Detailed Course Syllabus

Academic year: 2026/2027	**Semester:** Summer semester
Year of study: 1	**Study programme:** Psihologija (R) (elective) (Prijediplomski)

I. BASIC COURSE INFORMATION

Name: Psihološka prilagodba na studiranje	
Abbreviation: IZBP296	
ECTS: 3	**Code:** 295162
Prerequisites: No	
Total Course Workload	
Teaching Mode	**Total Hours**
Lecture	15
Auditory exercise	15
Class Time and Place: HKS - according to the published schedule	

II. TEACHING STAFF

Course Holder	
Name and Surname: Bogović Anamarija	
Academic Degree:	**Professional Title:** redoviti profesor
Contact E-mail: anamarija.bogovic@unicath.hr	**Telephone:**
Office Hours: According to the published schedule	
Course Assistant	

III. DETAILED COURSE INFORMATION

Teaching Language: Hrvatski	
Course Description	**Cilj kolegija:** Upoznati se s mogućim psihološkim poteškoćama tijekom studiranja i načinima suočavanja s njima. **Sadržaj kolegija:** Prilagodba na studiranje. Slika o sebi u odnosu na akademske zahtjeve. Stres tijekom studiranja. Neugodne emocije i kako se s njima nositi. Vještine komunikacije. Ostvarivanje akademskih ciljeva (moguće poteškoće i načini suočavanja). Prevencija psihičkih smetnji kod studenata. Mogućnosti tretmana psihičkih smetnji.

Educational Outcomes	Nakon uspješno završenog kolegija student će moći: - objasniti moguće izazove i poteškoće psihičkog zdravlja tijekom studiranja - razlikovati različite načine suočavanja s poteškoćama tijekom studiranja - prepoznati vlastite potrebe tijekom studiranja - razmotriti mogućnosti poboljšanja psihičkog zdravlja
Textbooks and Materials	
Required	Davison, G.C. Neale, J.M. (2021). Psihologija abnormalnog ponašanja i doživljavanja. Jastrebarsko: Naklada Slap. (odabrana poglavlja) Lacković-Grgin, T. (2004). Stres u djece i adolescenata. Jastrebarsko: Naklada Slap. (odabrana poglavlja) Reeve, J. (2010). Razumijevanje motivacije i emocija. Jastrebarsko: Naklada Slap. (odabrana poglavlja)
Supplementary	
Examination and Grading	

To Be Passed DA	**Exclusively Continuous Assessment** NE	**Included in Average Grade** DA

Prerequisites to Obtain Signature and Take Final Exam	1. Redovito pohađanje nastave (prisutnost na najmanje 70% nastave) 2. Stjecanje minimalno 35% bodova (od ukupno 100 bodova) tijekom nastave (kolokvij, prezentacija)
Examination Manner	Način stjecanja bodova: **Nastavne aktivnosti – 70% ocjene** 1. Izlaganje grupnog rada – 20% 2. Aktivnosti na vježbama – 20% 3. Kolokvij – 30% **Završni ispit – 30 % ocjene** Završni ispit je pismeni. 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
Grading Manner	1. Kontinuirano vrednovanje studentskog rada kroz nastavne aktivnosti 2. Završni pismeni ispit (minimum za prolaz na pismenom ispitu je 50% točne riješenosti)
Detailed Overview of Grading within ECTS	

VRSTA AKTIVNOSTI	**ECTS bodovi -** koeficijent opterećenja studenata	**UDIO OCJENE** (%)
Pohađanje nastave	0.8	0
Izlaganje grupnog rada	0.44	20
Aktivnosti na vježbama	0.44	20
Kolokvij - međuispit	0.66	30
Ukupno tijekom nastave	**2.34**	**70**
Završni ispit	0,66	30
UKUPNO BODOVA (nastava+zav.ispit)	**3.0**	**100**

IV. WEEKLY CLASS SCHEDULE

[Predavanja]

#	Topic
1	Uvodno predavanje
2	Studiranje – izazovi i prilike
3	Slika o sebi
4	Stres tijekom studiranja
5	Stres tijekom studiranja
6	Neugodne emocije i kako s njima
7	Kako se nositi s tjeskobom
8	Ispitna anksioznost
9	Kako se nositi s ljutnjom
10	Vještine komunikacije
11	Ostvarivanje akademskih ciljeva
12	Ostvarivanje akademskih ciljeva
13	Prevencija simptoma; kolokvij
14	Što kada prevencija nije dovoljno

15	Završno predavanje
[Auditorne vježbe]	
#	**Topic**
1	Uvodno predavanje
2	Praktične aktivnosti vezane uz temu predavanja
3	Praktične aktivnosti vezane uz temu predavanja
4	Praktične aktivnosti vezane uz temu predavanja
5	Praktične aktivnosti vezane uz temu predavanja
6	Praktične aktivnosti vezane uz temu predavanja
7	Praktične aktivnosti vezane uz temu predavanja
8	Praktične aktivnosti vezane uz temu predavanja
9	Praktične aktivnosti vezane uz temu predavanja
10	Praktične aktivnosti vezane uz temu predavanja
11	Praktične aktivnosti vezane uz temu predavanja
12	Praktične aktivnosti vezane uz temu predavanja
13	Praktične aktivnosti vezane uz temu predavanja
14	Praktične aktivnosti vezane uz temu predavanja
15	Praktične aktivnosti vezane uz temu predavanja