



SYLLABUS (I ciklus studija)

Odsjek	Psihologija				
Naziv kolegija/ nastavnog predmeta	PSIHOLOGIJA BOLI				
Šifra/kod	FIL PSI 361	Status (obavezni ili izborni)	Izborni	ECTS	2
Ciklus studija	I	Semestar	V	NPP 2019/2020	
Preduvjet za upis kolegija/nastavno g predmeta	-				
Jezik izvođenja nastave	BHS				
Nastavnica	Ime i prezime	Prof. dr. Sabina Alispahić			
	Kontakt podaci	Kabinet: 163/II E-mail: prof.dr.sabina.alispahic@gmail.com Telefon: 033 253 174	Termin konsultacija	Prema rasporedu konsultacija	
Sedmični broj kontakt sati	Predavanja: 2				
Kratak opis kolegija/ nastavnog predmeta	Kolegij pruža interdisciplinarni uvid u bol kao subjektivno iskustvo i klinički signal, kroz biopsihosocijalni model i relevantne teorije. Obuhvata razlike između akutne i hronične boli, specifičnosti bola kod djece i starijih osoba, metode procjene boli, kao i psihološke fenomene poput placeba i noceba. Poseban fokus stavlja se na komunikaciju u zdravstvenom kontekstu i savremene tretmanske pristupe.				
Cilj kolegija/ nastavnog predmeta	Cilj kolegija je osposobiti studente da razumiju bol kao multidimenzionalni fenomen, da prepoznaju različite oblike boli, pravilno procjenjuju intenzitet i karakteristike boli te da primjenjuju savremene principe u njenom ublažavanju i tretmanu, uz naglašenu ulogu komunikacije u zdravstvenoj skrbi.				
SDG (cilj održivog razvoja)	SDG 3 – Zdravlje i blagostanje SDG 10 – Smanjenje nejednakosti				
Ishodi učenja	Znanja: Studenti stiču osnovna znanja o fiziološkim i psihološkim aspektima boli, kao i o biopsihosocijalnom modelu i glavnim teorijama boli. Upoznaju se s razlikama između akutne i hronične boli, metodama procjene te osnovnim tretmanima. Kompetencije: Studenti razvijaju kompetencije za razumijevanje boli kao složenog biopsihosocijalnog fenomena. Osposobljavaju se da kritički sagledaju različite pristupe procjeni i tretmanu boli te da u praksi primjenjuju holistički i empatičan pristup klijentu. Vještine: Studenti usvajaju vještine procjene boli u kliničkom kontekstu i efikasne komunikacije s pacijentima radi njenog ublažavanja. Također razvijaju sposobnost prepoznavanja psiholoških faktora koji utiču na bol te osnovnu primjenu metoda za njeno smanjenje.				

Sadržaj kolegija/nastavnog predmeta	
Sedmica	Nastavna jedinica
Datum	
1.	Uvod i plan predavanja
2.	Bol: signal i iskustvo
3.	Biopsihosocijalni model boli
4.	Teorija kontrole prolaza boli
5.	Akutna i hronična bol
6.	Procjena boli
7.	Uloga komunikacije u smanjenju boli
8.	Polusemestralna provjera znanja studenata
9.	Tretmani boli
10.	Tretmani boli
11.	Placebo i nocebo
12.	Bol kod djece
13.	Bol kod starijih osoba
14.	Analiza knjige: <i>Kada tijelo kaže ne: cijena skrivenog stresa</i>
15.	Završna razmatranja i evaluacija nastave
16.	Priprema za ispit (u ovoj sedmici nema nastave)
17.	Završni ispit za studente I. i II. ciklusa po Bolonjskom procesu
18.	

Način izvođenja nastave (oblici i metode)	Interaktivna predavanja, terenski zadatak, rad u grupi.																				
Obaveze studenata i elementi praćenja rada studenata u toku semestra (struktura izvođenja konačne ocjene i bodovanje)	Praćenje rada studenta se vrši dodjeljivanjem bodova za svaki oblik aktivnosti i provjere znanja u toku semestra, kao i na završnom ispitu nakon završetka semestra prema sljedećim elementima praćenja: <table><tr><th>R.br.</th><th>Elementi praćenja</th><th>Broj bodova</th><th>Učešće u ocjeni (%)</th></tr><tr><td>1.</td><td>Terenski zadatak</td><td>20</td><td>20</td></tr><tr><td>2.</td><td>Polusemestralna provjera znanja</td><td>30</td><td>30</td></tr><tr><td>3.</td><td>Završni ispit</td><td>50</td><td>50</td></tr><tr><td colspan="3">Ukupno: 100 bodova</td><td>100%</td></tr></table> Predviđene bodove za svaki element praćenja studenti ostvaruju izradom jednog terenskog zadatka, pristupanjem polusemestralnoj provjeri znanja i polaganjem završnog ispita. <i>Napomena:</i> U osmoj sedmici studenti pristupaju polusemestralnoj provjeri znanja, a ostvareni bodovi uračunavaju se u ukupan broj bodova na kolegiju. Uslov za polaganje predmeta je položen završni ispit. Nakon položenog završnog ispita, bodovima ostvarenim na ispitu pridružuju se bodovi ostvareni u ostalim segmentima aktivnosti radi formiranja konačne ocjene.	R.br.	Elementi praćenja	Broj bodova	Učešće u ocjeni (%)	1.	Terenski zadatak	20	20	2.	Polusemestralna provjera znanja	30	30	3.	Završni ispit	50	50	Ukupno: 100 bodova			100%
R.br.	Elementi praćenja	Broj bodova	Učešće u ocjeni (%)																		
1.	Terenski zadatak	20	20																		
2.	Polusemestralna provjera znanja	30	30																		
3.	Završni ispit	50	50																		
Ukupno: 100 bodova			100%																		
Skala ocjenjivanja	Konačan uspjeh studenata nakon svih predviđenih oblika provjere znanja, vrednuje se i ocjenjuje sistemom ocjenjivanja kako slijedi: a) 10 (A) - izuzetan uspjeh bez grešaka ili sa neznatnim greškama, nosi 95-100 bodova; b) 9 (B) - iznad prosjeka, sa ponekom greškom, nosi 85-94 boda; c) 8 (C) - prosječan, sa primjetnim greškama, nosi 75-84 boda; d) 7 (D) - općenito dobar, ali sa značajnim nedostacima, nosi 65-74 boda; e) 6 (E) - zadovoljava minimalne uslove, nosi 55-64 boda; f) 5 (F, FX) - ne zadovoljava minimalne uslove, manje od 55 bodova.																				
Literatura	Obavezna Alispahić, S. (2016). <i>Psihologija boli</i>. Sarajevo: Filozofski fakultet (elektronska publikacija): https://ebooks.ff.unsa.ba/index.php/ebooks_ffunsa/catalog/book/29 Materijali sa predavanja. Dodatna Alispahić, S. (2017). Primjena svjesne usredotočenosti (mindfulness) u tretmanu hronične boli. <i>Četvrti sarajevski dani psihologije</i>, Odsjek za psihologiju Filozofskog fakulteta u Sarajevu (Zbornik radova, str. 147-158). Alispahić, S. i Godinjak, A. (2018). <i>(R)evolucija odnosa ljekar-pacijent</i>. Sarajevo: TDP.																				

	Dispenza, J. (2015). <i>Placebo ste vi. Ozdravljenje umom je moguće</i>. Zagreb: Planetopija. Kuttner, L. (2010). <i>A child in pain: What health professionals can do to help</i>. Crown House Publishing. Lalkhen, A. G. (2021). <i>Pain: the science of the feeling brain</i>. Atlantic Books. van Griensven, H., i Strong, J. (2022). <i>Pain-E-Book</i>. Elsevier Health Sciences. Mate, G. (2020). <i>Kada tijelo kaže ne: cijena skrivenog stresa</i>. Zagreb: Mozaik knjiga d.o.o. Porges, S. W. (2025). <i>Džepni vodič za polivagalnu teoriju. Transformacijska moć osjećaja sigurnosti</i>. Split: Harfa d.o.o. Tol, E. (2004). <i>Moć sadašnjeg trenutka</i>. Beograd: Čarobna knjiga. van der Kolk, B. (2021). <i>Telo sve beleži. Mozak, um i telo u isceljenju traume</i>. Beograd: Psihološko savetovalište Mozaik. Zoffness, R. (2020). <i>The pain management workbook: Powerful CBT and mindfulness skills to take control of pain and reclaim your life</i>. New Harbinger Publications.
Napomene	Nastavnik zadržava pravo izmjene 20% silabusa.