaz slučajeva i rasprava
* sumnja na bulling kod školskog djeteta (o vršnjačkom nasilju, kako reagirati na sumnju o nasilju, koga uključiti u tretman, s kime surađivati, interdisciplinarni pristup, …)
* školski neuspjeh I mentalno zdravlje (što je uzrok, a što posljedica, interdisciplinarni pristup)

**S5 Kako reći NE svemu što ne želiš*** Reći „NE”  neprihvatljivim zahtjevima ili idejama
* Pojmovi: direktnost, otvorenost i iskrenost
* Izražavanje vlastitih stavova, osjećaja i potreba
* Jasno izražavanje vlastitog mišljenja
* „JA” poruke

**S6 Tehnike opuštanja*** tehnike disanja
* progresivna mišićna relaksacija
* vizualizacija
* kreativno izražavanje
* lagana tjelesna aktivnost
* masaža

**S7 Specifičnosti promotivnih aktivnosti vezanih za mentalno zdravlje školske djece i mladih** * Primjeri iz prakse
* Kako i što raditi na zaštiti i unaprjeđenju mentalnog zdravlja
* Jačanje osobnog potencijala u djetinjstvu i mladenaštvu, tijekom obrazovanja i napredovanja
* Edukacija edukatora, te vršnjačka edukacija o zdravom načinu života i jačanju pozitivnih stavova

**S8 Asertivna komunikacija*** Prikaz slučajeva i rasprava
* Ispričavati se ili ne zbog svojih stavova
* Prihvaćanje ili ne tuđih vrijednosti
* Primanje i davanje komplimenata
* Primanje kritike
* Osnove neverbalne komunikacije

**S9 Adolescentna kriza*** Psihološka podrška
* Empatija
* Obitelj kao suradnik
* Važnost identificiranja vlastitih mogućnosti, kompetencija i interesa

**S10 Promicanje zdravih stilova života i prevencija ovisnosti** * Aktivnosti koje pomažu pojedincima i zajednici u jačanju vlastitih resursa kroz prigodna obilježavanja, edukacije, promicanje projekata i akcija u zajednici.
* Podrška razvoju osobnih kapaciteta i zdravih stilova života kroz edukativne i promotivne materijale, akcije, psihoedukaciju i savjetovališni rad
 |

**Obveze studenata:**

|  |
| --- |
| Studenti su obvezni redovito pohađati i aktivno sudjelovati u svim oblicima nastave. Nazočnost na svim oblicima nastave se provjerava. |

**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. Rad studenata vrednovat će se i ocjenjivati tijekom izvođenja nastave, te na završnom ispitu. Od ukupno 100 bodova, tijekom nastave student može ostvariti 50 bodova, a na završnom ispitu 50 bodova. 1. **Tijekom nastave vrednuje se (maksimalno do 50 bodova):**

Od maksimalnih 50 ocjenskih bodova koje je moguće ostvariti tijekom nastave, student mora sakupiti minimum od 25 ocjenskih bodova da bi mogao pristupiti završnom ispitu. Student koji sakupi 24.9 i manje ocjenskih bodova (F ocjenska kategorija) mora ponovno upisati kolegij.Ocjenske bodove student stječe aktivnim sudjelovanjem u nastavi: prisustvovanjem na predavanjima i seminarima.

|  |  |
| --- | --- |
| **Pohađanje nastave (ocjena)** | **bodovi** |
| Nedovoljan (1) | 0-9,9 |
| Dovoljan (2) | 12 |
| Dobar (3) | 15 |
| Vrlo dobar (4) | 18 |
| Izvrstan (5) | 20 |

**Aktivnost na seminarima** Seminari su koncipirani po principu prikaza slučaja i obrade unaprijed navedenih tema. Studenti se moraju pripremiti za seminare i sudjelovati u raspravama slučajeva.

|  |  |
| --- | --- |
| **Aktivnost na seminarima** | **bodovi** |
| Nedovoljan (1) | 0-14,9 |
| Dovoljan (2) | 18 |
| Dobar (3) | 22 |
| Vrlo dobar (4) | 27 |
| Izvrstan (5) | 30 |

Proizlazi da iz predavanja i seminara student mora sakupiti minimalno 25 bodova (uvjet pristupanju završnog ispita), a maksimalno 50 bodova.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  | **Minimalni bodovi** | **Maksimalni bodovi** |
| Pohađanje nastave (ocjena) | 10 | 20 |
| Aktivnost na seminarima | 15 | 30 |
| Ukupno | 25 | 50 |

**II. Završni ispit (do 50 bodova)**Završni ispit se sastoji od prikaza seminarskog rada i usmenog ispita, a ukupno nosi maksimalno 50 bodova

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Ocjena** | **Seminarski rad** | **Usmeni ispit** |
| Nedovoljan (1) | 0-9,9 | 0-14,9 |
| Dovoljan (2) | 12 | 18 |
| Dobar (3) | 15 | 22 |
| Vrlo dobar (4) | 18 | 27 |
| Izvrstan (5) | 20 | 30 |

**Tko može pristupiti završnom ispitu**:Student koji je sakupio najmanje 25 bodova od mogućih 50 bodova. **Tko ne može pristupiti završnom ispitu:*** Studenti koji su tijekom nastave ostvarili 0 do 24,9 bodova.Takav student je neuspješan (1) F i ne može izaći na završni ispit, tj. mora predmet ponovno upisati naredne akademske godine.

**III. Konačna ocjena** je zbroj ECTS ocjene ostvarene tijekom nastave i na završnom ispitu:

|  |
| --- |
| **Konačna ocjena**  |
| A (90-100%) | izvrstan (5) |
| B (75-89,9%) | vrlo-dobar (4) |
| C (60-74,9%) | dobar (3) |
| D (50-59,9%) | dovoljan (2) |
| F (studenti koji su tijekom nastave ostvarili manje od 25 bodova ili nisu položili završni ispit) | nedovoljan (1) |

 |

**Mogućnost izvođenja nastave na stranom jeziku:**

|  |
| --- |
| Nastava se u akademskoj godini 2023/24 izvodi na hrvatskom jeziku. |

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

|  |
| --- |
| Unesite tražene podatke |

**SATNICA IZVOĐENJA NASTAVE (za akademsku 2023./2024. godinu)**

**Raspored nastave**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
|  **Datum** | **Predavanja (vrijeme i mjesto)** | **Seminari (vrijeme i mjesto)** | **Vježbe (vrijeme i mjesto)** |  **Nastavnik** |
| 22. ožujka 2024. | P114-17 hZ3 |  |  | Izv. prof. dr.sc. Tatjana Čulina |
| 22. ožujka 2024. | P214-17 hZ3 |  |  | Izv. prof. dr.sc. Tatjana Čulina |
| 22. ožujka 2024. | P314-17 hZ3 |  |  | Izv. prof. dr.sc. Tatjana Čulina |
| 22. ožujka 2024. | P414-17 hZ3 |  |  | Izv. prof. dr.sc. Tatjana Čulina |
| 22. ožujka 2024. | P514-17 hZ3 |  |  | Izv. prof. dr.sc. Tatjana Čulina |
| 23. ožujka 2024. | P68-12 hZ3 |  |  | Dr.sc. Nina Bašić Marković |
| 23. ožujka 2024. | P78-12 hZ3 |  |  | Tina Zavidić, dr.med. |
| 23. ožujka 2024. | P88-12 hZ3 |  |  | Anja Del Vechio, mag. sestrinstva |
| 23. ožujka 2024. | P98-12 hZ3 |  |  | Anja Del Vechio, mag. sestrinstva |
| 23. ožujka 2024. | P108-12 hZ3 |  |  | Anja Del Vechio, mag. sestrinstva |
| 4. travnja 2024. | P1115-19 hZ2 |  |  | Izv. prof. dr.sc. Tatjana Čulina |
| 4. travnja 2024. | P1215-19 hZ2 |  |  | Izv. prof. dr.sc. Tatjana Čulina |
| 4. travnja 2024. | P1315-19 hZ2 |  |  | Izv. prof. dr.sc. Tatjana Čulina |
| 4. travnja 2024. | P1415-19 hZ2 |  |  | Izv. prof. dr.sc. Tatjana Čulina |
| 4. travnja 2024. | P1515-19 hZ2 |  |  | Izv. prof. dr.sc. Tatjana Čulina |
| 5. travnja 2024. |  | S18-12 hTerenska nastava |  | Izv. prof. dr.sc. Tatjana Čulina |
| 5. travnja 2024. |  | S28-12 hTerenska nastava |  | Izv. prof. dr.sc. Tatjana Čulina |
| 5. travnja 2024. |  | S38-12 hTerenska nastava |  | Anja Del Vechio, mag. sestrinstva |
| 5. travnja 2024. |  | S48-12 hTerenska nastava |  | Anja Del Vechio, mag. sestrinstva |
| 5. travnja 2024. |  | S58-12 hTerenska nastava |  | Anja Del Vechio, mag. sestrinstva |
| 19. travnja 2024. |  | S615-19 hTerenska nastava |  | Anja Del Vechio, mag. sestrinstva |
| 19. travnja 2024. |  | S715-19 hTerenska nastava |  | Anja Del Vechio, mag. sestrinstva |
| 19. travnja 2024. |  | S815-19 hTerenska nastava |  | Anja Del Vechio, mag. sestrinstva |
| 19. travnja 2024. |  | S915-19 hTerenska nastava |  | Izv. prof. dr.sc. Tatjana Čulina |
| 19. travnja 2024. |  | S1015-19 hTerenska nastava |  | Izv. prof. dr.sc. Tatjana Čulina |

**Popis predavanja, seminara i vježbi:**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **P** | **PREDAVANJA (tema predavanja)** | **Broj sati nastave** | **Mjesto održavanja** |
| P1 | Specifičnosti promotivnih aktivnosti na nivou primarne zaštite vezanih za mentalno zdravlje  | 1 |  |
| P2 | Mentalno zdravlje mladih | 1 |  |
| P3 | Suvremeni aspekti mentalnog zdravlja mladih  | 1 |  |
| P4 | Utjecaj škole i školskog neuspjeha na mentalno zdravlje djece i adolescenata  | 1 |  |
| P5 | Stres | 1 |  |
| P6 | Veza seksualnog i mentalnog zdravlja | 1 |  |
| P7 | Nesanica, poremećaji spavanja i mentalno zdravlje | 1 |  |
| P8 | Čimbenici koji utječu na zdravlje | 1 |  |
| P9 | Metode rada u promociji mentalnog zdravlja | 1 |  |
| P10 | Metode rada u promociji mentalnog zdravlja  | 1 |  |
| P11 | Društvo, obitelj, pojedinac u promociji mentalnog zdravlja  | 1 |  |
| P12 | Specifičnosti promotivnih aktivnosti vezanih za mentalno zdravlje školske djece i mladih | 1 |  |
| P13 | Tjelesna aktivnost i prevencija poremećaja mentalnog zdravlja | 1 |  |
| P14 | Procjena čimbenika rizika u cilju sprečavanja razvoja poteškoća s mentalnim zdravlja | 1 |  |
| P15 | Probir mentalnog zdravlja mladih | 1 |  |
|  | **Ukupan broj sati predavanja** | 15 |  |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **S** | **SEMINARI (tema seminara)** | **Broj sati nastave** | **Mjesto održavanja** |
| S1 | Osnove komunikacije i intervencije kod školske djece i mladih | 1 |  |
| S2 | Program vezan za promicanje zdravih stilova života | 1 |  |
| S3 | Osnovne metode rada u promociji mentalnog zdravlja | 1 |  |
| S4 | Bulling | 1 |  |
| S5 | Kako reći ne svemu što ne želiš | 1 |  |
| S6 | Tehnike opuštanja | 1 |  |
| S7 | Specifičnosti promotivnih aktivnosti vezanih za mentalno zdravlje školske djece i mladih | 1 |  |
| S8 | Asertivna komunikacija | 1 |  |
| S9 | Adolescentna kriza  | 1 |  |
| S10 | Promicanje zdravih stilova života i prevencija ovisnosti  | 1 |  |
|  | **Ukupan broj sati seminara** | 10 |  |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **V** | **VJEŽBE (tema vježbe)** | **Broj sati nastave** | **Mjesto održavanja** |
|  | **-** |  |  |
|  | **-** |  |  |
|  | **-** |  |  |
|  | **-** |  |  |
|  | **-** |  |  |
|  | **Ukupan broj sati vježbi** |  |  |

|  |  |
| --- | --- |
|  | **ISPITNI TERMINI (završni ispit)** |
| 1. | 10. 5. 2024. |
| 2. | 25. 5. 2024. |
| 3. | 25. 6. 2024. |
| 4. | 10. 9. 2024. |