



| Ders Adı        | Kodu   | Yarıyıl | T+U Saat | AKTS | Z / S   |
|-----------------|--|---------|----------|------|---------|
| Stres Yönetimi  | MOS218   | 2       | 2 + 0    | 2,0  | Seçmeli |
| Birim Bölüm     | Evde Hasta Bakımı - Ön Lisans (Düz anlatım ve tartışma)  |         |          |      |         |
| Amaç            | Öğrencilerin öğrenme sorunlarını gidermek için stresle başetme yöntemlerini öğretmek, İnsan hayatında stresin yeri ve öneminden başlayarak, iş hayatında stres kaynakları ve stresle başa çıkma yolları konularında teorik temelin kazanılmasını sağlamak ve bununla birlikte, öğrencilerin aktif katılım göstereceği örnek uygulamalara ilişkin tartışmalara ve yeni araştırmalara yer vermek |         |          |      |         |
| Ders İçeriği    | Stresin tanımları, türleri, bedensel ve davranışsal sonuçları, stres-kişilik ilişkisi, stres-iş yaşam kalitesi ilişkisi, stresle başa çıkmada bedensel, zihinsel ve davranışçı yaklaşımlar, zaman yönetimi bu dersin içeriğini oluşturmaktadır   |         |          |      |         |
| Ders Kaynakları | Baltaş, A. ve Baltaş Z. (1999). Stres ve Başa Çıkma Yolları. Remzi Kitabevi, İstanbul.,<br>Tutar, H. (2011). Kriz ve Stres Yönetimi. Seçkin Yayıncılık.  |         |          |      |         |

| Hafta | Konu  |
|-------|---|
| 1     | Stresin Tanımları ve İlişkili Olduğu Kavramlar  |
| 2     | Stres ve Psikolojik Özelliklerle İlişkisi   |
| 3     | Stres Türleri   |
| 4     | Stresin Bedensel, Psikolojik ve Davranışsal Sonuçları                                       |
| 5     | İş Stresi ve Kaynakları   |
| 6     | Stresinin örgütsel sonuçları  |
| 7     | Örgütsel Çatışma ve Yönetimi  |
| 8     | Ara Sınav   |
| 9     | Stresle Başa Çıkma Yolları; Bedensel ve Zihinsel Teknikler                                  |
| 10    | Stresle Başa Çıkma Yolları; Davranışçı Yaklaşım ve Teknikler                                |
| 11    | Zaman Yönetimi  |
| 12    | İş Yaşamı Kalitesi ve Stresle İlişkisi  |
| 13    | İş Kazaları ve Stresle İlişkisi   |
| 14    | İşletmelerde Çalışanların Stres Düzeyinin Ölçülmesi ve Stres Yönetimine İlişkin Uygulamalar |

#### Program Çıktıları

|    |  |
|----|--|
| 1  | Sağlık bakım sistemi içinde evde bakım hizmetlerinin yerini, evde bakım profesyonellerinin rol ve sorumluluklarını, hizmet sunumunda ekip çalışmasının önemini açıklayabilme   |
| 2  | Evde Hasta Bakımı alanında edindiği temel düzeydeki bilgi ve becerileri kullanarak, verileri yorumlayabilme, sorunları tanımlayabilme, analiz edebilme, çözüm önerileri geliştirebilme ve bilişim teknolojilerini geliştirebilme |
| 3  | Evde Hasta Bakımı alanı ile ilgili uygulamalarda, değerlendirmede ve bilgilendirmede toplumsal, bilimsel, kültürel ve etik değerlere göre bakım verebilme  |
| 4  | Ev ortamında birey, aile, sağlık çalışanları açısından güvenli çevre oluşturulmasında risklere yönelik gerekli önlemleri alabilme  |
| 5  | Etik ilkelerin ve etik kurulların eğitim uygulama ve araştırma alanlarında birey ve toplum için önemini açıklayabilme ve yaşam boyu öğrenme gereksiniminin sürekliliğini kavrayabilme  |
| 6  | Sağlıklı ve hasta bireye verilen bakımının kalitesini ve sonuçlarını sağlık ekibi üyeleri ile değerlendirebilme  |
| 7  | Sağlıklı ve hasta bireyi gelişim dönemlerine göre tanımlanan gereksinimlere uygun girişimleri uygulayabilme  |
| 8  | En az alanındaki bilgileri takip edebilecek ve meslektaşları ile iletişim kurabilecek kadar yabancı dil bilgisine sahip olabilme   |
| 9  | Hasta ve sağlıklı bireye-aileye -topluma sağlık eğitimi verebilme  |
| 10 | Yaş dönemlerine uygun Evde Hasta Bakımı alanı ile ilgili konularda sahip olduğu temel bilgi ve beceriler düzeyinde düşüncelerini yazılı ve sözlü iletişim yoluyla aktarabilme  |
| 11 | Toplumsal sorumluluk bilinci ile yaşadığı sosyal çevre içinde proje ve etkinlik planlayabilme  |
| 12 | Birey, aile ve topluma hastalıkları önleyici, tedavi edici ve destekleyici evde bakım girişimlerini uygulayabilme, güncel gelişmeleri ve uygulamaları takip edebilme   |

#### Ders Öğrenme Çıktısı - Program Çıktıları (1 -5 Puan Aralığı)

| Ders Öğrenme Çıktısı  | PÇ 1 | PÇ 2 | PÇ 3 | PÇ 4 | PÇ 5 | PÇ 6 | PÇ 7 | PÇ 8 | PÇ 9 | PÇ 10 | PÇ 11 | PÇ 12 |
|---|------|------|------|------|------|------|------|------|------|-------|-------|-------|
| Öğrenciler stres sorununu kavrayıp, tartışabilir.           | -    | -    | -    | -    | -    | -    | -    | -    | -    | -     | -     | -     |
| Öğrenciler stresle başa çıkma yöntemlerini uygulayabilirler | -    | -    | -    | -    | -    | -    | -    | -    | -    | -     | -     | -     |
| Öğrenciler işletmelerde stres sorununu algılayabilir.       | -    | -    | -    | -    | -    | -    | -    | -    | -    | -     | -     | -     |