

OSTİM TEKNİK ÜNİVERSİTESİ
MESLEK YÜKSEKOKULU
ORTAK DERSLER BÖLÜMÜ

DERS İZLENCE FORMU
2025-2026 GÜZ

BBM 101 Bağımlılık ve Bağımlılıkla Mücadele							
Ders Adı	Ders Kodu	Dönemi	Saati	Uygulama Saati	Laboratuvar Saati	Kredi	AKTS
Bağımlılık ve Bağımlılıkla Mücadele	BBM 101	1	2	20	0	2	2

Dersin Dili	Türkçe – İngilizce
Dersin Türü	Üniversite Geneli Ortak Ders
Dersin Seviyesi	Lisans ve Ön Lisans
Ders Verme Şekli	Çevrimiçi Senkron
Dersin Öğrenme ve Öğretme Teknikleri	Atölye Çalışması, Anlatım, Araştırma, Geri Bildirim, Tartışma, Soru Yanıt, Röportaj

Dersin Amacı
Bu ders, üniversite öğrencilerine insan vücudunda bağımlılık yapan madde ve davranışlar hakkında bilgi aktarımıyla farkındalık kazandırmaya yöneliktir. Bağımlılığın sebepleri, nörobiyolojisi, vücuda etkileri, bağımlılık tipleri (maddesel, davranışsal), kumar, İnternet, oyun, esrar, sigara, alkol, vb. bağımlılıklar, bağımlılıkla mücadele yöntemleri, koruyucu önlemler, bağımlı kişilerle iletişim becerileri ve empati, destek, tedavi ve rehabilitasyon merkezleri, Yeşilay Derneği, Uluslararası Yeşilay Federasyonu, 1-7 Mart Yeşilay Haftası, bağımlı kişilerle röportaj konuları işlenmektedir.

Dersin Eğitim/Öğrenim Çıktıları
Bu dersi başarıyla tamamlayabilen öğrencilerin; <ul style="list-style-type: none">Bağımlılıklar hakkında genel bilgiye sahip olmaları,Vücudumuzda bağımlılık yapan madde ve davranışlardan uzak kalmaları, kendilerini korumaları,Madde bağımlılığı (uyuşturucu, tütün, alkol) ve etkileri hakkında dikkatli olmaları,Davranış bağımlılığı (alış-veriş, oyun, kumar, vb.) ve etkileri hakkında bilinçli olmaları,Bağımlı yakınlarına veya kişilere yardımcı olabilmeleri hedeflenmektedir.

Dersin İçeriği

Derste, insan beyni hakkında genel bir bilgi, bağımlılık denen mekanizmanın vücuda etkileri, bağımlılıkların nasıl başladığı hakkında genel bilgiler, bağımlılık türleri, bağımlılıkların türlü zararları konuları işlenmektedir.

Haftalık Konular ve İlgili Ön Hazırlık Çalışmaları

Hafta	Konular	Açıklama
1	Bağımlılık nedir? Bağımlılığın tanımları.	Kaynaklardan okumalar yapılması. - yesilay.org.tr - engelsizdestek.org
2	Bağımlılık türleri nelerdir? Madde ve davranışsal bağımlılıklar.	Kaynak kitaplardan okumalar yapma ve derste tartışma.
3	Bağımlılık türleri nelerdir? Madde ve davranışsal bağımlılıklar.	Kaynak kitaplardan okumalar yapma ve derste tartışma.
4	Bağımsız Yaşam. Bağımlılıkların türlü zararları.	Bağımlılığa giden yollar hakkında bilgiler sunulması. Kişisel reddetme tavrımız nasıl olmalıdır?
5	Uzmanların videolarının izlenmesi.	Tıp Doktorlarının, Hemşirelerin ve Rehabilitasyon Uzmanlarının seslerine kulak verelim. Yeşilay ve Yeşilay Danışma Merkezi (YEDAM) İnternet siteleri kaynaklarından yararlanma.
6	Ara Sınav Ödevinin Verilmesi (Araştırma Ödevi)	Yeşilay Derneğini kapsamlı bir şekilde araştırınız. Yurt-İçi ve yurt-dışı iş birliklerini, projelerini, hizmetlerini raporlayınız. Raporunuzu görsellerle (ve kaynak belirterek) zenginleştirerek istenen formatta hazırlayınız ve zamanında teslim ediniz.
7	Ziyaret (YEDAM ziyareti)	Ankara – Çankaya 100. Yıl Mahallesi Reşit Galip Caddesi Gölge Sokak No: 9
8	Ara Sınav Raporlarının Teslim Edilmesi	
9	Diğer kurum ve kuruluşların konu hakkındaki faaliyetleri hakkında bilgi toplama.	Diğer üniversitelerdeki Bağımlılık dersleri, BEMEVA: Bağımlılığı Engelleme, Mücadele ve Eğitim Vakfı , vb.
10	Alkol bağımlılığı üzerinde tartışmalar	

11	Kumar bağımlılığı üzerinde tartışmalar	Kumar oynamak ve oynatmak ülkemizde yasal değildir. Hapis cezası vardır. Kumar oynayan herkes, istisnasız herkes, kaybeder! Ailesi yıkılanlar, evini kaybetmiş olanlar, boşanmış olanlar, kendini öldürenler böyle olduğunu ispatlıyor!
12	Uyuşturucu bağımlılığı üzerinde tartışmalar	Mekânların tehlikeli olanları vardır! Geçici zevkler istemeyelim, geçici zevklere ve tuzaklara kanmayalım.
13	Tütün bağımlılığı üzerinde tartışmalar	Sigaraya başlama yaşı, ortamı, sebepleri, akran baskısı, ortam baskısı, vb.
14	Oyun bağımlılığı üzerinde tartışmalar	Oyunlar faydalı mıdır? Yoksa her şey gibi onun da çoğu zararlı mı? Bir süreç/takvim planı doğrultusunda oyun oynamak ve eğlenmek mümkün olamaz mı? Bizce mümkün!
15	Final Sınavı (Ödevi) (Bağımlı bir kişiyle veya bağımlılığını yenmeyi başarmış birisiyle röportaj yapılması ve soru-cevapların raporlanması)	Tanıdığınız veya tanışacağınız bir kişiyle, özel bilgilerini vermeden (sadece yaş ve cinsiyetini belirterek) , bir röportaj yapınız. Kendisine şu tip veya benzer sorular yöneltebilirsiniz: Ne zamandır bağımlısınız? Bu maddeye veya davranışa ilk nerede, ne zaman ve nasıl başladınız? Süreç zamanla nasıl seyretti? Kullanım miktarınız nasıl arttı? Bırakmaya hiç çalıştınız mı? Çocuklarınıza, arkadaşlarınıza veya gençlere ne gibi tavsiyelerde bulunmak istersiniz? YEDAM'ı biliyor musunuz? 115 no'lu telefonu arayıp hiç bilgi aldınız mı? Bırakma sürecinde kimden ve nasıl destek aldınız?

Kaynaklar (Ders Kitabı ile Yardımcı Kitaplar)
Yazar, Kitabın Adı, Yayınevi, Basım Yılı

Editörler: Makbule BATMAZ, Havva Gezgin YAZICI, BAĞIMLILIK – Madde ve Davranış Bağımlılıklarıyla Baş Etme, Akademisyen Kitabevi, 2023, Ankara.

Değerlendirme Sistemi

Çalışmalar	Sayı	Katkı Payı
------------	------	------------

Devam		
Laboratuvar		
Uygulama		
Alan Çalışması		
Derse Özgü Staj (varsa)		
Küçük Sınavlar/Stüdyo Kritiği		
Ödev	2	%60
Sunum		
Projeler		
Rapor	2	%40
Seminer		
Ara Sınavlar/Ara Jüri	1	% 40
Genel Sınav/Final Jüri	1	% 60
	Toplam	% 100
Yarıyıl İçi Çalışmalarının Başarı Notu Katkısı		% 40
Yarıyıl Sonu Çalışmalarının Başarı Notuna Katkısı		% 60
	Toplam	% 100

Kurs Kategorisi	
Temel Meslek Dersleri	
Uzmanlık/Alan Dersleri	
Destek Dersleri	x
İletişim ve Yönetim Becerileri Dersleri	x
Aktarılabılır Beceri Dersleri	

Dersin Öğrenim Çıktılarının Program Yeterlilikleri ile İlişkisi						
No	Program Yeterlilikleri / Çıktıları	Katkı Düzeyi				
		1	2	3	4	5
1	"Kendini Tanıma" ile ilgili farkındalığının artması sağlanır. Güçlü yanlarını "nasıl" koruyacağını, geliştirmesi gereken yanlarını nasıl "geliştirmesi" gerektiğini hedefiyle birlikte planlamayı öğrenmek.				x	
2	Bir işletmede çalışmak istediği departmanı belirlemek üzere işletmenin fonksiyonlarına ilişkin farkındalık kazandırmak.					
3	Tarih boyunca bilim ve teknolojiye katkısı olan Türk bilim adamlarını, Türk edebiyatı ve sanat müziğini tanımak ve öğrenmek.					
4	Esnek ve gelişmeye açık ön lisans alanındaki dinamikleri temel ve güncel uygulamalar çerçevesi içerisinde oturularak değerlendirmek ve tatbik etmek.		x			
5	İş hayatında ve uygulama sahasındaki karmaşık sorunları çok yönlülüğü esas alan bir biçimde analitik ve bağımsız düşünme yetisi ve sentez kabiliyetiyle çözüme kavuşturmak, proaktif bakış açısı kazandırmak.		x			
6	Ön lisans alanındaki değişimleri ve yenilikleri takip ederek mesleki yetkinliğini geliştirip donanımını güncel tutmak.					
7	Ders boyunca edindiği bilgileri mevcut ön lisans konjonktür dahilinde yorumlama, sorgulama ve uygulama yeteneğine sahip olmak.			x		
8	Ön lisans uygulamalarında koordinasyon sağlayarak mevcut ve muhtemel sorunlara yenilikçi bir yaklaşımla esnek, etkin ve hızlı çözüm üretmek için sorumluluk almak ve organizasyon becerisine sahip olmak.		x			
9	Eğitim aldığı ön lisans alanda etkin iletişim kurabilecek düzeyde bilgi sahip olmak, topluluk önünde konuşma, sunum becerileri, beden dili, liderlik ve imaj gibi eğitim ve iş hayatı için önemli hususlara hâkim olmak.			x		

10	Sosyal ve entelektüel kapasitesi gelişmiş, vizyon sahibi, etik değerleri yüksek ve takım çalışmasına uyum becerisi gösteren bireyler olmak.			x		
11	Bireysel hareket planı oluşturabilmeleri için kendi vizyon, misyon ve değerlerini belirlemeleri gerektiğini öğrenmek, Profesyonel Gelişim Hareket planı hazırlanmasını sağlamak.			x		
12	Kariyer planı ne zaman ve nasıl yapılır? Kendini tanımanın yolları nelerdir? İş hayatına hazırlık sürecinde sağlanan farkındalık ile mülakatlarda beklenen özgeçmişin yanında öz gelecek oluşturmanın farkındalığını kazandırmak.					
13	Farklı tekniklerle bir alanda araştırdıkları konular ile ilgili öğrendikleri modeli nasıl kullanacaklarını, nasıl hazırlık yapacaklarını öğrenmek.				x	

AKTS/ İş Yüğü Tablosu			
Aktiviteler	Sayı	Süresi (Saat)	Toplam İş Yüğü
Ders saati (Sınav haftası dahildir: 16 x toplam ders saati)	16	2	32
Laboratuvar			
Uygulama			
Derse Özgü Staj			
Alan Çalışması			
Sınıf Dışı Ders Çalışma Süresi	16	1	16
Sunum/Seminer Hazırlama			
Projeler			
Raporlar			
Ödevler			
Küçük Sınavlar/Stüdyo Kritiği			
Ara Sınavlara/Ara Jüriye Hazırlanma Süresi	1	5	5
Genel Sınav/Genel Jüriye Hazırlanma Süresi	1	5	5
Toplam İş Yüğü	(58/30 = 1.93)		58