Ders İzlencesi

Ders Kodu - Ders Adı	**ÇMH202U - Çatışma ve Stres Yönetimi II**
Ders Türü	II.Yarıyıl
Teori + Uygulama	0+0
AKTS	**5.0**
Ders Dili	Türkçe
Ders Türü	Alan Dışı Seçmeli Dersler

Dersin Veriliş Biçimi	Uzaktan eğitim
Önkoşullar	Bu dersin önkoşulu ya da eş koşulu bulunmamaktadır.
Önerilen Dersler	Bu dersle ilişkili önerilen başka dersler bulunmamaktadır.
Önerilen Kaynaklar	Çatışma ve Stres Yönetimi II Ders Kitabı Yenilmez, Ç. (2013). Çatışma ve stres yönetimi II. Eskişehir: Anadolu Üniversitesi.
Staj & Uygulama	Bu ders için staj veya uygulama yoktur.

Ders İzlencesi

Haftalar	Öğrenme Çıktıları	Konular	Öğretim Yöntemleri
1. hafta		Stresin Tanımı ve Doğası	
2. hafta		Stres Kaynakları ve Özel Stresli Durumlar	
3. hafta		Stres Kaynakları ve Özel Stresli Durumlar	
4. hafta		Stres ve Bedensel Hastalıklar	
5. hafta		Stres ve Bedensel Hastalıklar	
6. hafta		Stres ve Ruhsal Etkileri	
7. hafta		Ara Sınav	
8. hafta		Örgütsel Stresin Sonuçları	
9. hafta		Stres ve Kişilik	
10. hafta		Stres Yönetiminde Bireysel Stratejiler	
11. hafta		Stres Yönetiminde Bireysel Stratejiler	
12. hafta		Stres Yönetiminde Örgütsel Stratejiler	
13. hafta		Stres Yönetiminde Örgütsel Stratejiler	
14. hafta		Dönem Sonu Sınavı	

Öğrenme Çıktıları

#	Öğrenme Çıktıları
1	Stres ve stres etmenlerini tanımlayabilecektir.
2	Stres kaynaklarını tanımlayabilecektir.
3	Stresin beden üzerindeki etkilerinin mekanizmasını betimleyebilecektir.
4	Yoğun stres yaşantılarının tetiklediği ruhsal bozuklukları tanımlayabilecektir.

Öğrenme Çıktıları

#	Öğrenme Çıktıları
5	Örgüt içinde stresi yönetebilecektir.
6	Kişilik Tipi, Kişilik Özellikleri ve Kişilik Bozukluğu ile stres ilişkisini karşılaştırabilecektir.
7	Stres durumunda uygulanan davranışsal düzenlemeleri ve gevşeme egzersizlerini aktarabilecek
8	Stresi yönetirken hangi örgütsel tedbirler alınabileceğini anlatabilecektir.

Sürdürülebilir Kalkınma Amaçları

İçerik girilmemiştir.

Dersin Teması

İçerik girilmemiştir.

AKTS İş Yükü

Etkinlik	Süre (Saat)	Sayı	İş Yükü
Teorik Derse Katılım	0	0	0
Sınıf Dışı Çalışma (Ön Hazırlık & Pekiştirme Amaçlı)	0	0	0
Ödevler	0	0	0
Proje - Rapor - Sunum Hazırlama	0	0	0
Ara Sınav Hazırlığı (sınav süresi dahil)	0	0	0
Final Sınavı Hazırlığı (sınav süresi dahil)	0	0	0
Uygulama (Laboratuvar, Müzik/Enstrüman Uygulaması, Atölye/Saha Çalışması vb.)	0	0	0
Staj Uygulaması	0	0	0
		Hesaplanan AKTS	**0**

Ölçme ve Değerlendirme

İçerik girilmemiştir.