**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 – ZNANJE  Student 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 – VJEŠTINE  Steći 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. | P1  14-17 h  Z3 |  |  | Izv. prof. dr.sc. Tatjana Čulina |
| 22. ožujka 2024. | P2  14-17 h  Z3 |  |  | Izv. prof. dr.sc. Tatjana Čulina |
| 22. ožujka 2024. | P3  14-17 h  Z3 |  |  | Izv. prof. dr.sc. Tatjana Čulina |
| 22. ožujka 2024. | P4  14-17 h  Z3 |  |  | Izv. prof. dr.sc. Tatjana Čulina |
| 22. ožujka 2024. | P5  14-17 h  Z3 |  |  | Izv. prof. dr.sc. Tatjana Čulina |
| 23. ožujka 2024. | P6  8-12 h  Z3 |  |  | Dr.sc. Nina Bašić Marković |
| 23. ožujka 2024. | P7  8-12 h  Z3 |  |  | Tina Zavidić, dr.med. |
| 23. ožujka 2024. | P8  8-12 h  Z3 |  |  | Anja Del Vechio, mag. sestrinstva |
| 23. ožujka 2024. | P9  8-12 h  Z3 |  |  | Anja Del Vechio, mag. sestrinstva |
| 23. ožujka 2024. | P10  8-12 h  Z3 |  |  | Anja Del Vechio, mag. sestrinstva |
| 4. travnja 2024. | P11  15-19 h  Z2 |  |  | Izv. prof. dr.sc. Tatjana Čulina |
| 4. travnja 2024. | P12  15-19 h  Z2 |  |  | Izv. prof. dr.sc. Tatjana Čulina |
| 4. travnja 2024. | P13  15-19 h  Z2 |  |  | Izv. prof. dr.sc. Tatjana Čulina |
| 4. travnja 2024. | P14  15-19 h  Z2 |  |  | Izv. prof. dr.sc. Tatjana Čulina |
| 4. travnja 2024. | P15  15-19 h  Z2 |  |  | Izv. prof. dr.sc. Tatjana Čulina |
| 5. travnja 2024. |  | S1  8-12 h  Terenska nastava |  | Izv. prof. dr.sc. Tatjana Čulina |
| 5. travnja 2024. |  | S2  8-12 h  Terenska nastava |  | Izv. prof. dr.sc. Tatjana Čulina |
| 5. travnja 2024. |  | S3  8-12 h  Terenska nastava |  | Anja Del Vechio, mag. sestrinstva |
| 5. travnja 2024. |  | S4  8-12 h  Terenska nastava |  | Anja Del Vechio, mag. sestrinstva |
| 5. travnja 2024. |  | S5  8-12 h  Terenska nastava |  | Anja Del Vechio, mag. sestrinstva |
| 19. travnja 2024. |  | S6  15-19 h  Terenska nastava |  | Anja Del Vechio, mag. sestrinstva |
| 19. travnja 2024. |  | S7  15-19 h  Terenska nastava |  | Anja Del Vechio, mag. sestrinstva |
| 19. travnja 2024. |  | S8  15-19 h  Terenska nastava |  | Anja Del Vechio, mag. sestrinstva |
| 19. travnja 2024. |  | S9  15-19 h  Terenska nastava |  | Izv. prof. dr.sc. Tatjana Čulina |
| 19. travnja 2024. |  | S10  15-19 h  Terenska 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. |