

SYLLABUS

1. Puni naziv nastavnog predmeta:

Mentalna higijena

2. Skraćeni naziv nastavnog predmeta / šifra:**3. Ciklus studija:**

1

4. Bodovna vrijednost ECTS:

3

5. Status nastavnog predmeta: Obavezni Izborni**6. Preduslovi za polaganje nastavnog predmeta:**

Nema

7. Ograničenja pristupa:

(max. 150 karaktera)

8. Trajanje / semestar:

1

7

9. Sedmični broj kontakt sati:

9.1. Predavanja:

2

9.2. Auditorne vježbe:

1

9.3. Laboratorijske / praktične vježbe:

0

10. Fakultet:

Filozofski fakultet

11. Odsjek / Studijski program:

Pedagogija

12. Odgovorni nastavnik:

dr.sc. Ljubica Tomić Selimović, van.prof.

13. E-mail nastavnika:

ljubica.tomic@untz.ba

14. Web stranica:

www.unitz.ba

15. Ciljevi nastavnog predmeta:

Cilj kolegija je upoznati studente sa područjima prevencije i načinima unaprjeđenja mentalnog zdravlja. Studenti će se upoznati s teorijom i praksom mentalnog zdravlja. Studenti će moći definirati mentalno zdravlje te ostale pojmove iz oblasti mentalnog zdravlja. Naučit će osnovne principe prevencije i mjere uspješnosti preventivnih aktivnosti .

16. Ishodi učenja:

Nakon odslušanog kolegija studenti će steći znanja o

- rizičnim faktorima koji se negativno odražavaju na kvalitet života ljudi
- načinima na koje se preventivnom može djelovati s ciljem unaprjeđenja zdravlja i izbjegavanja nastajanja različitih oboljenja, prije svega onih povezanih sa stresom.

17. Indikativni sadržaj nastavnog predmeta:

- Teorijske osnove mentalnog zdravlja.
- Mentalno zdravlje i mentalna higijena.
- Razvoj koncepta mentalnog zdravlja.
- Epidemiološki metod u izučavanju problema mentalnog zdravlja.
- Modeli mentalnog zdravlja i bolesti.
- Nivo primarne, sekundarne i tercijarne prevencije.
- Stres i kriza.
- Suočavanje sa stresom: strategije i stilovi suočavanja, socijalna podrška.
- Borba protiv stresa – prevencija / metode i tehnike .
- Porodica i stres.
- Zloupotreba droge i alkohola; Prevencija i liječenje od ovisnosti
- Mentalno-zdravstveni aspekti u djetinjstvu i mogućnost preventivnih aktivnosti.

18. Metode učenja:

U toku izvođenja nastave na predavanjima i vježbama koristit će se didaktičke metode:

- metoda usmenog izlaganja
- metoda demonstracije i ilustracije
- metoda razgovora
- metoda pisanih radova
- metoda čitanja i rada na tekstu

19. Objašnjenje o provjeri znanja:

a) Pismeno: ZOT i Esej-test

b) Usmeno: usmeno

Za provjeru usvojenog znanja koristit će se:

- pismena i
- usmena metoda

Pismena metoda obuhvata pismenu provjeru znanja (ZOT I esej). Provjera znanja će se realizirati kroz pitanja i odgovore iz sadržaja nastavnog predmeta. Ista će biti obavljena nakon realizacije predviđenih predavanja. Minimalan broj bodova za prolaz na pismenom dijelu ispita je 25 (više od 60%). Usmena metoda primjenjivat će se za studente koji kroz pismenu provjeru znanja ostvare minimalan broj bodova (25).

Pismena provjera znanja

Nakon završetka kursa slijedi pismena provjera znanja (ZOT i esej) studenata. Studentima će biti ponuđeno kombinacija esejskih pitanja i niz zadataka objektivnog tipa.

Studenti koji zadovolje na pismenom dijelu ispita tj. ostvare od 25 do 40 bodova izlaze na usmeni dio ispita. Termin održavanja pismenog dijela ispita će biti saopšten studentima najmanje petnaest (15) dana prije samog održavanja ispita. Maksimalan broj bodova koje student može ostvariti na pismenom dijelu ispita je 40, a minimalan, da bi se ispit položio, je 25 bodova.

Pozajmljivanje bilo kakvih stvari između studenata za vrijeme ispitivanja nije dozvoljeno. Studenti koji budu nrenisivali 

20. Težinski faktor provjere:

Kriterij max. bodovi

a) prisutnost i aktivnost na času: prisutnost na predavanjima i vježbama 10; aktivnost na časovima 10

b) individualni/timski projekat: individualni projekat 10; timski/grupni projekat 10

c) pismeni ispit: 50

d) usmeni dio ispita: 10

Ukupno mogućih bodova: 100

Dodjeljivanje ocjena na osnovu ostvarenog broja bodova:

94-100=10, 84-93=9, 74-83=8, 64-73 =7, 54-63=6; do 53=5

21. Osnovna literatura:

Brlas, S., Gulin, M. (ur.). (2010). Psihologija u zaštiti mentalnog zdravlja, ZZJZ "Sveti Rok" Virovitičko-podravske županije, Virovitica, 35-41
Lazarus, R.S. i Folkman, S. (2004). Stres, procjena i suočavanje, Jastrebarsko, Naklada Slap
Vlajković, J. (1990.). Teorija i praksa mentalne higijene. Beograd. Savez Društava psihologa Srbije
Vlajković, J. (1998.). Životne krize i njihovo prevazliženje. Beograd. Plato

22. Internet web reference:**23. U primjeni od akademske godine:**

2022/23.

24. Usvojen na sjednici NNV/UNV:

(max. 10 karak.)