



| Ders Adı | Kodu | Yarıyıl | T+U Saat | AKTS | Z / S |
|-----------------|---|---------|----------|------|---------|
| Stres Yönetimi | MOS218 | 2 | 2 + 0 | 2,0 | Seçmeli |
| Birim Bölüm | Muhasebe ve Vergi Uygulamaları - Ön Lisans (Düz anlatım ve tartışma) | | | | |
| Amaç | Öğrencilerin öğrenme sorunlarını gidermek için stresle başa çıkma 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 yaşamı 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. Remiz Kitabevi, İstanbul., 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 |

| Ders İş Yükü | Çalışma Türü / Öğretim Metotları | Süresi (Saat) | Sayısı |
|---|----------------------------------|---------------|--------|
| Dinleme ve anlamlandırma | Ders | 2 | 14 |
| Araştırma – yaşam boyu öğrenme, yazma, okuma, Bilişim | Sınıf Dışı Çalışma | 2 | 14 |
| Ara Sınav 1 | | 1 | 1 |
| Final | | 2 | 1 |
| Ödev (Sunum) | | 2 | 1 |
| Ders İş Yükü: | | 61 | |
| AKTS (Ders İş Yükü / 25.5): | | 2,39 | |

| Program Çıktıları | |
|-------------------|--|
| 1 | Alanı ile ilgili temel kavramsal bilgilere sahip olmak ve bu bilgilerin iş hayatında yansımalarını hayata geçirebilir. |
| 2 | Muhasebe ve vergi uygulamaları alanına ilişkin bilgileri analiz etme, yorumlama, değerlendirme ve raporlama becerisine sahiptir. |
| 3 | Çalışma hayatında karşılaşılabilecek sorunlarla ilgili olarak sorumluluk alıp ekip arkadaşlarına yardım eder. |
| 4 | Elde ettiği bilgilerin doğruluğuna eleştirel olarak yaklaşmak ve düşüncelerini, önerilerini ilgililere yazılı ve sözlü olarak aktarır. |
| 5 | Avrupa Dil Portföyü A2 genel Düzeyinde (en az alanındaki bilgileri takip edebilecek ve meslektaşları ile iletişim kurabilecek kadar) yabancı dil bilgisine sahiptir. |
| 6 | Sektörü ve alanı ile ilgili yazılımları ve diğer bilişim teknolojilerini etkin bir şekilde kullanabilir. |
| 7 | Evrensel, toplumsal ve mesleki etik bilincine sahiptir. |
| 8 | Sosyal hakların evrenselliği, sosyal adalet, kalite ve kültürel değerler ile çevre koruma, iş sağlığı ve güvenliği konularında yeterli bilince sahiptir. |
| 9 | Ticari hayatta kullanılan belgeleri tanıyabilir, düzenleyebilir ve saklayabilme yeteneğine sahiptir. |
| 10 | Analitik düşünceyi geliştirme ve muhasebe verilerini işleme becerisine sahiptir. |
| 11 | İşletmelerin ve devletin mali yapısı ve mali yönetimi hakkında tespit yapabilme ve çağdaş finansman tekniklerini kullanabilme becerisine sahiptir. |
| 12 | Makro ve mikro ekonomi kavramlarına hakimdir. |
| 13 | Alanıyla ilgili konularda bilgisini ve becerilerini sürekli geliştirebilecek donanıma ve öğrenme isteğine sahiptir. |
| 14 | İş hayatında meslek ahlakının önemini açıklar. |

| 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 | PÇ 13 | PÇ 14 |
|---|------|------|------|------|------|------|------|------|------|-------|-------|-------|-------|-------|
| Öğrenciler stres sorununu kavrayıp, tartışabilir. | - | - | - | - | - | - | - | - | - | - | - | - | - | - |
| Öğrenciler stresle başa çıkma yöntemlerini uygulayabilirler | - | - | - | - | - | - | - | - | - | - | - | - | - | - |
| Öğrenciler işletmelerde stres sorununu algılayabilir. | - | - | - | - | - | - | - | - | - | - | - | - | - | - |

