



HRVATSKO  
KATOLIČKO  
SVEUČILIŠTE  
ZAGREB  
UNIVERSITAS  
STUDIORUM  
CATHOLICA  
CROATICA  
ZAGREBIA

# Detaljni izvedbeni plan

<b>Akademski godina:</b> 2024/2025	<b>Semestar:</b> Ljetni
<b>Studiji:</b> Psihologija (R) (izborni) Povijest (R) (izborni) Diplomski sveučilišni studij Povijest (nastavnički) (R) (izborni) Komunikologija - Interkulturalna komunikacija i novinarstvo (R) (izborni) Komunikologija - Znanstveno istraživanje medija i odnosi s javnošću (R) (izborni) Sestrinstvo (R) (izborni) Sociologija - Upravljanje i javne politike (R) (izborni) Sestrinstvo (I) (izborni)	<b>Godina studija:</b> 2

## I. OSNOVNI PODACI O KOLEGIJU

**Naziv kolegija:** Osnove kognitivno-bihevioralne terapije

**Kratica kolegija:** IZBD-36

**Status kolegija:**  
Obvezni

**ECTS bodovi:** 3

**Šifra kolegija:** 157451

**Preduvjeti za upis kolegija:** Nema

*Ukupno opterećenje kolegija*

**Vrsta nastave**

**Ukupno sati**

Predavanje

15

Auditorna vježba

30

**Mjesto i vrijeme održavanja nastave:** HKS - prema objavljenom rasporedu

## II. NASTAVNO OSOBLJE

*Nositelj kolegija*

**Ime i prezime:** Nakić Radoš Sandra

**Akademski  
stupanj/naziv:**

**Izbor:** izvanredni profesor

<b>Kontakt e-mail:</b> <a href="mailto:snrados@unicath.hr">snrados@unicath.hr</a>	<b>Telefon:</b>	
<b>Konzultacije:</b> Prema objavljenom rasporedu		
<i>Suradnici na kolegiju</i>		
<b>Ime i prezime:</b> Žutić Maja		
<b>Akademski stupanj/naziv:</b>	<b>Izbor:</b> viši asistent	
<b>Kontakt e-mail:</b> <a href="mailto:maja.zutic@unicath.hr">maja.zutic@unicath.hr</a>	<b>Telefon:</b>	
<b>Konzultacije:</b> Prema objavljenom rasporedu		
<b>III. DETALJNI PODACI O KOLEGIJU</b>		
<b>Jezik na kojem se nastava održava:</b> Hrvatski		
<b>Opis kolegija</b>	<p><b>Ciljevi predmeta:</b> Bazično upoznavanje s teorijom i načelima kognitivno-bihevioralne terapije. Osposobljavanje za jednostavno konceptualiziranje pojedinih kliničkih problema u skladu s načelima ovog terapijskog pravca.</p> <p><b>Sadržaj predmeta:</b> Pregled povijesti i nastanka kognitivno-bihevioralne terapije. Funkcionalna analiza ponašanja. Kognitivna konceptualizacija. Kognitivno-bihevioralna procjena. Kognitivno-bihevioralni modeli i tretman različitih psiholoških problema i poremećaja. Kognitivno-bihevioralne tehnike. Struktura terapije.</p>	
<b>Očekivani ishodi učenja na razini kolegija</b>	<p>Analizirati nastanak i razvoj osnovnih psiholoških problema i poremećaja u okviru kognitivno-bihevioralnog modela. Klasificirati disfunkcionalne obrasce u mišljenju; Složiti kognitivnu konceptualizaciju na individualnom slučaju. Preporučiti osnovne bihevioralne tehnike u savjetodavno-terapijskom radu. Kreirati ciljeve i plan tretmana jednostavnog slučaja u kognitivno-bihevioralnoj terapiji. Pokazati etičku odgovornost u kliničkoj procjeni i savjetodavno-terapijskom radu.</p>	
<i>Literatura</i>		
<b>Obavezna</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Beck, J. (2011). Kognitivna terapija – osnove, educiranje i uvježbavanje. Naklada Slap.</li> <li>• Anić, N. (1984). <i>Praktikum iz bihevior terapije I</i>. Zagreb: Društvo psihologa SR Hrvatske.</li> <li>• Anić, N. (1990). <i>Praktikum iz kognitivne i bihevioralne terapije III</i>. Zagreb: Društvo psihologa Hrvatske.</li> <li>• Leahy, R. L., &amp; Holland, S. J. (2014). Planovi tretmana i intervencije za depresiju i anksiozne poremećaje . <i>Jastrebarsko: Naklada Slap.</i></li> <li>• Hawton, K, Salkovskis, P. M., Kirk, J. &amp; Clarck, D.M. (2007). Kognitivno-bihevioralna terapija za psihijatrijske probleme – vodič za praktičan rad. Jastrebarsko: Naklada Slap.</li> </ul>	
<b>Dopunska</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Dattilio, F. M, (2012). <i>Kognitivno-bihevioralna terapija parova i obitelji. Jastrebarsko: Naklada Slap. .</i></li> <li>• Hackney, H. L. i Cormier, S. (2012). <i>Savjetovatelj – stručnjak: Procesni vodič kroz pomaganje . Jastrebarsko: Naklada Slap.</i></li> <li>• Kendall, P. C. (2006). <i>Childand Adolescent Therapy: Cognitive-Behavioral Procedures . New York: TheGuilford Press.</i></li> </ul>	
<i>Način ispitivanja i ocjenjivanja</i>		
<b>Polaze se DA</b>	<b>Isključivo kontinuirano praćenje nastave NE</b>	<b>Ulazi u prosjek DA</b>
<b>Preduvjeti za dobivanje potpisa i polaganje završnog ispita</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Redovito pohađanje nastave (prisutnost na najmanje 70% nastave)</li> <li>• Stjecanje minimalno 35% bodova tijekom nastave</li> </ul>	

Način stjecanja bodova:

**1. Nastavne aktivnosti - 70%:**

- kontinuirano vrednovanje studentskog rada kroz zadaće - 70%

**2. Završni pismeni ispit - 30%**

**Način polaganja ispita**

Brojčana ljestvica ocjenjivanja studentskog rada:

- izvrstan (5) - 90 do 100% bodova
- vrlo dobar (4) - 80 do 89,9% bodova
- dobar (3) - 65 do 79,9% bodova
- dovoljan (2) - 50 do 64,9% bodova
- nedovoljan (1) - 0 do 49,9% bodova

**Način ocjenjivanja**

- Kontinuirano vrednovanje studentskog rada kroz nastavne aktivnosti
- Završni pismeni ispit (minimum za prolaz na pismenom ispitu je 50% točne riješenosti)

**Detaljan prikaz ocjenjivanja unutar Europskoga sustava za prijenos bodova**

VRSTA AKTIVNOSTI	ECTS bodovi - koeficijent opterećenja studenata	UDIO OCJENE (%)
Pohađanje nastave	1.2	0
Domaća zadaća	1.3	70
<b>Ukupno tijekom nastave</b>	<b>2.5</b>	<b>70</b>
Završni ispit	0.5	30
<b>UKUPNO BODOVA (nastava+zav.ispit)</b>	<b>3</b>	<b>100</b>

**Datumi kolokvija:**

**Datumi ispitnih rokova:**

## IV. TJEDNI PLAN NASTAVE

*Predavanja*

#	Tema
1	Uvodno predavanje.
2	Uvod u bihevioralnu terapiju.
3	Uvod u kognitivnu terapiju.
4	Kognitivno-bihevioralna procjena.
5	Kognitivna konceptualizacija.
6	Kognitivno-bihevioralni modeli anksioznosti (1. dio).
7	Kognitivno-bihevioralni modeli anksioznosti (2. dio).
8	Kognitivno-bihevioralni modeli depresije.
9	Kognitivno-bihevioralna terapija depresije kod djece i adolescenata.
10	Savjetovanje u kognitivno-bihevioralnoj terapiji.

11	Kognitivno-bihevioralna terapija partnerskih odnosa.
12	Kognitivno-bihevioralna terapija niskog samopoštovanja.
13	Evaluacija tretmana.
14	Noviji pravci u kognitivno-bihevioralnoj terapiji.
15	Završno predavanje.

*Auditorne vježbe*

#	Tema
1	Vježbe za uvodno predavanje
2	Funkcionalna analiza ponašanja.
3	Struktura seanse.
4	Izbor ciljeva i plan tretmana.
5	Kognitivna konceptualizacija - vježbe
6	Identificiranje automatskih misli.
7	Identificiranje emocija.
8	Evaluacija automatskih misli.
9	Tehnike KBT-a u tretmanu anksioznosti.
10	Bihevioralna aktivacija.
11	Tehnike rješavanja problema.
12	Ostale tehnike u kognitivno-bihevioralnoj terapiji.
13	Uloga domaće zadaće u kognitivno-bihevioralnoj terapiji.
14	Završetak terapije i prevencija povrata simptoma.
15	Završne vježbe

*Vježbe*

#	Tema
1	Završne vježbe