Detaljni izvedbeni plan

Akademska godina: 2026/2027	**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 kolegija:** Bazično upoznavanje s teorijom i načelima kognitivno-bihevioralne terapije. Osposobljavanje za jednostavno konceptualiziranje pojedinih kliničkih problema u skladu s načelima ovog terapijskog pravca. **Sadržaj kolegija:** 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. • Anić, N. (1984). *Praktikum iz bihevior terapije I*. Zagreb: Društvo psihologa SR Hrvatske. • Anić, N. (1990). *Praktikum iz kognitivne i bihevioralne terapije III*. Zagreb: Društvo psihologa Hrvatske. • Leahy, R. L., &Holland, S. J. (2014). Planovi tretmana i intervencije za depresiju i anksiozne poremećaje . *Jastrebarsko*: Naklada Slap. • 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.* . • Hackney, H. L. i Cormier, S. (2012). *Savjetovatelj – stručnjak: Procesni vodič kroz pomaganje* . Jastrebarsko: Naklada Slap. • 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) • Stjecanje minimalno 35% bodova tijekom nastave (od ukupno 100 bodova)
Način ocjenjivanja	Način stjecanja bodova: **1.Nastavne aktivnosti – 70%:** • kontinuirano vrednovanje studentskog rada kroz zadaće – 70% **2. Završni pismeni ispit – 30%** 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% bodovaom • dovoljan (2) – 50 do 64,9% bodova • nedovoljan (1) – 0 do 49,9 % bodova
Način polaganja ispita	• 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
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