

2023

BOĞAZİÇİ ÜNİVERSİTESİ

ÖĞRENCİ REHBERLİK

VE PSİKOLOJİK

DANIŞMANLIK MERKEZİ

(BÜREM)

ÇALIŞMA RAPORU

Raporu Hazırlayan

Klinik Psk. Feyzanur Koçyiğit

İÇİNDEKİLER

Özet

1. Bireysel Danışma	5
2. Grup Çalışmaları	8
3. Hizmet içi Eğitim ve Etkinlikler	10
4. İdari İşleyiş	11
5. Diğer Birimlerle Ortak Çalışma	11
6. Değerlendirme, Kaynak Oluşturma ve Araştırma	12
7. Tartışma	12

TABLÖLAR

1. Bireysel Danışma Başvurusunda Bulunan Öğrencilerin Hizmet Kullanım Dağılımı
2. Bireysel Danışma Başvurusundaki Nedenlerin Dağılımı
3. Grup Çalışmaları ve Katılımcı Sayıları
4. Uzmanların Mesleki Gelişim Çalışmalarının Dökümü

2023

BOĞAZİÇİ ÜNİVERSİTESİ

ÖĞRENCİ REHBERLİK VE PSİKOLOJİK DANIŞMANLIK MERKEZİ (BÜREM)

ÇALIŞMA RAPORU

Özet

2023 yılında verilen psikolojik destek hizmetlerinin tamamı Güney Kampüste bulunan BÜREM ofisi, Kuzey Kampüste bulunan BÜREM Grup Odası, ve çevrimiçi olarak gerçekleştirilmiştir. Anadolu Hisarı ve diğer kampüslerdeki öğrenciler de BÜREM'in Güney Kampüsteki ofisine gelerek destek almışlardır. Birimin 01 Ocak 2023-31 Aralık 2023 arasındaki etkinlikleri beş ana başlık altında sıralanmıştır: 1. Bireysel danışmanlık, 2. Grup çalışmaları, 3. Hizmet-içi eğitim ve etkinlikler, 4. Diğer birimlerle ortak çalışmalar, 5. Değerlendirme, kaynak oluşturma ve araştırma. Birimlerimizden hizmet almak için 830 öğrenci 951 form doldurarak başvuru yapmıştır. Bu sayıya ek olarak, yaklaşık 149 öğrenci tüm öğrencilere açık olarak duyurulan grup ve atölye çalışmalarına katılmıştır. Böylece yıl boyu toplam 979 öğrenci hizmetlerden yararlanmıştır. 6 Şubat depremi nedeniyle depremde etkilenen öğrencilerin psikolojik destek kaynaklarına hızlı erişebilmesi amacıyla Şubat ve Haziran ayları arasında BÜREM başvuruları genele kapatılmış, riskli durumdaki öğrencilerin ve yalnızca depremde etkilenen öğrencilerin erişimine açık tutulmuştur. Ayrıca bu dönemde 14 kişilik gönüllü uzman ekibi kurularak deprem bölgesinden üniversitemizi kazanarak gelen 1200 Boğaziçi öğrencisine ulaşılmış ve ihtiyacı olan öğrencilere psikososyal destek sağlanmıştır. Bununla beraber, Eylül ayı itibariyle güz dönemi başlarken, Güney Kampüste bulunan ofisimiz kampüste bazı eski binaların yenilenmesinden kaynaklanan yer kısıtlılığı sorunu nedeniyle Sağlık Kültür ve Spor Daire Başkanlığı (SKS) birimiyle birlikte kullanılmaya başlandığından, görüşmeler 4 Eylül-16 Ekim tarihleri arasında çevrimiçi yöntem ile sınırlandırılmıştır. Bu iki majör durum BÜREM'e başvuruları ve hizmet alan öğrenci sayısını büyük ölçüde etkilemesine rağmen başvuru sayısının geçen senenin başvuru sayısına çok yakın olduğu görülmektedir. Yüksek başvuru sayılarına ve yıl içinde azalma gösteren uzman sayımıza karşın hizmetlerimiz aksamamıştır. Yapılan görüşmeler doğrultusunda öğrenciler kaynaklarımız dahilinde gereksinimlerine uygun hizmetlere yönlendirilmiştir. Başvurularda en sık belirtilen sıkıntılar geçen yıllara benzer olarak kaygı sorunları, ilişkisel zorluklar ve akademik sorunlar olmuş, ancak birden fazla nedenden kaynaklı olarak başvurular artmıştır. 2023 yılında da başvurular arasında intihar gibi riskli durumların oranı artmış, bu kişiler için hastanelere yönlendirme yapılmıştır. Öğrencilerden 486 kişi BÜREM bünyesinde bireysel görüşmeye alınmıştır. Uzmanlar yıl boyunca mesleki gelişimleri için her hafta düzenli olarak süpervizyona katılmış ve birim içi toplantılar gerçekleştirmiştir.

2023 YILI
BÜREM
ÇALIŞMA RAPORU

Bu raporda 01 Ocak 2023-31 Aralık 2023 tarihleri arasında birimlerimizde verilmiş olan rehberlik ve psikolojik danışmanlık hizmetleri özetlenmiştir. Sayılara yalnızca tam zamanlı çalışan uzmanlar değil, gönüllü çalışan uzmanlar tarafından verilmiş olan hizmetler de dahil edilmiştir. Bu hizmetler beş ayrı başlık altında toplanmıştır: 1. Bireysel Danışmanlık, 2. Grup Çalışmaları, 3. Hizmet-içi Eğitim ve Etkinlikler, 4. Diğer Birimlerle Ortak Çalışmalar, 5. Değerlendirme, Kaynak Oluşturma ve Araştırma.

1. BİREYSEL DANIŞMANLIK

Tablo 1’de 01 Ocak 2023-31 Aralık 2023 tarihleri arasında birimlerimize başvuruda bulunan öğrencilere sunulan çeşitli hizmetlerin sayısı ve yüzdeleri bulunmaktadır. Yıl boyunca toplam 830 öğrencinin 951 başvurusu olmuştur. Aynı yıl içinde iki ya da daha fazla başvuruda bulunan öğrenciler nedeniyle öğrenci sayısı ile başvuru sayısı eşit olmamaktadır. Başvuruda bulunan öğrencilerin cinsiyet dağılımına baktığımızda, 604’ü (%63)’i kadın, 333’ü (%35) erkek ve 8’i (%0.8) diğer olarak belirtilmiştir.

Pandemi dönemiyle birlikte uygulamaya başladığımız çevrimiçi görüşmeler bu yıl da alternatif görüşme şekli olarak varlığını sürdürmüştür. Kampüsten uzakta ikamet eden öğrenciler kampüste derslerinin olmadığı günlere denk gelen seansları için, yahut tatillerde şehir dışına ailesinin yanına giden öğrenciler bu döneme denk gelen seanslar için çevrimiçi hizmet talebinde bulunmaya devam etmiştir. Bu yıl merkezimize yapılan başvuru yapan öğrencilerin %28’i (270 kişi) çevrimiçi görüşme tercih etmiştir. 4 Eylül-16 Ekim tarihleri arasında Güney Kampüste bulunan BÜREM ofisimizi okulun Sağlık Kültür ve Spor Daire Başkanlığı (SKS) birimi ile beraber kullanmak mecburiyeti doğmuştur. Bu dönemde, danışanların mahremiyetini koruyabilmek için görüşmeler tamamen çevrimiçi gerçekleştirilmiştir.

Bu yıl revire (Mediko) yalnızca 7 öğrenci yönlendirilebilmiştir. Bunun nedeni revirde yıl boyu herhangi bir psikiyatristin bulunmamış olmasıdır. Acil durumda gelen öğrenci olduğunda ambulans ile hastaneye yönlendirilmiştir.

Bu yıl da 8 görüşme ile sınırlı kısa süreli danışmanlık ile öğrencilere psikolojik yardım sunulmuş,

uzun süreli destek gereken durumlar için anlaşma ile öğrencilerimize indirim yapmalarını sağlayabildiğimiz uzman ağıma yönlendirmeler yapılmıştır.

Tablo 1. Bireysel Danışma Başvurusunda Bulunan Öğrencilerin Hizmet Kullanım Dağılımı*

Hizmet Türü	Sayı	Yüzde
Bireysel görüşme	486	59
Uzman ağı	341	41
Hastane	156	19
Okul içi birim	78	9
Revir	7	0,8
Tek görüşme	2	0,2
Grup çalışması	1	0,1
Danışmanlıktan vazgeçen	46	5,5
Toplam hizmetten yararlananlar	830	100

*Bazı öğrenciler birden fazla seçeneğe yönlendirilmiş olduğundan toplam yararlanan hizmet sayısı, başvuru sayısından fazladır. Yüzdelik hesaplamada toplam başvuru sayısı değil, toplam hizmetten yararlanan sayısı dikkate alınmıştır.

Tablo 2’de başvuruda bulunmuş öğrencilerin öngörüşme formlarındaki başvuru nedenlerinin dağılımları gösterilmektedir. Başvuru nedenleri, önceden belirlenen gruplara göre, öğrencinin başvuru formunda en fazla yakınma belirttiği konular gözetilerek sınıflandırılmıştır.

Öğrenciler çok çeşitli nedenlerle merkezimize bireysel danışmanlık başvurusunda bulunmuşlardır. Bir öğrenci çoğu zaman birden fazla nedenle başvuru yapabilmektedir. Örneğin, öğrenciler hem duygudurum sorunları hem ilişkisel zorluklar hem de akademik kaygı yaşayabilmektedir.

Dolayısıyla bu tablodaki sayılar bu durum göz önüne alınarak değerlendirilmelidir. Yüzdelik oran, ilgili sorun alanında sorun yaşadığını belirten öğrenci sayısının, o alanda toplam başvuru yapan öğrenci sayısına olan oranını göstermektedir. Tablo 2’ye bakıldığında, başvuru nedenlerinin başında sırasıyla, kaygı sorunları (%94), ilişkisel zorluklar (%84), akademik sorunlar (%75) gelmektedir.

Tablo 2. Bireysel Danışma Başvurusundaki Nedenlerin Dağılımı

Başvuru nedeni	Sayı	Yüzde
Kaygı sorunları	786	94
İlişkisel zorluklar	699	84
Akademik sorunlar	621	75
Travmatik yaşantı	410	49
Duygudurum sorunları	385	46
Bedensel yakınmalar	357	43
Üniversiteye uyum sorunları	353	43
İntihar düşüncesi	248	30
Bağımlılık	217	26
Cinsel işlev/kimlik sorunları	198	24
Toplam Öğrenci	830	100

2. GRUP ÇALIŞMALARI

Ocak 2023–Aralık 2023 arası yürütölmüş olan grup çalışmaları Tablo 3’te gösterilmiştir.

Tablo 3. Grup Çalışmaları, Söyleşiler ve Katılımcı Sayıları

Çalışma Başlığı	Uzman/Düzenleyen	Tarih	Sayı
Paylaşım Grubu	BÜREM	Ocak 2023	Tek oturum / 10 kişi
Paylaşım Grubu	BÜREM	Şubat 2023	Tek oturum / 15 kişi
Rahatlama Grubu	Dr. Öğr. Üyesi Gizem Toska	Şubat 2023	12 oturum / 10 kişi
Uzman Paylaşım Grubu	BÜREM	Şubat 2023	3 oturum / 10 kişi
Paylaşım Grubu	BÜREM	Mart 2023	Tek oturum / 12 kişi
Yiyeceklerle Barışıyorum	Dr. Öğr. Üyesi Gizem Toska	Mart 2023	7 oturum / 10 kişi
Yiyeceklerle Barışıyorum	Dr. Öğr. Üyesi Gizem Toska	Mart 2023	7 oturum / 10 kişi
Duygusal Dayanıklılık	Psk. Dan. Şevval Betöl Güran & Psk. Dan Merve Başat	Mart 2023	7 oturum / 10 kişi
Duygusal Dayanıklılık	Psk. Dan. Bihter Topyay & Psk. Dan. Binnur Yeter	Mart 2023	7 oturum /10 kişi
Geleceğimizi İnşa Etmek	BÜREM	Nisan 2023	Tek oturum / 20 kişi
Boğaziçi’nin İlk Yıllarında Zorluklarla Başa Çıkmak	Psk. Dan. Esra Büyük ve Psk. Dan. Pınar Arslan Çetin	Nisan 2023	6 oturum / 10 kişi
Kariyer Odaklı Grup Çalışması	Psk. Dan. Sevgi Tüccar ve Psk. Dan. Selen Erbay	Nisan 2023	7 oturum / 10 kişi

Gelişim Atölyesi	BÜREM	Mayıs 2023	Tek oturum / 12 kişi
Toplam katılımcı			149 kişi

3. HİZMET-İÇİ EĞİTİM VE ETKİNLİKLER

BÜREM çalışmalarının düzenli olarak işlemlerini sağlamak üzere tüm yıl boyunca, haftada 2 saat merkezin işleyişiyle ilgili Merkez Kurulu toplantıları, haftada 1 saat de çalışan uzmanların kendi arasındaki iç yönetim toplantıları yapılmıştır.

BÜREM uzmanlarının mesleki gelişimlerini desteklemek adına kısmi zamanlı uzman Gülbin Öztürk Tüter, uzmanlarımıza süpervizyon vermiştir. Eylül ayı itibariyle BÜREM uzmanlarının süpervizyon süreci BÜREM başkanı Dr. Öğr. Üyesi Ayşe Akan tarafından sağlanmıştır. Dr. Öğr. Üyesi Ayşe Akan'ın sağladığı süpervizyon oturumuna paralel olarak, yine Eylül ayında Dr. Öğr. Üyesi Zehra Merve Kaya tarafından gönüllü uzmanlarımıza yönelik psikodinamik yönelimli süpervizyon sağlanmıştır. Uzmanlarımız her hafta düzenli olarak iki saat süre ile bireysel danışmanlık grup süpervizyonu almışlardır.

Uzmanlarımız kendilerini mesleki açıdan geliştirerek öğrencilere daha iyi hizmet verebilmek ve bilgi paylaşımında bulunmak için bu yıl da kurum dışında farklı mesleki çalışmalara katılmışlardır. Uzmanlarımızın katıldığı mesleki çalışmalar Tablo 4’de gösterilmiştir.

Tablo 4. BÜREM Uzmanları Mesleki Gelişim Çalışmalarının Dökümü

Etkinlik	Düzenleyen Kurum	Tarih	Katılanlar
Dinamik Psikoterapide Teknik ve Pratik Seminer Dizisi	İçgörü Akademi	Kasım 2022 Ekim 2023	Hilal Nur Sert
Dinamik Psikoterapide Teknik ve Pratik Seminer Dizisi	İçgörü Akademi	Ekim 2023- Haziran 2024	Eda Ataseven
Dinamik Psikoterapi Konsültasyon Grubu	İçgörü Akademi	Kasım 2023- Temmuz 2024	Hilal Nur SERT
Psikanalizden Dinamik Psikoterapilere Seminer Dizisi	İçgörü Akademi	Eylül 2023- Haziran 2024	Hilal Nur SERT

4. İDARİ İŞLEYİŞ

BÜREM’de, Ocak 2023- Aralık 2023 tarihleri arasında farklı zamanlarda yaşanan değişimlerle toplamda 7 tam zamanlı uzman (Berta Moreno, Meltem Aydoğdu Sevgi, Hilal Nur Sert, Eda Ataseven Coşkun, Feyzanur Koçyiğit, Jale Füsün Önal ve Ela Ural İmre) görev almıştır. Feyzanur Koçyiğit ekibe Haziran ayında dahil olurken, Berta Moreno emeklilik nedeniyle Mart ayı itibariyle, Ela Ural İmre ise özel sebeplerle Eylül ayı itibariyle görevinden ayrılmıştır. Jale Füsün Önal ise yıllık izin kullanımı, raporlu olunan dönem ve ücretsiz izin dönemleriyle beraber Nisan ayından itibaren görevine aktif devam etmemiştir.

6 Eylül 2023 tarihinde BÜREM başkanı değişmiş, Doç. Dr. Deniz Albayrak-Kaymak’ın yürüttüğü başkanlık sürecini Psikoloji bölümünün akademisyenlerinden Klinik Psikolog Dr. Öğr. Üyesi Ayşe Akan devralmıştır.

Eylül 2023 tarihinde Eğitim Fakültesinden Doç. Dr. Gamze İnan ve Psikoloji bölümünden Dr Öğretim Üyesi Safa Kemal Kaptan BÜREM yönetim kuruluna atanmıştır.

27 Eylül 2023 tarihinde Hilal Nur Sert’in yürütmekte olduğu başkan yardımcılığı görevini Meltem Aydoğdu Sevgi devralmıştır.

5. DİĞER BİRİMLERLE ORTAK ÇALIŞMALAR

Diğer birimlerle yapılan ortak çalışmalar kapsamında, 2023 yılı boyunca öğrencilere sunulan hizmetlerimizin geliştirilmesine katkı sağlayan çalışmalar aşağıda özetlenmiştir.

2023-2024 Akademik Yılı başlangıcında Üniversiteyi Tanıma Programında, hizmetlerimizin tanıtımı için öğrencilere tanıtım sunumu yapılmıştır. Bu tanıtım sunumunda uzmanımız Feyzanur Koçyiğit görev almıştır.

Deprem döneminde rektörlükle birlikte depremde doğrudan etkilenen öğrencilerin ihtiyaçlarına yönelik görüşmeler ve planlamalar yapılmıştır. Bu doğrultuda 1200 öğrenci ile iletişime geçilmiş, rektörlükle iş birliği içerisinde ihtiyaçlarına uygun psikososyal destek sağlanmıştır. Psikolojik destek tarafında BÜREM uzmanları ve gönüllü destek ekibi yardımcı olmuş, yurt ve maddi ihtiyaçlar konusunda öğrenci dekanlığından destek alınmıştır.

Uzmanlarımızdan Eda Ataseven CİTÖK birimine temsilcilik rolü ile destek vermiştir.

6. DEĞERLENDİRME, KAYNAK OLUŞTURMA VE ARAŞTIRMA

Hizmetlerimizin koruyucu/önleyici işlevini sürdürmek amacıyla geçmiş yıllarda basılmış olan broşürler bu yıl da yeniden düzenlenip BÜREM'in internet sitesinde güncel halleriyle çevrimiçi olarak yayımlanmıştır.

Öğrencilerin hizmetlerimize uzaktan başvuru yapabilmeleri için uygulamasına geçilen çevrimiçi başvuru sisteminin kullanımına 2023 yılında devam edilmiştir.

BÜREM tarafından organize edilen etkinlik ve seminerler ÖBİKAS sistemi üzerinden e-posta ile duyurulmuştur.

7. TARTIŞMA

Geçen yıllarda olduğu gibi, bu yıl da öğrencilerin hizmetlerimize oldukça yoğun olarak başvurduğu gözlemlenmiştir. Bu eğitim yılında başvuru sayılarında istatistiksel olarak anlamlı etki doğurabilecek iki majör durum gerçekleşmiştir. Bunlardan ilki 6 Şubat depremi nedeniyle Şubat-Haziran ayları arasında yalnızca acil durumdaki öğrencilere ve depremden etkilenen öğrencilere hizmet verilmiş olmasıdır. Diğer önemli durum ise, Eylül ve Ekim ayları boyunca BÜREM ofisinin SKS birimiyle ortaklaşa kullanılma mecburiyeti doğması ve bu nedenle o dönemde görüşmelerin çevrimiçi sistemle sınırlandırılmış olmasıdır. Başvuru sayılarını analiz ederken bu iki önemli faktörü değerlendirmeye katmak önem arz etmektedir. Başvurular rakamsal olarak önceki yıla benzer görünse de yaşanan sınırlandırmaları göz önüne aldığımızda BÜREM'e duyulan ihtiyacın mevcut rakamlardan daha yüksek olabileceği görülmektedir.

Azalan uzman sayısı nedeniyle oluşan uzman ihtiyacı ve başvuruların fazlalığı haftalık toplantılarda ele alınmış ve yıl içerisinde farklı zamanlarda yönetim ile paylaşılmıştır. Yönetim kadro talebinde bulunsa da Yüksek Öğretim Kurulu (YÖK) tarafından kadro alınamadığı için bu konuda istenilen sonuç henüz alınamamıştır. Birimde çalışan uzman sayısının azalması, ihtiyacın daha kısa sürede karşılanamamasına ve bekleme sürelerinin uzamasına yol açarak az sayıdaki uzmanımız üzerindeki mesleki yıpranmayı arttırmakta ve seans dışı sorumlulukları da yoğunlaştırmaktadır.

Artan başvurular nedeniyle bireysel görüşme için oluşan talep yoğunluğunun uzun bekleme sırasına neden olması gerekçesiyle 2020-2021 eğitim öğretim yılının bahar döneminde alınan “bireysel görüşmelerin 8 oturum ile sınırlandırılması” kararı bu yıl da uygulanmıştır. Ancak uzun süreli bireysel danışmaya gereksinim duyan öğrenci sayısı geçen yıl olduğu gibi bu yıl da mevcut kapasiteyle karşılanabilecek düzeyin üzerinde olmuştur. Kısa süreyle yapılan görüşmelerle bu gereksinimlere yeterli karşılık verilememektedir.

Öğrencilere olan desteği genişletmek amacıyla, daha uzun süreli danışmanlık hizmetinden yararlanabilecek olan öğrenciler üniversite öğrencilerimiz için hazırlamış olduğumuz uzman ağı ile piyasaya göre düşük ücretle (350-650TL) psikoterapi hizmeti veren meslektaşlarımıza yönlendirilmiştir. Yönlendirme listemizdeki uzmanlarımız ve gönüllü destek sağlayan uzmanlarımız da pandemi süresinde başlattığımız çevrimiçi hizmeti bu yıl da devam ettirdikleri için İstanbul dışında yaşayan, tatil döneminde il dışında ya da aile yanında olan öğrencilerimize de bu olanaklardan kesintisiz yararlanma olanağı oluşturabilmişlerdir. Mesleki gönüllülükle öğrencilerimize hizmet sağlayan meslektaşlarımıza teşekkürü bir borç biliriz.

Üniversitemizde psikiyatrin bulunmaması ve dışarıdaki kurumlara yönlendirme yapmak öğrencilerin psikiyatri desteği alıp almadıklarını izlememizin önüne geçmektedir. Yüksek intihar riski ile gelen başvuru oranları geçen yıllarda %1 ila %6 arasındayken, 2023 yılında %30’a çıkarak ciddi artış göstermiştir. İntihar riskinin en yüksek oranı gördüğü yılda üniversitemizde kadrolu çalışan bir psikiyatr olmadan yalnızca kampüs dışı psikiyatri yönlendirmesi (devlet hastaneleri, özel merkezler vb) yaparak çalışmak uzmanlar açısından riskli ve zorlayıcı olmuştur.

Pandemi döneminde başlattığımız çevrimiçi görüşmeler öğrenciler kampüste olsa bile ¼ oranında devam göstermiştir. Böylece öğrenciler kesintisiz bir destek olanağının varlığıyla tatil dönemlerinde de görüşmelerini sürdürebilmiş ve görüşme için oluşan sıra daha hızlı ilerleyebilmiştir. Öğrenciler için yararlı olduğunu gözlediğimiz bu hibrit çalışma modelinin önümüzdeki dönemlerde de talep doğrultusunda devam etmesi ön görülmektedir.