



AYDIN ADNAN MENDERES ÜNİVERSİTESİ
SULTANHİSAR MESLEK YÜKSEKOKULU
BİTKİSEL VE HAYVANSAL ÜRETİM BÖLÜMÜ
FİDAN YETİŞTİRİCİLİĞİ PROGRAMI
DERS BİLGİ FORMU

Dersin Adı	Stresle Başa Çıkma								
Ders Kodu	BİY299			Ders Düzeyi		Önlisans			
AKTS Kredi	2	İş Yüğü	50 (Saat)	Teori	2	Uygulama	0	Laboratuvar	0
Dersin Amacı	Öğrencinin mesleki ve kişisel gelişiminde stresli durumlara baş edebilecek bilgi, beceri ve bireyin stresli durumlara verdiği tepkilere yardım etme becerisini kazanmasını amaçlamaktadır.								
Özet İçeriği	Stres kavramının tanımlanması, stres türleri, stresin nedenleri, stresle başa çıkmada olumlu yaklaşımlar, stresle başa çıkma yöntemleri konularında bilgi verilmektedir.								
Staj Durum	Öğrencilerin zorunlu stajlarını Adnan Menderes Üniversitesi Sultanhisar Meslek Yüksekokulu öğrenci staj yönergesindeki kurallara göre belirtilen sürede (30 iş günü) ve özellikle tamamlamaları zorunludur.								
Öğretim Yöntemleri	Anlatım (Takrir), Gösterip Yaptırma, Bireysel Çalışma								
Dersi Veren Öğretim Elemanı(ları)	Öğr. Gör. Berna GÜNDEN								

Ölçme ve Değerlendirme Araçları

Araç	Adet	Oran (%)
Ara Sınav (Vize)	1	40
Dönem Sonu Sınavı (Final)	1	60

Ders Kitabı / Önerilen Kaynaklar

1	Baltaş, A., Baltaş, Z. Stres ve başa çıkma yolları. Remzi Kitabevi, 2000, İstanbul.
---	---

Hafta	Haftalara Göre Ders Konuları	
1	Teorik	Stres Kavramı
2	Teorik	Stres Kavramı
3	Teorik	Stres türleri
4	Teorik	Stres Türleri
5	Teorik	Stresin nedenleri
6	Teorik	Stresin Belirtileri
7	Teorik	Stresin Belirtileri
8	Ara Sınav (Vize)	Öğrenim kazanımlarını değerlendirme
9	Teorik	Stresle başa çıkmada olumlu yaklaşımlar
10	Teorik	Stresle Başa çıkmada olumlu yaklaşımlar
11	Teorik	Stresle başa çıkma yöntemleri
12	Teorik	Stresle başa çıkma yöntemleri
13	Teorik	Öğrencilerde strese neden olan faktörler
14	Teorik	Öğrencilerde strese neden olan faktörler
15	Teorik	Çatışma ve öfke yönetimi
16	Dönem Sonu Sınavı (Final)	Final Sınavı

Dersin Öğrenme, Öğretme ve Değerlendirme Etkinlikleri Çerçevesinde İş Yüğü Hesabı (Ortalama Saat)

Etkinlik	Adet	Ön Hazırlık	Etkinlik Süresi	Toplam İş Yüğü
Kuramsal Ders	14	0	2	28
Ara Sınav	1	10	1	11
Dönem Sonu Sınavı	1	10	1	11
Toplam İş Yüğü (Saat)				50
Yuvarla [Toplam İş Yüğü (saat) / 25*] = AKTS Kredisi				2

*25 saatlik iş yüğü 1 AKTS olarak kabul edilmektedir.

Dersin Öğrenme Çıktıları

1	Stres ve baş etme kavramlarını tanımlama
---	--



2	Stresli durumlara yönelik etkili başa çıkma yöntemlerini uygulama
3	Etkin olan ve olmayan stresle baş etme yöntemlerini ayırt etme
4	Günlük hayattaki stres kaynaklarını bilir
5	Stresin beden üzerindeki etkilerini bilir

Program Çıktıları (Fidan Yetiştiriciliği Programı)

1	Meyve, sebze, süs bitkilerinin fizyolojik ve morfolojik özellikleri, büyüme, gelişme ile bitki bünyesinde gerçekleşen biyokimyasal olaylar hakkında bilgi sahibi olmak
2	Meyve, sebze ve süs bitkisi fidanlarının yetiştirildiği toprak, iklim ve sulama koşullarını öğrenmek
3	Meyve, sebze, süs bitkilerini tanıma, sınıflandırma ve kullanım alanları hakkında bilgi sahibi olmak
4	Meyve, sebze ve süs bitkilerinin fidanlarının çoğaltılması hakkında bilgi sahibi olma
5	Meyve, sebze ve süs bitkilerinin fidanlarının hastalık ve zararlıları hakkında bilgi sahibi olmak
6	Meyve, sebze ve süs bitkilerinin fidanlarının pazarlama tekniği, standartlar ve ekonomiye katkısı ile hukuksal konular hakkında bilgi sahibi olmak
7	Meyve, sebze ve süs bitkilerinin fidanlarının yetiştirildiği tesisler ve yapılar ile kullanılan alet ve malzemeler hakkında bilgi sahibi olmak
8	Mensubu bulunduğu ülkenin dilini iyi kullanabilmek, meslektaşları ve müşterileriyle iletişim kurabilecek düzeyde dil bilgisine sahip olunması
9	Atatürk ilke ve inkılâpları konusunda bilgi sahibi olunması ve özümsemesi
10	Fidan üretiminde ortaya çıkan yeni gelişmeleri takip edebilmek için yeterli bir yabancı dille sahip olma

Program ve Öğrenme Çıktıları İlişkisi 1:Çok Düşük, 2:Düşük, 3:Orta, 4:Yüksek, 5:Çok Yüksek

	ÖÇ1	ÖÇ2	ÖÇ3	ÖÇ4	ÖÇ5
PÇ8	1	1	1	1	1

