

Datum: Rijeka, 28. listopada 2025.

Kolegij: Mentalna stabilnost kroz faze starenja

Voditelj: Izv.prof.dr.sc.Sandra Bošković, Viši predavač Sanja Juretić, magistra sestrinstva

e-mail voditelja: sanja.juretic@uniri.hr, sanja.host@gmail.com

Katedra: Katedra za sestrinstvo

Studij: Sveučilišni diplomski studiji - Sestrinstvo - promicanje i zaštita mentalnog zdravlja

Godina studija: 1

Akadska godina: 2025./2026.

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:

Unesite tražene podatke

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 promijenjene 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:

Unesite tražene podatke

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 2025./2026. godinu)

Raspored nastave

Datum	Predavanja (vrijeme i mjesto)	Seminari (vrijeme i mjesto)	Vježbe (vrijeme i mjesto)	Nastavnik
04.12.2025.	P1-P4 (14:00-19:00) Z3			Viši predavač Sanja Juretić
05.12.2025.	P5-P8 (14:00-19:00) Z3			Viši predavač Sanja Juretić
19.12.2025.		S1-S4 (13:00-19:00) Z4		Viši predavač Sanja Juretić
20.12.2025.		S5 (15:00-17:00) Z6		Viši predavač Sanja Juretić

Popis predavanja, seminara i vježbi:

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
P5	Zaštita mentalnog zdravlja tijekom adolescencije	2	FZS RIJEKA
P6	Zaštita mentalnog zdravlja tijekom roditeljstva i radnog vijeka	2	FZS RIJEKA
P7	Zaštita mentalnog zdravlja osoba starije životne dobi	2	FZS RIJEKA
P8	Poboljšanje kvalitete života prevencijom mentalnih poremećaja	1	FZS RIJEKA
	Ukupan broj sati predavanja	15	

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

V	VJEŽBE (tema vježbe)	Broj sati nastave	Mjesto održavanja

	Ukupan broj sati vježbi		

	ISPITNI TERMINI (završni ispit)
1.	Prema dogovoru sa studentima
2.	
3.	
4.	

