



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	
				Studijska godina	2025/2026. 2026/2027. 2027/2028.
Preduvjet za upis kolegija/nastavnog 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 Seminar: 0 Vježbe: 0				
Kratak opis kolegija/ nastavnog predmeta	Biopsihosocijalni model boli. Teorija kontrole prolaza. Holistički pristup u tumačenju boli. Komunikacija i bol. Placebo i nocebo. Procjena boli. Tretman boli. Bol kod djece. Svjesnost i bol.				
Cilj kolegija/ nastavnog predmeta	Cilj kolegija je da studenti nauče kako se psihologija, kao znanost i struka, teorijski i praktično odnosi prema doživljaju boli. Polaznici trebaju usvojiti specifična znanja o psihološkoj prirodi boli.				
SDG (cilj održivog razvoja)	SDG 3 – Zdravlje i blagostanje SDG 10 – Smanjenje nejednakosti				
Ishodi učenja	<i>Znanje:</i> Studenti će naučiti o psihološkim aspektima boli. <i>Vještine:</i> Moći će primijeniti naučeno u svakodnevnom životu. <i>Kompetencije:</i> Samopodrška i podrška drugima u stanju akutne i hronične boli.				

Sadržaj kolegija/nastavnog predmeta	
Sedmica	Nastavna jedinica
Datum	
1.	Predstavljanje plana i programa predavanja
2.	Biopsihosocijalni model boli
3.	Teorija kontrole prolaza
4.	Holistički pristup u tumačenju boli
5.	Komunikacija kao alat za smanjenje boli i patnje
6.	Placebo i nocebo
7.	Ponavljanje i utvrđivanje gradiva <i>*Predati zadatak za samorefleksiju</i>
8.	Polusemestralna provjera znanja studenata
9.	Procjena boli
10.	Tretmani boli
11.	Bol kod djece
12.	Svjesnost: put ka izlasku iz bola i patnje
13.	Ponavljanje i utvrđivanje gradiva
14.	Završna razmatranja i evaluacija nastave
15.	Polusemestralna provjera znanja studenata
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)	Oblici: Individualni rad, rad u paru, rad u grupi. Metode: Predavanje, Storytelling (pričanje priča), terenski zadaci, dijalog, učenje iskustvom.																																																
Obaveze studenata i elementi praćenja rada studenata u toku semestra (struktura izvođenja konačne ocjene i bodovanje)	<p>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:</p> <table border="1" data-bbox="451 384 1477 1150"> <thead> <tr> <th>R.br.</th> <th>Elementi praćenja</th> <th>Broj bodova</th> <th>Učešće u ocjeni (%)</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>1.</td> <td>Zadatak 1: Biopsihosocijalni model boli – primjena na primjeru</td> <td>10</td> <td>10</td> </tr> <tr> <td>2.</td> <td>Zadatak 2: Praktična primjena teorije kontrole prolaza</td> <td>10</td> <td>10</td> </tr> <tr> <td>3.</td> <td>Zadatak 3: Analiza holističkog pristupa tretmanu boli - studija slučaja</td> <td>10</td> <td>10</td> </tr> <tr> <td>4.</td> <td>Zadatak 4: Komunikacija o boli – kako riječi, ton i stav oblikuju iskustvo boli</td> <td>10</td> <td>10</td> </tr> <tr> <td>5.</td> <td>Zadatak 5: Placebo i nocebo efekt – razumijevanje i primjena</td> <td>10</td> <td>10</td> </tr> <tr> <td>6.</td> <td>Zadatak 6: Kritička analiza skala za procjenu boli</td> <td>10</td> <td>10</td> </tr> <tr> <td>7.</td> <td>Zadatak 7: Istraži, isprobaj i reflektiraj – tretman boli u svakodnevnom životu</td> <td>10</td> <td>10</td> </tr> <tr> <td>8.</td> <td>Zadatak 8: Razumijevanje dječije boli</td> <td>10</td> <td>10</td> </tr> <tr> <td>9.</td> <td>Zadatak 9: Analiza knjige “Nova zemlja” (E. Tolle)</td> <td>10</td> <td>10</td> </tr> <tr> <td>10.</td> <td>Zadatak za samorefleksiju</td> <td>10</td> <td>10</td> </tr> <tr> <td colspan="3" style="text-align: right;">Ukupno: 100 bodova</td> <td>100%</td> </tr> </tbody> </table> <p>Napomena: Provjera znanja studenata bit će organizirana u 8. i u 15. sedmici semestra. U osmoj sedmici student pristupa prvom parcijalnom ispitu; u 15. sedmici drugom parcijalnom ispitu. Sukladno Zakonu o visokom obrazovanju, prva parcijala obuhvaća gradivo obrađeno do osme nastavne sedmice; dok će drugom parcijalnom biti obuhvaćeno gradivo obrađivano od devete sedmice do kraja semestra. Prema prijedlogu Odsjeka za psihologiju, student na obje parcijale mora osvojiti minimalno 55%. Student koji je zadovoljio postavljeni kriterij, uz druge oblike aktivnosti tokom semestra završio je svoje obaveze prema nastavnom predmetu. Nastavnik formira konačnu ocjenu na temelju svih elemenata ocjenjivanja. Položen prvi parcijalni ispit <i>nije</i> preduslov za izlazak na drugi parcijalni ispit. U terminu predviđenom za Završnu provjeru znanja i/ili Popravni ispit student polaže onaj segment na kojem nije osvojio minimalno 55% (prvi ili drugi parcijalni ispit). Na završnom ispitu student može dobiti onoliko bodova koliko je predviđeno silabusom za provjeru znanja na parcijalnim ispitima. U konačnu ocjenu uračunavaju mu se i bodovi koje je zaradio tokom semestra kroz druge oblike aktivnosti.</p> <p>Predviđene bodove za svaki od elemenata praćenja studenti postižu na sljedeći način: Studenti nakon svakog predavanja izrađuju praktičan zadatak kako bi primjenili naučeno znanje na konkretnom primjeru. Također izrađuju poseban zadatak introspekcije na temu doživljaja boli. Svaki zadatak nosi 10% konačne ocjene.</p>	R.br.	Elementi praćenja	Broj bodova	Učešće u ocjeni (%)	1.	Zadatak 1: Biopsihosocijalni model boli – primjena na primjeru	10	10	2.	Zadatak 2: Praktična primjena teorije kontrole prolaza	10	10	3.	Zadatak 3: Analiza holističkog pristupa tretmanu boli - studija slučaja	10	10	4.	Zadatak 4: Komunikacija o boli – kako riječi, ton i stav oblikuju iskustvo boli	10	10	5.	Zadatak 5: Placebo i nocebo efekt – razumijevanje i primjena	10	10	6.	Zadatak 6: Kritička analiza skala za procjenu boli	10	10	7.	Zadatak 7: Istraži, isprobaj i reflektiraj – tretman boli u svakodnevnom životu	10	10	8.	Zadatak 8: Razumijevanje dječije boli	10	10	9.	Zadatak 9: Analiza knjige “Nova zemlja” (E. Tolle)	10	10	10.	Zadatak za samorefleksiju	10	10	Ukupno: 100 bodova			100%
R.br.	Elementi praćenja	Broj bodova	Učešće u ocjeni (%)																																														
1.	Zadatak 1: Biopsihosocijalni model boli – primjena na primjeru	10	10																																														
2.	Zadatak 2: Praktična primjena teorije kontrole prolaza	10	10																																														
3.	Zadatak 3: Analiza holističkog pristupa tretmanu boli - studija slučaja	10	10																																														
4.	Zadatak 4: Komunikacija o boli – kako riječi, ton i stav oblikuju iskustvo boli	10	10																																														
5.	Zadatak 5: Placebo i nocebo efekt – razumijevanje i primjena	10	10																																														
6.	Zadatak 6: Kritička analiza skala za procjenu boli	10	10																																														
7.	Zadatak 7: Istraži, isprobaj i reflektiraj – tretman boli u svakodnevnom životu	10	10																																														
8.	Zadatak 8: Razumijevanje dječije boli	10	10																																														
9.	Zadatak 9: Analiza knjige “Nova zemlja” (E. Tolle)	10	10																																														
10.	Zadatak za samorefleksiju	10	10																																														
Ukupno: 100 bodova			100%																																														
Skala ocjenjivanja	Konačan uspjeh studenata nakon svih predviđenih oblika provjere znanja,																																																

	<p>vrednuje se i ocjenjuje sistemom ocjenjivanja kako slijedi:</p> <p>a) 10 (A) - izuzetan uspjeh bez grešaka ili sa neznatnim greškama, nosi 95-100 bodova;</p> <p>b) 9 (B) - iznad prosjeka, sa ponekom greškom, nosi 85-94 boda;</p> <p>c) 8 (C) - prosječan, sa primjetnim greškama, nosi 75-84 boda;</p> <p>d) 7 (D) - općenito dobar, ali sa značajnim nedostacima, nosi 65-74 boda;</p> <p>e) 6 (E) - zadovoljava minimalne uslove, nosi 55-64 boda;</p> <p>f) 5 (F, FX) - ne zadovoljava minimalne uslove, manje od 55 bodova.</p>
Literatura	<p>Obavezna</p> <p>Alispahić, S. (2016). <i>Psihologija boli</i>. Sarajevo: Filozofski fakultet (elektronska publikacija): http://www.ff-eizdavastvo.ba/Books/Psihologija_boli.pdf</p> <p>Ivanec, D., Ružić, V., i Modić Stanke, K. (2023). <i>Bol - Adaptivni mozak i doživljaj boli</i>. Jastrebarsko: Naklada Slap.</p> <p>Tolle, E. (2005). <i>Nova zemlja</i>. Zagreb : V.B.Z. d.o.o., poglavlja 5 i 6</p> <p>Lipton, B. H. (2006). <i>Biologija vjerovanja</i>. Zagreb: Školska knjiga, poglavlje 5.</p> <p>Tolle, E. (2004). <i>Moć sadašnjeg trenutka</i>. Beograd : Čarobna knjiga, poglavlje 2.</p> <p>Dodatna</p> <p>Alexander, J. (2012). <i>The Hidden Psychology of Pain</i>. Bloomington: Balboa Press</p> <p>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).</p> <p>Alispahić, S. i Godinjak, A. (2018). <i>(R)evolucija odnosa ljekar-pacijent</i>. Sarajevo: TDP.</p> <p>Buljan, D. (2015). <i>Konzultativno-suradna psihijatrija</i>. Jastrebarsko: Naklada Slap.</p> <p>Hadjistavropoulos, T. i Craig, K. D. (2004). <i>Pain. Psychological Perspectives</i>. London: Lawrence Erlbaum Associates Publishers.</p> <p>Huston, G. (2015). <i>PAIN. An Owner's Manual : Intimate conversations about pain</i>. Los Angeles : Teen Pain Press.</p> <p>Koprek, I. (2014). Bol — izazov i poticaj. Filozofijsko–teologijski esej o boli. <i>Obnov. život</i>, 69, 1, 71– 81.</p> <p>Mayo Clinic (2005). <i>O kroničnoj boli</i>. Praktični savjeti za aktivniji život. Zagreb: Medicinska naklada.</p> <p>Przekop, P. (2015). <i>Pobedite hronični bol. Umom protiv bola</i>. Novi Sad: Psihopolis.</p> <p>Van Griensven, H., Strong, J., i Unruh, A. (2013). <i>Pain: a textbook for health professionals</i>. Churchill Livingstone.</p>
Napomene	-

Alispahić