

ZDRAVSTVENA PSIHOLOGIJA**Popis i oznake literature:**

1. **Havelka Meštrović, A., Havelka, M. (2020).** Zdravstvena psihologija. Psihosocijalne osnove zdravlja. Jastrebarsko: Naklada Slap. (oznaka: ZP)
2. **Ayers, S. (2007).** Cambridge Handbook of Psychology, Health and Medicine. Cambridge: Cambridge University Press. (oznaka: CHP)
3. **Boyer, B. A. i Paharia, M. I. (ur.). (2008).** Comprehensive handbook of clinical health psychology. John Wiley & Sons, Inc. (oznaka: CHCHP)

1.	29.siječnja 2026.	3P: Povijesni razvoj zdravstvene psihologije. Socijalni odnosi i komunikacije u zdravstvu. Zdravstveno ponašanje i smanjivanje zdravstvenih rizika. Stres i zdravlje. 4V: Vještina komunikacije liječnik – pacijent. Procjena kvalitete života.
----	-------------------	--

P 1. Ishodi učenja**Student će nakon predavanja moći:**

	Udžbenik	Poglavlje	Stranice
Definirati područje zdravstvene psihologije	ZP		37-50
Poznavati razvoj zdravstvene psihologije u svijetu i Hrvatskoj	ZP		37-50
Poznavati zakonitosti interakcijskih odnosa u zdravstvu kroz koncept socijalnih uloga	ZP		51-61
Razumjeti odnos različitih aspekata komunikacije i zadovoljstva bolesnika	ZP		61-82
Poznavati razloge nedostatnosti, nerazumljivosti i ne cjelovitosti zdravstvene komunikacija	ZP		61-82
Razlikovati različite teorije zdravstvenog ponašanja	ZP		84-93
Objasniti povezanost crta osobnosti i zdravstvenog ponašanja	ZP		93-98
Izdvojiti koncepte pozitivnog zdravstvenog ponašanje u unapređenju zdravlja	ZP		98-107
Opisati čimbenike koji smanjuju zdravstvene rizike	ZP		107-121
Definirati stres, stresore i stresne reakcije	ZP		123-207
Razlikovati stresove prema dužini njihovog trajanja i njihove jakosti	ZP		123-207
Povezati odnos stresa, tjelesnih promjena i zdravlja	ZP		123-207
Opisati utjecaj stresa na imunski sustav	ZP		123-207
Razumjeti pojam stresa iz različitih teorijskih perspektiva	ZP		123-207

V 1. Ishodi učenja**Student će nakon vježbi moći:**

	Udžbenik	Poglavlje	Stranice
Istražiti načine na koje kvaliteta komunikacije i interpersonalnih odnosa između liječnika i bolesnika utječe na zdravstveno ponašanje			
Primijeniti kroz iskustvene radionice neke od tehnika uspješne komunikacije između zdravstvenih djelatnika i bolesnika			

Akademski godina 2025./2026.

Razmotriti multidimenzionalnost koncepta kvalitete života	CHCHP		178-182
Analizirati kompleksan odnos i utjecaj bolesti na kvalitetu svakodnevnog života	CHCHP		178-182
Identificirati različite metode za procjenu kvalitete života vezane uz zdravlje	CHCHP		178-182
Razlikovati generičke i specifične instrumente za ispitivanje kvalitete života	CHCHP		319-321
Primijeniti neke od instrumenata za ispitivanje kvalitete života			

2.	30. siječnja 2026.	2P: Psihološke poteškoće u bolnici i psihologija u porodništvu. Prevencija pojavnosti kroničnih bolesti 4V: Tehnike u savladavanju negativnih posljedica stresa: Autogeni trening, Biofeedback, Neurofeedback.
----	--------------------	---

P 2. Ishodi učenja

Student će nakon predavanja moći:

	Udžbenik	Poglavlje	Stranice
Razlikovati psihološke poteškoće s kojima se suočavaju djeca i odrasli u bolnici	ZP		230-248
Razumjeti važnost psihološke pripreme bolesnika za kirurške zahvate	ZP		249-252
Prepoznati moguće psihološke poteškoće bolesnika na intenzivnoj skrbi	ZP		252-256
Objasniti psihološke aspekte u području porodništva	ZP		258-274
Razlikovati primarnu, sekundarnu i tercijarnu prevenciju pojavnosti kroničnih bolesti	CHCHP		53-105

V 2. Ishodi učenja

Student će nakon vježbi moći:

	Udžbenik	Poglavlje	Stranice
Upoznati neke od metode i tehnika samokontrole tjelesnih funkcija i ublažavanja stresa (Autogeni trening, Biofeedback i Neurofeedback)			
Primijeniti i interpretirati neke od upitnika za mjerenje intenziteta stresa			
Upoznati se sa nekim od praktičnih tehnika i vježbi iz područja autogenog treninga kroz iskustvenu primjenu			

3.	2. veljače 2026.	6V: Savladavanje netolerancije na stres uz tehnike iz bihevioralne i kognitivnobihevioralne terapije
----	------------------	--

V3. Ishodi učenja

Student će nakon vježbi moći:

	Udžbenik	Poglavlje	Stranice
Opisati osnovne pojmove, koncepte i tehnike iz područja bihevioralne i kognitivno bihevioralne terapije			
Upotrijebiti neke od obuhvaćenih tehnika u suočavanju sa stresom na primjerima iz svakodnevnog života			

Akadska godina 2025./2026.

4.	3.veljače 2026.	6V: Mindfulness u praksi: vježbe za smanjenje utjecaja stresa
----	-----------------	---

V 4. Ishodi učenja

Student će nakon vježbi moći:

	Udžbenik	Poglavlje	Stranice
Razmotriti tehnike i intervencije usredotočene svjesnosti(mindfulnessa) u redukciji stresa			
Procijeniti tehniku mindfulnessa kroz učestvovanje na iskustvenim radionicama			

5.	4.veljače 2026.	5S – izbor tema: • Stres i srčanožilne bolesti • Stres i karcinom • Stres i bolesti probavnog sustava • Stres i bolesti dišnog sustava • Stres i bolesti sustava žlijezda s unutrašnjim izlučivanjem • Stres i bolesti kože • Stres i poremećaji sna i spavanja • Stres i glavobolje • Suočavanje sa stresom u rizičnim medicinskim postupcima (transplantacije) • Psihosocijalne posljedice kroničnih bolesti – hemodijaliza, šećerna bolest, • Psihosocijalne posljedice u osoba s trajnim tjelesnim oštećenjima – gubitak vida i sluha • Psihosocijalne posljedice u osoba s trajnim tjelesnim oštećenjima – amputacije ekstremiteta i dojki • Psihosocijalne posljedice u osoba s trajnim tjelesnim oštećenjima (hemiplegija, cerebralna paraliza, ozljede kralješnične moždine) • Psihosocijalne posljedice mozgovnih oštećenja različitih etiologija
----	-----------------	--

S 5. Ishodi učenja

Student će nakon seminara moći, ovisno o izboru tema:

	Udžbenik	Poglavlje	Stranice
Opisati odnos stresa i srčanožilnih bolesti	ZP		162-167
Objasniti povezanost stresa sa karcinomom	ZP		169-175
Opisati povezanost stresa i bolesti probavnog sustava	ZP		175-179
Objasniti odnos stresa i bolesti dišnog sustava	ZP		180-182
Opisati odnos stresa i bolesti sustava žlijezda s unutrašnjim izlučivanjem	ZP		179-180
Opisati povezanost stresa sa bolestima kože	ZP		182-185
Analizirati odnos stresa i poremećaji sna i spavanja	ZP		186-188
Objasniti odnos stresa i glavobolje	ZP		188-189
Definirati psihosocijalne posljedice kroničnih bolesti – hemodijaliza i šećerna bolest	ZP		223-228
Opisati psihosocijalne posljedice u osoba s trajnim tjelesnim oštećenjima – gubitak vida i sluha	ZP		288-292
Objasniti psihosocijalne posljedice u osoba s trajnim tjelesnim oštećenjima – amputacije ekstremiteta i amputacije dojki	ZP		284-288
Opisati psihosocijalne posljedice u osoba s trajnim tjelesnim oštećenjima – hemiplegija, cerebralna paraliza, ozljede kralješnične moždine	ZP		291-296
Objasniti psihosocijalne posljedice mozgovnih oštećenja različitih etiologija	ZP		

Akadska godina 2025./2026.

Suočavanje sa stresom u rizičnim medicinskim postupcima (transplantacije)	ZP		
---	----	--	--