



Detailed Course Syllabus

Academic year:

2026/2027

Semester:

Summer semester

Study programme:

Psihologija (R) (elective)

Year of study:

1

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:

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	Prevenција simptoma; kolokvij
14	Što kada prevencija nije dovoljno

15	Završno predavanje
<i>[Auditorne vježbe]</i>	
#	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