|  |  |
| --- | --- |
| ABU_KKK_01-15.jpg | **AKTS DERS TANITIM FORMU** |
|  **I. BÖLÜM (Senato Onayı)** |
| **Dersi Açan Fakülte /YO** | İktisadi İdari ve Sosyal Bilimler Fakültesi |
| **Dersi Açan Bölüm** | Psikoloji Bölümü |
| **Dersi Alan Program (lar)** |  |  |
|  |  |
|  |  |
| **Ders Kodu**  | PSYC 353 |
| **Ders Adı** | Stres Psikolojisi |
| **Öğretim dili**  | İngilizce |
| **Ders Türü** | Teorik Ders; Yüz-yüze |
| **Ders Seviyesi** | Lisans Düzeyi |
| **Haftalık Ders Saati** | **Ders: 3** | **Lab:**  | **Uygulama** | **Diğer:**  |
| **AKTS Kredisi** | 5 |
| **Notlandırma Türü** | Standart Harf Notu |
| **Ön koşul/lar** | - |
| **Yan koşul/lar** | - |
| **Kayıt Kısıtlaması** | Sadece lisans öğrencileri |
| **Dersin Amacı**  | Bu ders stres konusuna ve stresle baş etmeye dair bir giriş niteliğindedir.  |
| **Ders İçeriği**  | Derste stres, stresle ilişkili teoriler, stresin psikofizyolojisi, stres ve hastalıkların ilişkisi gibi konular ele alınacaktır. Ders, ağırlıklı olarak öğretim elemanın haftanın konusunu öğrencilere tanıtması ile ilerleyecek, sınıf içi tartışma ve çalışmalar ile interaktif hale getirilecektir. Powerpoint sunumları öğretim elemanı tarafından sunulacaktır. |
| **Öğrenim Çıktıları**  | **ÖÇ1** | Stresi tanımlayabilmek,Araştırma hipotezi üretebilmek,Bilimsel bir araştırmanın nasıl yapıldığını öğrenmekBilimsel araştırmalarda kullanılan çeşitli yöntemleri öğrenmekAkademik yazım kurallarını öğrenmek ve pratik etmek |
| **ÖÇ2** |
| **ÖÇ3** |
| **ÖÇ4** |
| **ÖÇ5** |
| **II. BÖLÜM (Fakülte Kurulu Onayı)** |
| 1= Alt seviyede destekliyor2= Orta seviyede destekliyor3= Üst seviyede destekliyor |  | **Program Çıktıları** | **ÖÇ1** | **ÖÇ2** | **ÖÇ3** | **ÖÇ4** | **ÖÇ5**  |
| **PÇ1** | Psikoloji alanında edindiği teorik bilgi birikimini uygulamaya aktarma becerisine sahip olur. |   | **2** |  |  | **2** |
| **PÇ2** | Psikoloji alanının diğer sosyal bilim alanları ile ilişkisini kavrar, disiplinlerarası yaklaşımların farkında olur.. | **1** |  | **2** |  |  |
| **PÇ3** | Psikoloji alanında bir araştırmayı başından sonuna bağımsız olarak yürütebilme ve bulgularını akademik yazıma uygun şekilde sunabilme becerisine sahip olur. | **3****3****1****1** | **3****1****1****1**1 | **3****1****3****3****1****2****1** | **3****1****3****2****2****3** | **3****3****3****1****3****3****2** |
| **PÇ4** | Veri analizi konusunda gerekli adımları uygun analiz programları kullanarak tamamlar. |
| **PÇ5** | Alanyazındaki bilgi birikimine basılı ve çevrimiçi kaynakları kullanarak ulaşma yöntemlerini öğrenir. |
| **PÇ6** | Bilişim ve iletişim teknolojilerini yeterli düzeyde kullanır. |
|  | **PÇ7** | Psikojinin alt dallarına dair temel bilgi birikimini edinir ve alana dair bütünsel bir bakış açısı kazanır. |
| **PÇ8** | Alanla ilgili uygulamada görülebilecek herhangi bir aksaklığı veya sorunu çözmek için bireysel düzeyde ve ekip olarak sorumluluk yüklenir, gerektiğinde inisiyatif alır. |
| **PÇ9** | Bilgi ve becerilerini psikolojideki araştırma ve gelişmeleri takip ederek güncel tutar. |
| **PÇ10** | Öğrenimini aynı alanda bir ileri eğitim düzeyine veya aynı düzeydeki bir mesleğe yönlendirir. |
| **PÇ11** | Alanı ile ilgili edindiği bilgi ve becerileri, yazılı ve sözlü olarak aktarma, değerlendirme ve uygulama yetkinliğine sahiptir. |
|  | **PÇ12** | Toplumsal sorunlarda psikoloji biliminin bilgi birikimini kullanarak çözüm üretebilme becerisine sahip olur. |
| **PÇ13** | İyi düzeyde İngilizce yeterliliğini sahip olup, farklı ülkelerden meslektaşlarıyla iletişim kurar. |
| **PÇ14** | Mesleki sınırlarını bilir ve eylemlerinde etik değerlere bağlı karar verir. |
| **PÇ15** | Sosyal hakların evrenselliği, sosyal adalet, kalite ve kültürel değerler ile çevre koruma, iş sağlığı ve güvenliği konularında yeterli bilince sahiptir. |
| **PÇ16** | Yeni fikir ve uygulamalara karşı açık bir tutuma sahiptir. |
| **III. BÖLÜM (Bölüm Kurulunda Görüşülür)** |
| **Öğretilen Konular, Konuların Öğrenim Çıktılarına Katkıları, ve Öğrenim Değerlendirme Metodları** | **Konu#** | **Hafta** | **Konu** | **ÖÇ1** | **ÖÇ2** | **ÖÇ3** | **ÖÇ4** | **ÖÇ5** |
| **K1** | 1 | Giriş |  D1 | D2 | D7 | D9 |  |
| **K2** | *2* | Stresin Tanımı |  D1 | D2 | D7 | D9 |  |
| **K3** | *3* | Stresin Psikofizyolojisi, Hastalık ve Stres ilişkisi |  D1 | D2 | D7 | D9 |  |
| **K4** | 4 | Üniversite Öğrencilerinde Stres Kaynakları |  D1 | D2 | D7 | D9 |  |
| **K5** | 5 | Strese müdahale |  D1 | D2 | D7 | D9 |  |
| **K6** | 6 | Stresle Baş Etmede İçsel Yöntemler |  D1 | D2 | D7 | D9 |  |
| **K7** | 7 | Stresle Baş Etmede Kişilerarası Yöntemler |  D1 | D2 | D7 | D9 |  |
| **K8** | 8 | Ara Sınav |
|  | **K9** | 9 | Algısal Müdahaleler |  D1 | D2 | D7 | D9 |  |
|  | **K10** | 10 | Ruhsallık, Stres ve Meditasyon |  D1 | D2 | D7 | D9 |  |
|  | **K11** | 11 | Aşamalı Rahatlama Yöntemi |  D1 | D2 | D7 | D9 |  |
|  | **K12** | 12 | Stres Yaratan Davranışı Azaltma Yöntemleri |  D1 | D2 | D7 | D9 |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Öğrenim Değerlendirme Metotları,** **Ders Notuna Etki Ağırlıkları, Uygulama ve Telafi Kuralları** | **No** | **Tür**  | **Ağırlık** | **Uygulama Kuralı**  | **Telafi Kuralı** |
| **D1** | **Ara Sınav** | %30 | Sınıf içi tartışma ve sınav haftasına kadar olan tüm konuları kapsar. | Sağlık sorunu gibi geçerli bir sebepten dolayı sınavı kaçıran (ve bu yönde en az 2 gün olmak kaydıyla belge sunan) öğrencilere telafi sınavı uygulanır. |
| **D2** | **Kısa Sınav (Quiz)** |  |  |  |
| **D3** | **Ödev** | %20 |  |  |
| **D4** | **Proje** |  |  |  |
| **D5** | **Rapor** |  |  |  |
| **D6** | **Sunum** |  |  |  |
| **D7** | **Katılım/Etkileşim** | %10 | Haftanın konusu ile ilgili sınıf içi derse katılım |  |
| **D8** | **Sınıf/Lab./Saha Çalışması**  |  |  |  |
| **D9** | **Final Sınavı** | %40 |  | Sağlık sorunu gibi geçerli bir sebepten dolayı sınavı kaçıran (ve bu yönde en az 2 gün olmak kaydıyla belge sunan) öğrencilere telafi sınavı uygulanır. |
| **D10** | **Diğer** |  |  |  |
| **TOPLAM** | **%100** |
| **Öğrenim Çıktılarının Kazanılmasının Kanıtı** | * Öğrenciler öğrenme çıktılarını quiz, ara sınav ve final sınavlarıyla ve sınıf içi derse katılımlarıyla göstereceklerdir.
 |
| **Harf Notu Belirleme Metodu** | Harf notu, her bir değerlendirme metoduna verilen ağırlık neticesinde hesaplanır.Harf notunu belirlemek için aşağıdaki tablo kullanılır:

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Total points** | 100-95 | 94-90 | 89-85 | 84-80 | 79-75 | 74-70 | 69-65 | 64-60 | 59-55 | 54-50 |
| **Letter Grade** | A | A- | B+ | B | B- | C+ | C | C- | D+ | D |

 |
| **Öğretim Metodları, Tahmini Öğrenci Yükü** | **No** | **Tür** | **Açıklama** | **Saat** |
| **Öğretim elemanı tarafından uygulanan süre** |
| **1** | **Sınıf Dersi** |  | 42 |
| **2** | **Etkileşimli Ders** |  |  |
| **3** | **Problem Dersi**  |  |  |
| **4** | **Laboratuvar**  |  |  |
| **5** | **Uygulama** |  |  |
| **6** | **Saha Çalışması** |  |  |
| **Öğrencinin ayırması beklenen tahmini süre** |
| **6** | **Quiz** |  |  |
| **7** | **Ödev** |  |  |
| **8** | **Derse Hazırlık**  |  | 90 |
| **9** | **Ders Tekrarı** |  | 50 |
| **10** | **Studyo** |  |  |
| **11** | **Ofis Saati** |  | 30 |
| **TOPLAM** | **212** |
| **IV. BÖLÜM** |
| **Öğretim Elemanı** | **İsim** | GizemSarısoy Aksüt |
| **E-mail** | gizem.sarisoy@antalya.edu.tr |
| **Tel** |  |
| **Ofis** |  |
| **Görüşme saatleri** |  |
| **Ders Materyalleri** | **Zorunlu** | Greenberg, J. S. (2017). Comprehensive Stress Management. New York, NY: McGraw Hill. Additional reading material will be provided by the lecturer. |
|  | **Önerilen** |  |
| **Diğer** | **Akademik Dürüstlük** | Akademik dürüstlüğün ihlal edilmesi aşağıdaki durumları içermekle birlikte sadece bu durumlar ile sınırlı değildir: Kopya çekme, intihal, referans göstermeden bilgi veya alıntı yapma, başkaları tarafından yapılan sahtekârlığın kolaylaştırılması, sınavların yetki olmadan ele geçirilmesi, öğretim üyesine bilgi vermeden başka bir kişinin yaptığı çalışmayı teslim etme, öğretim üyesine bilgi vermeden daha önceden yapılmış bir çalışmayı teslim etme, başka bir öğrencinin çalışmasına habersiz müdahale etme. Akademik dürüstlüğün herhangi bir şekilde ihlal edilmesi ciddi bir sorundur ve disiplin cezası gerektirir. |
| **Engelli Öğrenciler** | Öğrencilerin engellilik durumlarında makul kolaylıklar sağlanmaktadır. |
| **Güvenlik Konuları**  |  |
| **Esneklik** | Öğretim görevlisi, önceden öngörülmeyen bir takım nedenler dolayısıyla ders programında değişlik yapma hakkına sahiptir. Herhangi bir değişiklik durumunda öğrenciler önceden bilgilendirilecektir.   |