

**Niğde Ömer Halisdemir Üniversitesi
Öğretme ve Öğrenme Merkezi
(NÖMER)**

**STRES YÖNETİMİ
EĞİTİMİ
DEĞERLENDİRME RAPORU**

AMAÇ VE YÖNTEM

Bu çalışma, Niğde Ömer Halisdemir Üniversitesi Öğretme ve Öğrenme Merkezi (NÖMER) tarafından 2024-2025 Akademik Yılı Bahar Yarıyılında sunulan “Stres Yönetimi” eğitimine yönelik memnuniyet düzeylerini belirlemek amacıyla yapılmıştır.

Üniversitemiz akademik ve idari personelinin memnuniyet düzeylerinin ölçülmesi amacıyla, Üniversitemiz Öğretme ve Öğrenme Merkezi tarafından anket formu hazırlanmıştır. Ankette katılımcılardan her bir soru için “[1] Hiç Memnun Değilim, [2] Memnun Değilim, [3] Kısmen Memnunum, [4] Memnunum, [5] Çok Memnunum” şeklinde cevaplar vermeleri istenmiştir. Ayrıca katılımcıların isteklerini ve düşüncelerini iletebilecekleri açık uçlu değerlendirme sorularına da yer verilmiştir. Toplantı sonrasında, tüm katılımcılar eğitim değerlendirme anketi hakkında bilgilendirilmiş ve katılımları teşvik edilmiştir. Anket sonuçları, eğitimlerin değerlendirilmesi ve gelecekteki eğitimlerin bu sonuçlara göre düzenlenmesi amacıyla kullanılacaktır.

2024-2025 Akademik Yılı Bahar Yarıyılında NÖMER tarafından “Stres Yönetimi” eğitimi verilmiştir. Eğitime ilişkin ayrıntılı bilgiler Çizelge 1’de yer almaktadır.

Çizelge 1. NÖMER tarafından verilen eğitim bilgileri

Eğitim	Eğitmen	Tarih	Mekân
Stres Yönetimi	Doç. Dr. Hasan Turan KARATEPE	07.03.2025	Çevrimiçi

Anket sonuçlarında, eğitimlere göre her bir alt başlıktaki maddelere verilen yanıtlar doğrultusunda memnuniyet düzeyleri incelenmiştir. Bu incelemede, Çizelge 2’de yer alan kriterler esas alınmıştır.

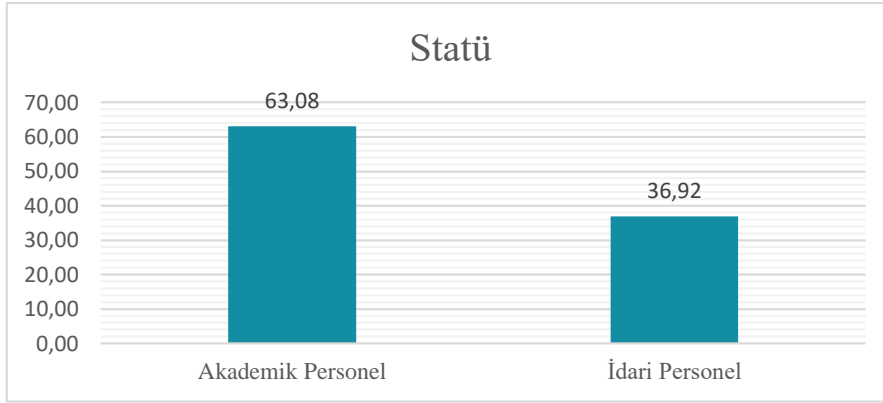
Çizelge 2. Anketlerden elde edilen ortalamalara ait ölçütler

Kriter Aralığı	Ölçek Likerti
1,00-1,80	Hiç Memnun Değilim
1,81-2,60	Memnun Değilim
2,61-3,40	Kısmen Memnunum
3,41-4,20	Memnunum
4,21- 5,00	Çok Memnunum

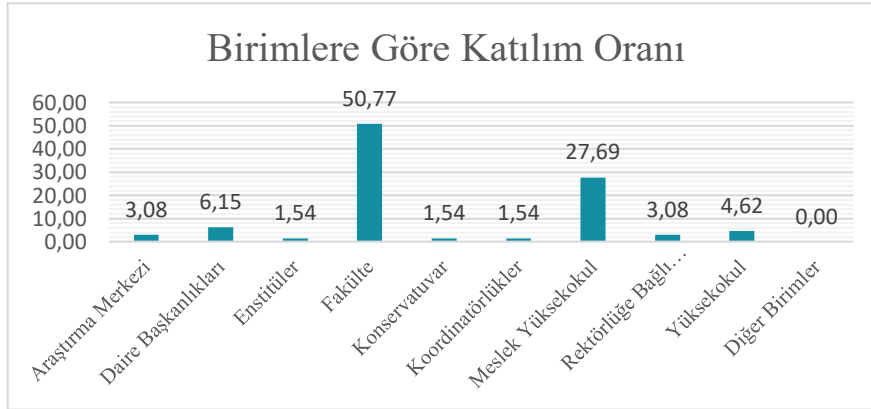
STRES YÖNETİMİ EĞİTİMİ DEĞERLENDİRİLMESİ

Eğitime katılan 327 personel arasından anketi yanıtlayarak eğitimi değerlendiren 65 katılımcı bulunmaktadır. Buna göre ankete katılım oranı %19,88'dir.

Ankete katılım sağlayan üniversitemiz personelinin statüye göre dağılımı Şekil 1'de gösterilmiştir. Katılımcıların %63,08'i (41 kişi) akademik, %10,68'i (24 kişi) ise idari personeldir. Ayrıca, katılımcıların en büyük kısmı %50,77'si (33 kişi) ile fakültelerde görev yaparken, en az katılım %0 (0 kişi) ile diğer birimler kategorisinde gerçekleşmiştir. En düşük katılım ise %1,54 (1 kişi) ile enstitü, konservatuvar ve koordinatörlüklerde olmuştur (Şekil 2).

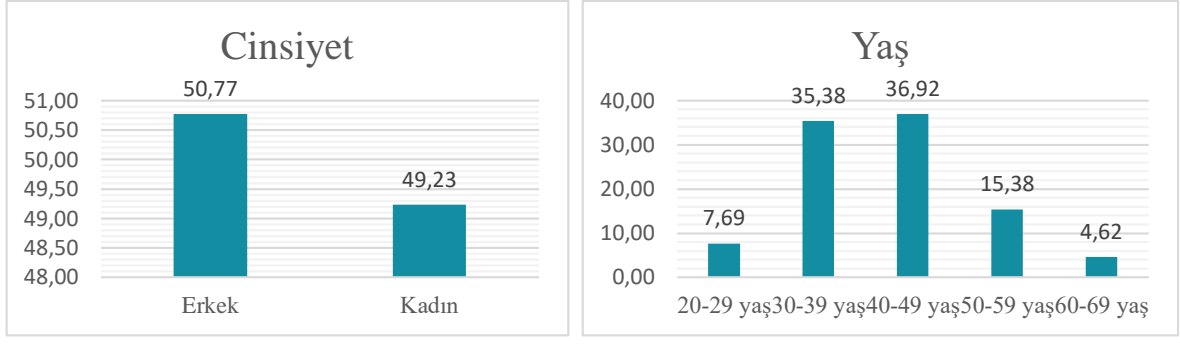


Şekil 1. Ankete katılan personelin statüye göre dağılımları (%).



Şekil 2. Ankete katılan personelin birimlere göre dağılımını (%).

Ankete katılan 65 katılımcının cinsiyet ve yaşa göre dağılımları Şekil 3'te sunulmuştur. Katılımcıların %50,77'si (33 kişi) erkek, %49,23'ü (32 kişi) kadındır. Yaş gruplarına göre dağılımı incelendiğinde, katılımcıların %,69'u (5 kişi) 20-29 yaş aralığında, %35,38'i (23 kişi) 30-39 yaş aralığında, %36,92'si (24 kişi) 40-49 yaş aralığında, 15,38'i (10 kişi) 50-59 yaş aralığında ve %4,62'si (3 kişi) 60-69 yaş aralığında olduğu görülmektedir (Şekil 3).

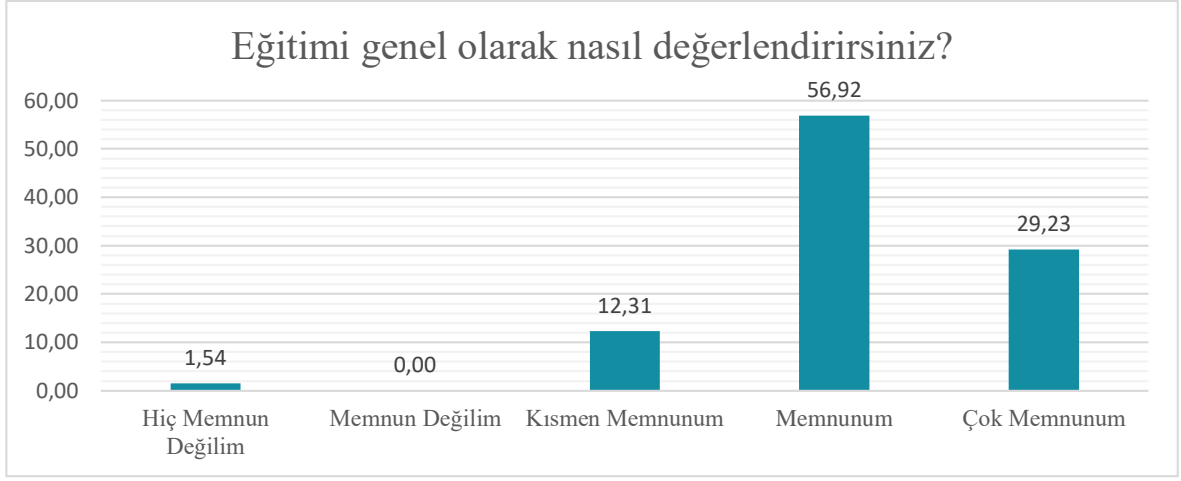


Şekil 3. Ankete katılan personelin cinsiyet ve yaşa göre dağılımları (%).

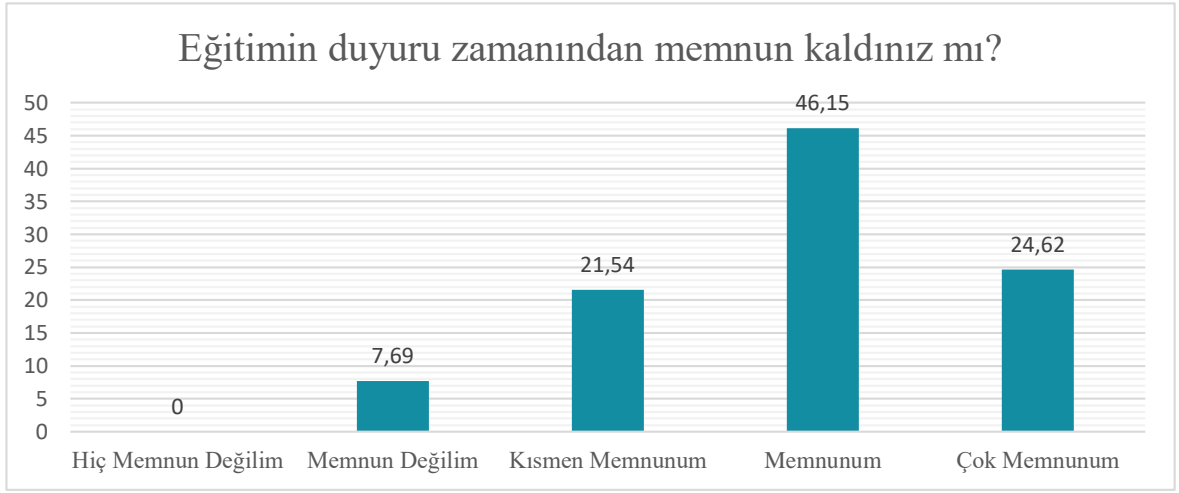
Katılımcıların eğitimi değerlendirmeleri için 5’li likert tipindeki sorulara verdikleri cevapların ortalamaları ve standart sapmaları ile memnuniyet düzeyleri Çizelge 3’te verilmiştir. Bu kategoride ortalama memnuniyet düzeyi 4,16 (%83,2) olarak belirlenmiştir. Katılımcıların, Stres Yönetimi eğitiminden en yüksek memnuniyet oranı 4,35 ile “Eğitimde kullanılan dilin anlaşılabilirliği ile ilgili memnuniyetinizi nasıl değerlendirirsiniz?” ve “Eğitimi veren kişi/kişilerin katılımcılarla olan iletişiminden memnuniyet düzeyinizi nasıl değerlendirirsiniz?” olurken, en düşük memnuniyet oranı ise 3,88 ile “Eğitimin duyuru zamanından memnun kaldınız mı?” olduğu görülmektedir. Katılımcıların genel olarak memnuniyet düzeylerinin “Memnun” düzeyinde olduğu sonucuna ulaşılabilmektedir.

Çizelge 3. Katılımcıların soruların ortalama puanları ve memnuniyet düzeyleri.

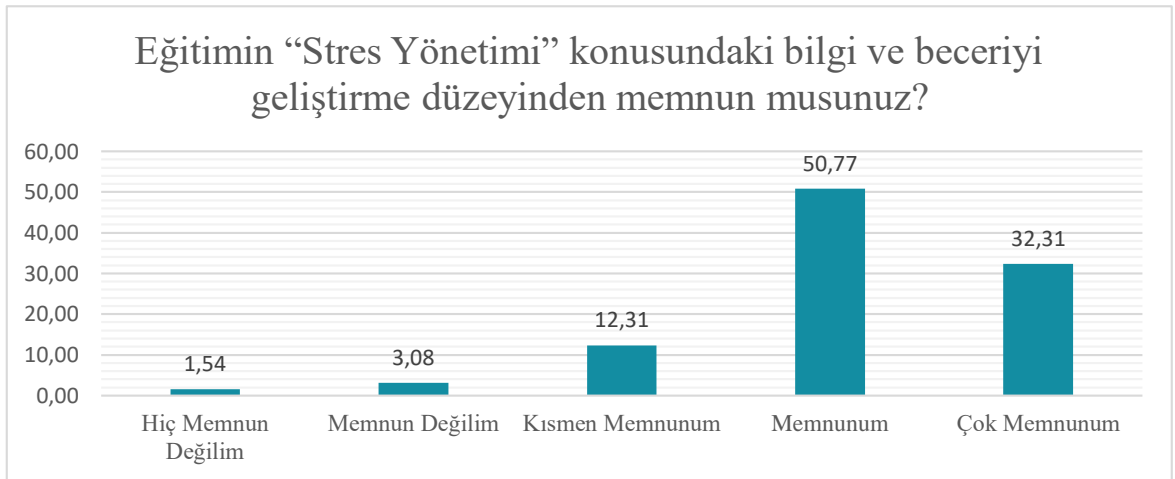
Anket Soruları	Ortalama	Standart Sapma	Memnuniyet Düzeyi
1. Eğitimi genel olarak nasıl değerlendirirsiniz?	4,12	0,74	Memnunum
2. Eğitimin duyuru zamanından memnun kaldınız mı?	3,88	0,88	Memnunum
3. Eğitimin “Stres Yönetimi” konusundaki bilgi ve beceriyi geliştirme düzeyinden memnun musunuz?	4,09	0,84	Memnunum
4. Eğitim sürecinde verilen uygulamaların ve örneklerin anlaşılabilirliği konusunda memnuniyet düzeyiniz nedir?	4,25	0,83	Çok Memnunum
5. Eğitimde kullanılan dilin anlaşılabilirliği ile ilgili memnuniyetinizi nasıl değerlendirirsiniz?	4,35	0,78	Çok Memnunum
6. Eğitim sürecinde sorulara verilen yanıtların anlaşılabilirliğinden memnun musunuz?	4,26	0,78	Çok Memnunum
7. Eğitimin süresi sizin için yeterli miydi?	3,89	1,11	Memnunum
8. Eğitimi veren kişi/kişilerin zamanı etkin ve verimli kullanmasından memnun musunuz?	4,28	0,80	Çok Memnunum
9. Eğitimi veren kişi/kişilerin katılımcılarla olan iletişiminden memnuniyet düzeyinizi nasıl değerlendirirsiniz?	4,35	0,67	Çok Memnunum
GENEL ORTALAMA	4,16	0,12	Memnunum



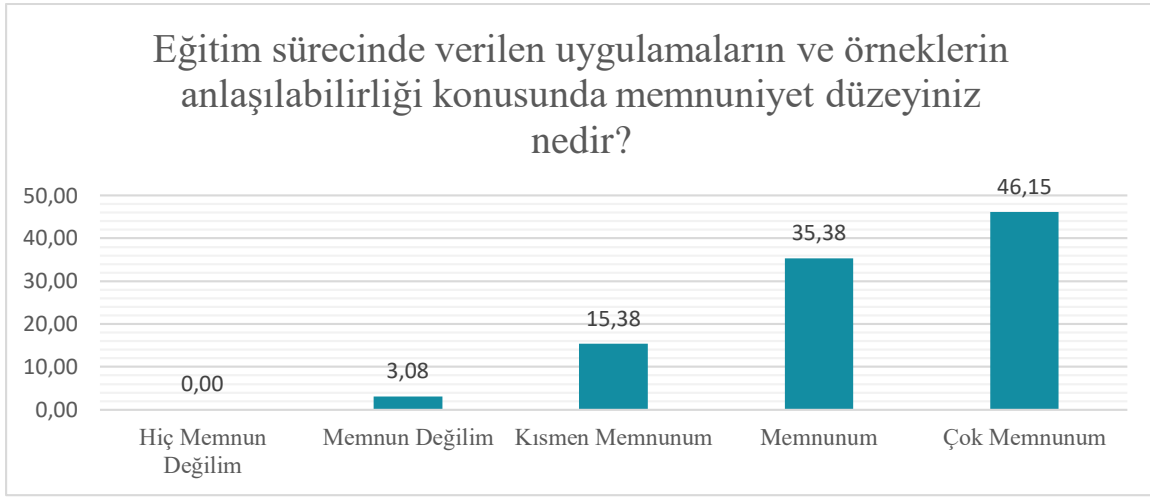
Şekil 4. Eđitimden genel olarak memnuniyet düzeyi (%).



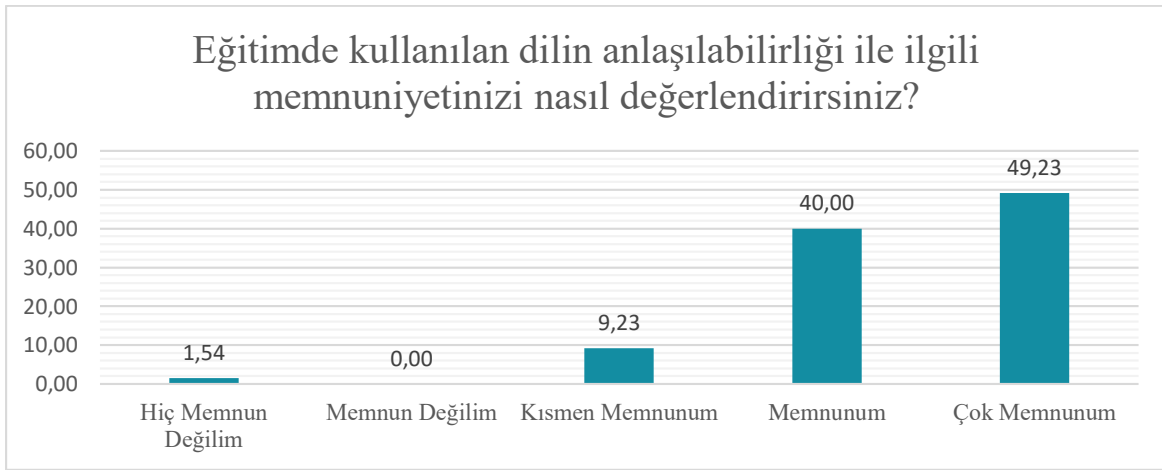
Şekil 5. Eğitimin duyuru zamanından memnuniyet düzeyi (%).



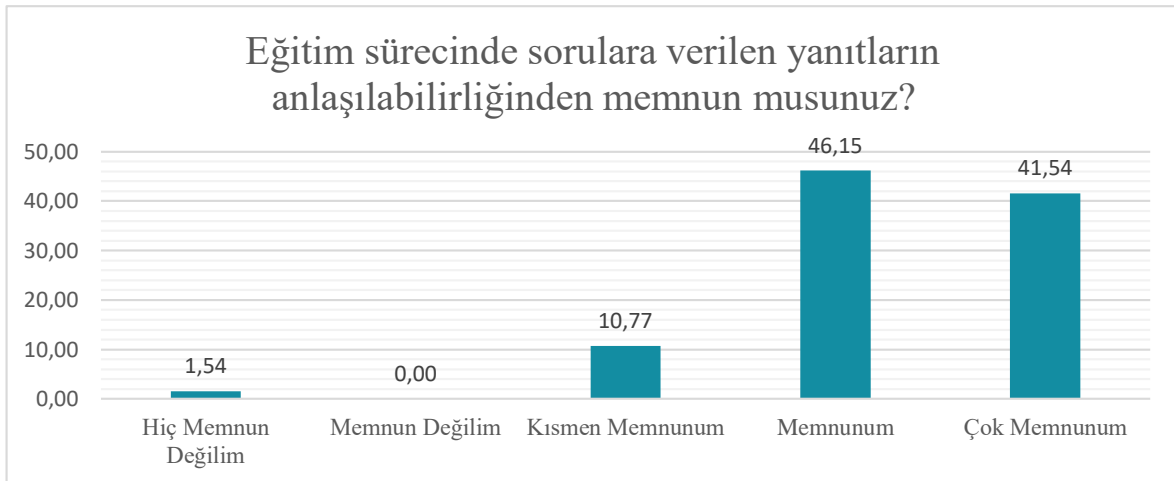
Şekil 6. Eğitimin "Stres Yönetimi" konusundaki bilgi ve beceriyi geliştirme düzeyinden memnuniyet düzeyi (%).



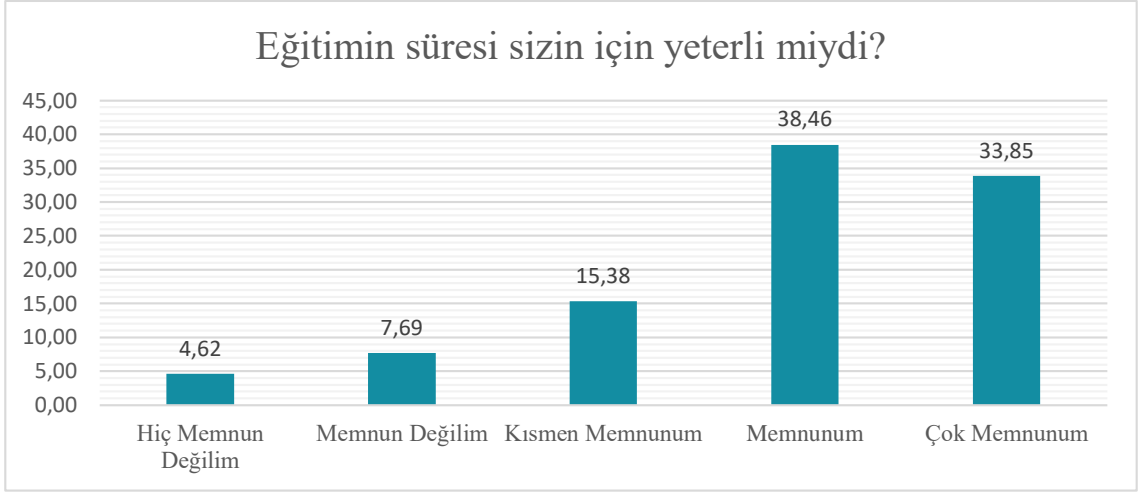
Şekil 7. Eğitim sürecinde verilen uygulamaların ve örneklerin anlaşılabilirliği konusunda memnuniyet düzeyi (%).



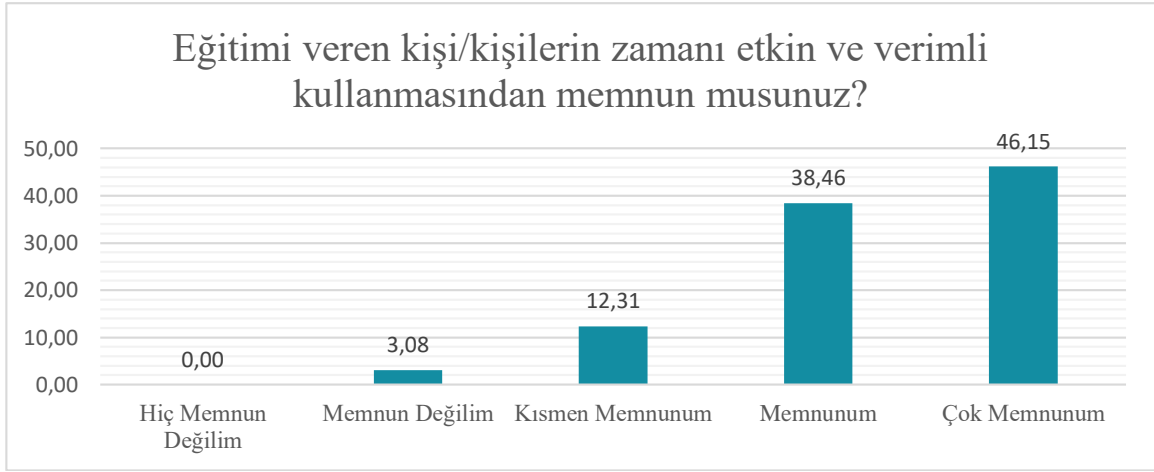
Şekil 8. Eğitimde kullanılan dilin anlaşılabilirliği konusunda memnuniyet düzeyi (%).



Şekil 9. Eğitim sürecinde sorulara verilen yanıtların anlaşılabilirliği konusunda memnuniyet düzeyi (%).



Şekil 10. Eğitim süresi ile ilgili memnuniyet düzeyi (%).



Şekil 11. Eğitimi veren kişi/kişilerin zamanı etkin ve verimli kullanması konusunda memnuniyet düzeyi (%).



Şekil 12. Eğitimi veren kişi/kişilerin katılımcılarla olan iletişimi konusunda memnuniyet düzeyi (%).

Ayrıca katılımcılar, isteklerini ve düşüncelerini iletebilecekleri açık uçlu değerlendirme sorularına da aşağıdaki gibi cevaplar vermişlerdir.

Üniversitemizde NÖMER bünyesinde hangi konularda eğitim almak istersiniz?

- Zaman yönetimi
- Bu ve buna benzer konular, Teşekkürler
- EBYS eğitimi (Genel)
- Psikolojik, sağlıkla ilgili konular, bilgisayar programları, programlama
- Kişisel gelişim, liderlik, tekrardan stres yönetimi daha geniş zaman diliminde
- Kurumsal Farkındalık ve Aidiyet Eğitimi
- Moping Eğitimi
- Kişisel Gelişim ve Mesleki
- Diksiyon, protokol kuralları,
- Yapay zeka, eğitim yönetimi
- İletişim
- İlkyardım
- Yükseköğretimde gerek idari personelin gerekse öğretim elemanlarının ChatGPT'yi iş için veya öğretimde etkin kullanması için bir eğitim düzenlenebilir

Üniversitemizde NÖMER bünyesinde hangi konularda eğitim vermek istersiniz? (*Eğer eğitim vermek isterseniz size ulaşabilmemiz için lütfen adınızı soyadınızı belirtiniz.)

- Kurumsal Farkındalık ve Aidiyet Eğitimi, Duygusal Zeka ve İletişim Becerileri Eğitimi

Diğer görüş ve önerilerinizi yazınız.

Çizelge 4. Stres Yönetimi eğitimine ilişkin diğer görüş ve öneriler

Eğitime ilişkin diğer görüş ve öneriler		Görüş Sayısı
Olumsuz ifadeler	-	-
Olumlu ifadeler	Teşekkür/Faydalı eğitim	5
İstek	İstek	2