

Medicinski fakultet u Rijeci

**IZVEDBENI NASTAVNI PLAN
2025/2026**

Za kolegij

Tjeskoba i kako je se osloboditi

Studij:	Medicina (R) (izborni)
Katedra:	Sveučilišni integrirani prijediplomski i diplomski studij
Nositelj kolegija:	Katedra za psihijatriju i psihološku medicinu prof. prim. dr. sc. Ružić Klementina, dr.med.
Godina studija:	2
ECTS:	1.5
Stimulativni ECTS:	0 (0.00%)
Strani jezik:	Ne

Podaci o kolegiju:

Anksiozni poremećaji uzrokovani su svakodnevnim stresom i frustracijom čime postaju zdravstveni problem, te pokazuju trendove porasta. Tjeskoba je znak života i iskustva, i ne mora uvijek značiti bolest. Kroz ovaj kolegij studenti medicine trebali bi se kroz multidisciplinarni pristup upoznati sa uzrocima, kliničkom slikom i liječenjem tjeskobe, prepoznati simptome tjeskobe u svakodnevnom životu, razlikovati normalnu i patološku tjeskobu, razlikovati tjeskobu kod zdravog čovjeka i kod psihički oboljele osobe.

Cilj ovog kolegija je upoznati se sa etiologijom anksioznih poremećaja, prepoznati kliničku sliku poremećaja i moguće posljedice, te odrediti moguće terapijske intervencije.

Upoznati studente s utjecajem tjeskobe kao pratećeg psihičkog fenomena svih tjelesnih bolesnika i njenog utjecaja na prezentaciju kliničke slike, dijagnostiku, liječenje i tijek bolesti.

Studenti trebaju steći potrebna znanja i vještine u razumijevanju utjecaja psiholoških doživljaja između bolesnika i liječnika, ali i psiholoških reakcija liječnika u kontaktu sa bolesnikom. Očekuje se steći znanja o komunikaciji sa teškim tjelesnim bolesnikom.

Popis obvezne ispitne literature:

Klain E. Psihološka medicina, Golden Marketing. Zagreb.1999.

Gregurek R. i sur. Suradna i konzultativna psihijatrija. Školska knjiga. Zagreb.2006

Popis dopunske literature:

Sva internetski dostupna svjetska literatura

Nastavni plan:

Predavanja popis (s naslovima i pojašnjenjem):

P1 Biopsihosocijalni model anksioznih poremećaja

Opisati biopsihosocijalne modele anksioznih poremećaja.

P 2 Tjeskoba u svakodnevnom životu

Prepoznati i definirati situacije u svakodnevnom životu koje mogu generirati tjeskobu ili nastanak anksioznog poremećaja

P 3 Ispitna anksioznost

Objasniti nastanak, simptome i posljedice tjeskobe u studenta pred ispitom te iznaći rješenja kako se nositi sa ispitnom tjeskobom

P4 Anksiozni poremećaji

upoznati se sa sa paletom anksioznih poremećaja koje susrećemo u kliničkoj praksi

P5 Anksioznost-etilogija i liječenje

U predavanju će biti pojašnjeni etiološki uzročnici nastanka anksioznosti i terapijske mogućnosti.

Seminari popis (s naslovima i pojašnjenjem):

S 1 Anksiozni poremećaji uvjetovani općim medicinskim stanjem/ psihoaktivnim substancama

Studenti izlažu seminarski rad na zadanu temu izrađen u PPT formatu. Usmena prezentacija teme. Diskusija.

S 2 Panični poremećaj

Studenti izlažu seminarski rad na zadanu temu izrađen u PPT formatu. Usmena prezentacija. Diskusija.

S 3 Agorafobija, socijalna fobija i specifične fobije

Studenti izlažu seminarski rad na zadanu temu izrađen u PPT formatu. Usmena prezentacija teme. Diskusija.

S 4 Obsesivno kompulzivni poremećaj

Studenti izlažu seminarski rad na zadanu temu izrađen u PPT formatu. Usmena prezentacija teme. Diskusija.

S 5 Opći anksiozni poremećaj

Studenti izlažu seminarski rad na zadanu temu izrađen u PPT formatu. Usmena prezentacija teme. Diskusija.

S 6 Stresom uzrokovani poremećaji, PTSP

Studenti izlažu seminarski rad na zadanu temu izrađen u PPT formatu. Usmena prezentacija teme. Diskusija.

S 7 Anksiozno-depresivni poremećaj

Studenti izlažu seminarski rad na zadanu temu izrađen u PPT formatu. Usmena prezentacija teme. Diskusija.

S 8 Tjeskoba u djece i adolescenata i osoba starije životne dobi

Studenti izlažu seminarski rad na zadanu temu izrađen u PPT formatu. Usmena prezentacija teme. Diskusija.

S 9 - Žalovanje

Studenti izlažu seminarski rad na zadanu temu izrađen u PPT formatu. Usmena prezentacija teme. Diskusija.

S10 Alternativni postupci u liječenju tjeskobe

Student izrađuje seminarski rad na zadanu temu te istu prezentira u ppt formatu. Diskusija.

Vježbe popis (s naslovima i pojašnjenjem):

V1-V2 Anksiozni bolesnik

U razgovoru sa anksioznim bolesnikom prepoznati simptomatologiju, odrediti vrstu poremećaja i terapijske intervencije.

V 3-4 Anksioznost u djece/adolescenata

U razgovoru sa anksioznim djetetom prepoznati i definirati simptomatologiju, odrediti vrstu poremećaja i moguće terapijske intervencije.

V 5-V6 Anksioznost kod tjelesnog bolesnika

U razgovoru sa tjelesno oboljelom osobom, prepoznati i definirati simptomatologiju, odrediti moguće terapijske intervencije.

V7-V8 Tjeskoba kod osobe starije životne dobi

U osoba starije životne dobi prepoznati i definirati simptomatologiju, odrediti uzroke nastanka, definirati poremećaj i moguće terapijske intervencije.

V9-V10 Duševna bolest- tjeskoba kao prateći simptom

U razgovoru sa psihički oboljelom osobom/psihijatrijskim bolesnikom prepoznati anksioznost unutar kliničke slike vodećeg poremećaja/bolesti.

Obveze studenata:

redovito praćenje nastave. Izrada seminarskog rada prema dodijeljenoj temi.

Ispit (način polaganja ispita, opis pisanog/usmenog/praktičnog dijela ispita, način bodovanja, kriterij ocjenjivanja):

Ocjenjivanje studenata vršiti će se prema Pravilniku i studijima Sveučilišta u Rijeci, te prema Pravilniku o ocjenjivanju studenata na Medicinskom fakultetu u Rijeci. Rad studenta vrednuje se i ocjenjuje tijekom nastave i na završnom ispitu. Ukupan postotak uspješnosti studenta tijekom nastave čini do 50% ocjene, a na završnom ispitu 50% ocjene. **Završnom ispitu** mogu pristupiti studenti koji su tijekom nastave sakupili **25 i više bodova**.

Ispitu ne mogu pristupiti studenti koji su sakupili manje od 25 bodova ili su izostali s **više od 30% nastavnih sadržaja**.

Ostale napomene (vezane uz kolegij) važne za studente:

-

SATNICA IZVOĐENJA NASTAVE 2025/2026

Tjeskoba i kako je se osloboditi

Predavanja (mjesto i vrijeme / grupa)	Vježbe (mjesto i vrijeme / grupa)	Seminari (mjesto i vrijeme / grupa)
16.01.2026		
P1 Biopsihosocijalni model anksioznih poremećaja: • Klinika za psihijatriju (18:00 - 21:00) [229] ◦ TKJSO P 2 Tjeskoba u svakodnevnom životu: • Klinika za psihijatriju (18:00 - 21:00) [229] ◦ TKJSO P 3 Ispitna anksioznost: • Klinika za psihijatriju (18:00 - 21:00) [229] ◦ TKJSO		
prof. prim. dr. sc. Ružić Klementina, dr.med. [229]		
19.01.2026		
		S 1 Anksiozni poremećaji uvjetovani općim medicinskim stanjem/ psihoaktivnim substancama: • ONLINE (18:00 - 20:00) [229] ◦ TKJSO S 2 Panični poremećaj: • ONLINE (18:00 - 20:00) [229] ◦ TKJSO
prof. prim. dr. sc. Ružić Klementina, dr.med. [229]		
20.01.2026		
		S 3 Agorafobija, socijalna fobija i specifične fobije: • ONLINE (17:00 - 21:00) [229] ◦ TKJSO S 4 Obsesivno kompulzivni poremećaj: • ONLINE (17:00 - 21:00) [229] ◦ TKJSO S 5 Opći anksiozni poremećaj: • ONLINE (17:00 - 21:00) [229] ◦ TKJSO S 6 Stresom uzrokovani poremećaji, PTSP: • ONLINE (17:00 - 21:00) [229] ◦ TKJSO
prof. prim. dr. sc. Ružić Klementina, dr.med. [229]		
22.01.2026		

		S 7 Anksiozno-depresivni poremećaj: • ONLINE (17:00 - 21:00) [229] ◦ TKJSO S 8 Tjeskoba u djece i adolescenata i osoba starije životne dobi: • ONLINE (17:00 - 21:00) [229] ◦ TKJSO S 9 - Žalovanje: • ONLINE (17:00 - 21:00) [229] ◦ TKJSO S10 Alternativni postupci u liječenju tjeskobe: • ONLINE (17:00 - 21:00) [229] ◦ TKJSO
prof. prim. dr. sc. Ružić Klementina, dr.med. [229]		
24.01.2026		
	V1-V2 Anksiozni bolesnik: • Klinika za psihijatriju (09:00 - 15:00) [447] [229] ◦ TKJSO V 3-4 Anksioznost u djece/adolescenata: • Klinika za psihijatriju (09:00 - 15:00) [447] [229] ◦ TKJSO V 5-V6 Anksioznost kod tjelesnog bolesnika: • Klinika za psihijatriju (09:00 - 15:00) [447] [229] ◦ TKJSO	
doc.dr.sc. Pavešić Radonja Aristeo, dr. med. [447] · prof. prim. dr. sc. Ružić Klementina, dr.med. [229]		
31.01.2026		
	V7-V8 Tjeskoba kod osobe starije životne dobi: • Klinika za psihijatriju - 0. Prizemlje (09:00 - 13:00) [229] [447] ◦ TKJSO V9-V10 Duševna bolest- tjeskoba kao prateći simptom: • Klinika za psihijatriju - 0. Prizemlje (09:00 - 13:00) [229] [447] ◦ TKJSO	
doc.dr.sc. Pavešić Radonja Aristeo, dr. med. [447] · prof. prim. dr. sc. Ružić Klementina, dr.med. [229]		
06.02.2026		

P4 Anksiozni poremećaji: - Klinika za psihijatriju - 0. Prizemlje (18:00 - 20:00) ^[229] - TKJSO		
P5 Anksioznost-etilogija i liječenje: - Klinika za psihijatriju - 0. Prizemlje (18:00 - 20:00) ^[229] - TKJSO		
prof. prim. dr. sc. Ružić Klementina, dr.med. ^[229]		

Popis predavanja, seminara i vježbi:

PREDAVANJA (TEMA)	Broj sati	Mjesto održavanja
P1 Biopsihosocijalni model anksioznih poremećaja	1	Klinika za psihijatriju
P 2 Tjeskoba u svakodnevnom životu	1	Klinika za psihijatriju
P 3 Ispitna anksioznost	1	Klinika za psihijatriju
P4 Anksiozni poremećaji	2	Klinika za psihijatriju - 0. Prizemlje
P5 Anksioznost-etilogija i liječenje	1	Klinika za psihijatriju - 0. Prizemlje

VJEŽBE (TEMA)	Broj sati	Mjesto održavanja
V1-V2 Anksiozni bolesnik	2	Klinika za psihijatriju
V 3-4 Anksioznost u djece/adolescenata	2	Klinika za psihijatriju
V 5-V6 Anksioznost kod tjelesnog bolesnika	2	Klinika za psihijatriju
V7-V8 Tjeskoba kod osobe starije životne dobi	2	Klinika za psihijatriju - 0. Prizemlje
V9-V10 Duševna bolest- tjeskoba kao prateći simptom	2	Klinika za psihijatriju - 0. Prizemlje

SEMINARI (TEMA)	Broj sati	Mjesto održavanja
S 1 Anksiozni poremećaji uvjetovani općim medicinskim stanjem/ psihoaktivnim substancama	1	ONLINE
S 2 Panični poremećaj	1	ONLINE
S 3 Agorafobija, socijalna fobija i specifične fobije	1	ONLINE
S 4 Obsesivno kompulzivni poremećaj	1	ONLINE
S 5 Opći anksiozni poremećaj	1	ONLINE
S 6 Stresom uzrokovani poremećaji, PTSP	1	ONLINE
S 7 Anksiozno-depresivni poremećaj	1	ONLINE
S 8 Tjeskoba u djece i adolescenata i osoba starije životne dobi	1	ONLINE
S 9 - Žalovanje	2	ONLINE
S10 Alternativni postupci u liječenju tjeskobe	1	ONLINE

ISPITNI TERMINI (završni ispit):