# Detaljni izvedbeni plan

| | |
|---|---|
| **Akademska godina:** 2024/2025 | **Semestar:** Ljetni |
| **Godina studija:** 2 | **Studij:** Psihologija (R) (izborni) (Diplomski) |

## I. OSNOVNI PODACI O KOLEGIJU

| | |
|---|---|
| **Naziv kolegija:** Osnove kognitivno-bihevioralne terapije | |
| **Kratica kolegija:** IZBD-36 | |
| **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 |
| **Kontakt e-mail:** snrados@unicath.hr | **Telefon:** |
| **Konzultacije:** Prema objavljenom rasporedu | |
| *Suradnici na kolegiju* | |
| **Ime i prezime:** Žutić Maja | |
| **Akademski stupanj/naziv:** | **Izbor:** viši asistent - predavač |
| **Kontakt e-mail:** maja.zutic@unicath.hr | **Telefon:** |
| **Konzultacije:** Prema objavljenom rasporedu | |

## III. DETALJNI PODACI O KOLEGIJU

| |
|---|
| **Jezik na kojem se nastava održava:** Hrvatski |

| | |
|---|---|
| **Opis kolegija** | **Ciljevi predmeta:** Bazično upoznavanje s teorijom i načelima kognitivno-bihevioralne terapije. Osposobljavanje za jednostavno konceptualiziranje pojedinih kliničkih problema u skladu s načelima ovog terapijskog pravca.<br><br>**Sadržaj predmeta:** 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. |
| **Očekivani ishodi učenja na razini kolegija** | 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. |
| *Literatura* | |
| **Obavezna** | • Beck, J. (2011). Kognitivna terapija – osnove, educiranje i uvježbavanje. Naklada Slap.<br>• Anić, N. (1984). *Praktikum iz bihevior terapije I*. Zagreb: Društvo psihologa SR Hrvatske.<br>• Anić, N. (1990). *Praktikum iz kognitivne i bihevioralne terapije III*. Zagreb: Društvo psihologa Hrvatske.<br>• Leahy, R. L., &Holland, S. J. (2014). Planovi tretmana i intervencije za depresiju i anksiozne poremećaje . *Jastrebarsko*: Naklada Slap.<br>• Hawton, K, Salkovskis, P. M., Kirk, J. & Clarck, D.M. (2007). Kognitivno-bihevioralna terapija za psihijatrijske probleme – vodič za praktičan rad. Jastrebarsko: Naklada Slap. |
| **Dopunska** | • Dattilio, F. M, (2012). *Kognitivno-bihevioralna terapija parova i obitelji. Jastrebarsko: Naklada Slap.* .<br>• Hackney, H. L. i Cormier, S. (2012). *Savjetovatelj – stručnjak: Procesni vodič kroz pomaganje* . Jastrebarsko: Naklada Slap.<br>• Kendall, P. C. (2006). *Childand Adolescent Therapy: Cognitive-Behavioral Procedures* . New York: TheGuilford Press. |
| *Način ispitivanja i ocjenjivanja* | |

| | | |
|---|---|---|
| **Polaže se** DA | **Isključivo kontinuirano praćenje nastave** NE | **Ulazi u prosjek** DA |

| | |
|---|---|
| **Preduvjeti za dobivanje potpisa i polaganje završnog ispita** | • Redovito pohađanje nastave (prisutnost na najmanje 70% nastave)<br>• Stjecanje minimalno 35% bodova tijekom nastave |
| **Način ocjenjivanja** | Način stjecanja bodova:<br><br>**1.Nastavne aktivnosti – 70%:**<br><br>• kontinuirano vrednovanje studentskog rada kroz zadaće – 70%<br><br>**2. Završni pismeni ispit – 30%**<br><br>Brojčana ljestvica ocjenjivanja studentskog rada:<br><br>• izvrstan (5) – 90 do 100% bodova<br>• vrlo dobar (4) – 80 do 89,9% bodova<br>• dobar (3) – 65 do 79,9% bodovaom<br>• dovoljan (2) – 50 do 64,9% bodova<br>• nedovoljan (1) – 0 do 49,9 % bodova |
| **Način polaganja ispita** | • Kontinuirano vrednovanje studentskog rada kroz nastavne aktivnosti<br>• 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 |
| **Ukupno tijekom nastave** | 2.5 | 70 |
| **Završni ispit** | 0.5 | 30 |
| **UKUPNO BODOVA (nastava+zav.ispit)** | 3 | 100 |

## 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 |