

2024

BOĞAZİÇİ ÜNİVERSİTESİ

ÖĞRENCİ REHBERLİK VE

PSİKOLOJİK DANIŞMANLIK

MERKEZİ

(BÜREM)

ÇALIŞMA RAPORU

Raportör

Klinik. Psk. Hilal Nur Gemici

İÇİNDEKİLER

Özet

1. Bireysel Danışma
2. Grup Çalışmaları
3. Hizmet-içi Eğitim ve Etkinlikler
4. Diğer Birimlerle Ortak Çalışma
5. Değerlendirme, Kaynak Oluşturma ve Araştırma
6. Tartışma

TABLÖLER

1. Bireysel Danışma Başvurusunda Bulunan Öğrencilerin Hizmetleri Kullanım Dağılımları
2. Bireysel Danışma Başvurusundaki Nedenlerin Dağılımı
2. Grup Çalışmalarının Dökümü
4. BÜREM Personelinin Kurum-içi/ dışı Katıldığı ve Hizmet-içi Eğitim Etkinliklerinin Dökümü

2024

BOĞAZİÇİ ÜNİVERSİTESİ

REHBERLİK VE PSİKOLOJİK DANIŞMANLIK MERKEZİ

(BÜREM)

ÇALIŞMA RAPORU

Özet

BÜREM' in 2024 yılındaki (01 Ocak 2024 - 31 Aralık 2024) etkinlikleri bu raporda beş ana başlık altında sıralanmıştır. Bunlar, 1. Bireysel danışmanlık, 2. Grup çalışmaları, 3. Hizmet-içi eğitim ve etkinlikler, 4. Diğer birimlerle ortak çalışmalar ve 5. Değerlendirme, kaynak oluşturma ve araştırmadır. Merkezimize 1 Ocak 2024 ile 31 Aralık 2024 tarihleri arasında hizmet almak için 712 öğrenci başvurmuştur. Yapılan ön görüşmeler doğrultusunda bu öğrenciler kişisel gereksinimlerine uygun hizmetlere yönlendirilmiştir. Bu sayıya ek olarak, yaklaşık 206 öğrenci tüm öğrencilere açık olarak duyurulan grup ve atölye çalışmalarına katılmıştır. Başvurularda en sık belirtilen sıkıntılar geçen yıllarda olduğu gibi duygudurum ve kaygı sorunları olmuştur. Bu yıl da öğrencilerin ciddi şikayetlerle başvuruda bulunduğu gözlenmiş, 64 öğrenci kurum dışı psikiyatrik hizmetlere yönlendirilmiştir. Yıl boyunca toplam 328 öğrenci bireysel görüşmelere, 273 öğrenci indirimli psikoterapi görüşmelerine, 298 öğrenci grup çalışmalarına, 64 öğrenci kurum dışı psikiyatri desteğine yönlendirilmiş olup 83 öğrenci ön görüşme randevusuna katılmamıştır. Bunun yanı sıra 15 öğrenci acil görüşmeye alınmış, 31

öğrenci ile tek seanslık takip görüşmeleri gerçekleştirilmiştir. BÜREM uzmanları yıl boyunca mesleki gelişimleri için her hafta düzenli olarak gözetime katılmışlardır.

2024 YILI

BÜREM ÇALIŞMA RAPORU

Bu raporda 01 Ocak 2024 - 31 Aralık 2024 tarihleri arasında BÜREM’de çalışan (tam zamanlı, kısmi zamanlı ve gönüllü) uzmanlar tarafından verilmiş olan rehberlik ve psikolojik danışmanlık hizmetleri özetlenmiştir. Hizmetler beş ayrı başlık altında toplanmıştır: 1. Bireysel Danışmanlık, 2. Grup Çalışmaları, 3. Hizmet-içi Eğitim ve Etkinlikler, 4. Diğer Birimlerle Ortak Çalışmalar ve 5. Değerlendirme, Kaynak Oluşturma ve Araştırma.

1. BİREYSEL DANIŞMA

Tablo 1’de 01 Ocak 2024 - 31 Aralık 2024 tarihleri arasında merkezimize başvuruda bulunan öğrencilere sunulan çeşitli hizmetlerin sayı ve yüzdeleri bulunmaktadır. Yıl boyunca BÜREM’e 711 öğrenci başvurmuştur. Başvuruda bulunan öğrencilerin 480’i (% 67’si) kadın, 217’si (% 30’u) erkek, 13’ü (%2’si) diğer, 2’si (%0.3’ü) ise cevap yok seçeneğini işaretlemiştir. Başvuruda bulunan öğrencilerin %9’u (64 öğrenci) kurum dışı psikiyatri desteğine yönlendirilmiştir. Bu yıl BÜPAM’a merkezde bireysel danışmanlık hizmeti bulunmaması sebebiyle öğrenci yönlendirilememiştir. Kısa süreli danışmanlık ile öğrencilerin gereksinimleri karşılanmaya çalışılmış, uzun dönemli destek gereken durumlar için indirimli ücretle çalışan özel merkezlere ve ücretsiz çalışan Boğaziçi Üniversitesi Klinik Psikoloji yüksek lisans programı stajyerlerine yönlendirme yapılmıştır.

Tablo 1. Bireysel Danışma Başvurusunda Bulunan Öğrencilerin Hizmetleri Kullanım Dağılımları

Hizmet Türü	Sayı	Yüzde
Bireysel görüşmeye yönlendirilenler	328	49
Özel merkeze yönlendirilenler	273	38
Mediko’ya yönlendirilenler	0	0
Gruba yönlendirilenler	298	42

Kurum dışı psikiyatriye yönlendirilenler	64	9
BÜPAM'a yönlendirilenler	0	0
Ön görüşmeye gelmeyenler	83	12
Tek görüşmeye alınanlar	31	44
Acil görüşmeye alınanlar	15	2

Başvuruda bulunan toplam öğrenci sayısı 711

*Bazı öğrenciler birden fazla seçeneğe yönlendirilmişlerdir. Bu nedenle, yüzdelik dilimlerin toplamı %100'den fazla olabilir.

Tablo 2'de BÜREM'e başvuru yapmış olan öğrencilerin ön görüşme formlarındaki başvuru nedenlerinin dağılımları gösterilmektedir. Başvuru nedenleri, önceden belirlenen gruplara göre, öğrencinin ön görüşmesini yapan uzman tarafından, ön görüşme sırasında edinilen bilgiler değerlendirilerek sınıflandırılmıştır.

Tablo 2. Bireysel Danışma Başvurusundaki Nedenlerinin Dağılımı

Başvuru Nedeni	Sayı	Yüzde*
Duygudurum Sorunları	431	%60
Kaygı Sorunları	448	%63
İlişkisel Zorluklar	315	%44
Akademik Sorunlar	270	%38
Bedensel Yakınmalar	134	%19
Üniversiteye Uyum	131	%18
Bağımlılık	60	%8
Travmatik Yaşantı	148	%20
İntihar Düşüncesi	65	%9
Cinsel İşlev/kimlik sorunları	70	%10

Başvuruda Bulunan Toplam Öğrenci Sayısı 712

*Bazı öğrenciler birden fazla sorun alanı ile başvurdukları için, yüzdelik dilimlerin toplamı %100'den fazla olabilir.

Öğrenciler çeşitli nedenlerle merkezimize bireysel danışmanlık başvurusunda bulunmuşlardır. Bir öğrenci çoğu zaman birden fazla nedenle başvuru yapmakta, örneğin, hem duygudurum sorunları, hem de akademik ve mesleki kaygı yaşayabilmektedir. Dolayısıyla bu tablodaki

sayılar bu durum göz önüne alınarak değerlendirilmelidir. Tablo 2’ye bakıldığında, başvuru nedenlerinin başında sırasıyla, Kaygı (%63), duygudurum sorunları (%60), ilişki sorunları (%44), akademik sorunlar (%38) ve travmatik yaşantı (%20) gelmektedir. Sorunların sıralaması geçen yıllarla benzerlik göstermiştir. Özellikle duygudurum, kaygı, ilişki sorunları ve akademik sorunlar 2011 yılından beri aynı sıralama ile en çok başvuru nedenleri arasında yer almaktadır.

2. GRUP ÇALIŞMALARI

Tablo 3’de görülmekte olduğu gibi, 2024 yılı boyunca 10 grup çalışması ve 3 seminer gerçekleştirilmiştir. Grup çalışmaları ve seminerlere toplam 298 öğrenci katılmıştır.

Tablo 3. Grup Çalışmalarının Dökümü

Grubun Adı	Üye sayısı	Süresi	Lideri	Dönemi
Vefat Sonrası Destek Grubu (Türkçe)	0	2 oturum	Meltem Aydoğdu Sevgi	Güz
Vefat Sonrası Destek Grubu (İngilizce)	0	2 oturum	Zehra Merve Kaya	Güz
Gazze Paylaşım Çemberi	1	2 oturum	Feyzanur Koçyiğit	Güz/Bahar
Romantik Yalnızlıkla Başa Çıkma Grup Çalışması	11	6 oturum	Emine Yüksel Feyzanur Koçyiğit	Güz
Dijital Varoluş ve BÜREM Tanıtımı-YADYOK	30	Tek oturum	Feyzanur Koçyiğit	Güz
Sınav Kaygısıyla Başa Çıkma	30	Tek oturum	Feyzanur Koçyiğit	Bahar
Duyguları İfade Etme ve Dönüştürme	10	Tek oturum	Rana Bayat Feyzanur Koçyiğit	Bahar
Özşefkat Semineri	20	Tek oturum	Feyzanur Koçyiğit	Bahar

Sanat Destekli Psikoterapi Atölyesi	16	İki oturum	Funda Kırbaş Feyzanur Koçyiğit	Bahar
Yaşam Ağacı Sanat Atölyesi	6	Tek oturum	Zeynep Doğru Feyzanur Koçyiğit	Bahar
Porno Mastürbasyon Orgazm (PMO) Bağımlılığı	152	Tek oturum	Umut Bural Feyzanur Koçyiğit	Bahar
Yalnız Değilsiniz: BÜ'de Psikolojik Danışma ve Destek / BÜREM	20	Tek oturum	Ayşe Akan Hilal Nur Gemici	Güz
Vefat Sonrası Destek Grubu	2	İki Oturum	Feyzanur Koçyiğit Hilal Nur Gemici	Güz
TOPLAM	298			

HİZMET-İÇİ EĞİTİM VE ETKİNLİKLER

BÜREM’de, Ocak 2024-Mayıs 2024 tarihlerinde 4 tam zamanlı uzman (Meltem Aydoğdu Sevgi, Eda Ataseven Coşkun, Hilal Nur Sert, Feyzanur Koçyiğit) görev almıştır. Mayıs 2024’te Meltem Aydoğdu Sevgi’nin emekli olması ve Eda Ataseven Coşkun’un doğum iznine ayrılmasıyla, aktif görevde kalan uzman sayımız ikiye düşmüştür. Mayıs 2024 tarihinde BÜREM Başkan Yardımcılığını Klinik Psikolog Hilal Nur Sert, Klinik Psikolog Meltem Aydoğdu Sevgi’den devralmıştır. BÜREM çalışmalarının düzenli olarak işlenmesini sağlamak üzere tüm yıl boyunca, haftada 2 saat, merkezin işleyişiyle ilgili Yönetim Kurulu toplantıları, haftada 1,5 saat de çalışan uzmanların kendi arasındaki iç süpervizyon toplantıları yapılmaya devam etmiştir.

BÜREM uzmanları ve BÜREM’e gönüllü destek sunan uzmanlar tüm yıl boyunca her hafta düzenli olarak Dr. Ayşe Akan ve Dr. Zehra Merve Kaya’nın gönüllü katkısıyla iki saat süre ile grup süpervizyonu almaya bu yıl da devam etmişlerdir. BÜREM çalışanları kendilerini

mesleki açıdan geliştirerek öğrencilere daha iyi hizmet verebilmek ve bilgi paylaşımında bulunmak için her yıl olduğu gibi bu yıl da kurum dışında farklı mesleki çalışmalara kendi olanakları dahilinde katılmışlardır. Tablo 4 bu çalışmaların ve BÜREM’de görev yapan uzman katılımcıların dökümünü sunmaktadır.

Tablo 4. BÜREM Kadrolu Personeli Mesleki Gelişim Çalışmalarının Dökümü

Etkinlik	Düzenleyen Kurum ya da Kişi	Tarih	Katılanlar
Süpervizyon	Dr. Ayşe Akan	Ocak 2024- Aralık 2024	Eda Ataseven Coşkun Hilal Nur Sert Feyzanur Koçyiğit
Psikodinamik Konsültasyon Grubu	Yavuz Erten İçgörü Akademi	Aralık 2023 Haziran 2024	Hilal Nur Sert
İngilizce Kursu	BÜYEM	Aralık 2024- Devam Ediyor	Hilal Nur Gemici
Temel Varoluşçu Analiz Eğitimi	Varoluşçu Akademi	Ekim 204- Devam Ediyor	Feyzanur Koçyiğit
Dinamik Psikoterapide Teknik ve Pratik	Yavuz Erten İçgörü Akademi	Ekim 2024 Devam Ediyor	Eda Ataseven Coşkun

4. DİĞER BİRİMLERLE ORTAK ÇALIŞMA

Diğer birimlerle yapılan ortak çalışmalar kapsamında, 2024 yılı boyunca öğrencilere sunulan hizmetlerimizin geliştirilmesine katkı sağlayan, farklı birimlerin katılım gösterdiği çeşitli toplantılar gerçekleştirilmiş ve gereksinimlere yönelik olarak BÜREM uzmanları tarafından çeşitli çalışmalar yürütülmüştür.

Akademik yılın başlangıcında, Öğrenci İşleri Dekanlığı tarafından düzenlenen Üniversiteyi Tanıma (Oryantasyon) Programında (Eylül 2024) BÜREM tanıtımı için öğrencilere sunum yapılmıştır. Sunumda BÜREM tanıtımını BÜREM başkanı Dr. Ayşe Akan ve BÜREM uzmanı Klinik Psk. Hilal Nur Gemici gerçekleştirmiştir.

Ocak 2024 tarihinde “BÜREM Tanıtım” içeriğinin BÜREM Başkanı Dr. Ayşe Akan tarafından kontrolü sağlanmış ve Klinik Psk. Eda Ataseven Coşkun tarafından sunum hazırlanmıştır.

25 Temmuz 2024 tarihinde “Dijital Eğitim Koordinatörlüğü” ile BÜREM uzmanı Feyzanur Koçyiğit’in katılımıyla “BÜREM Tanıtım” video çekimi yapılmıştır.

Şubat 2024 tarihinde Klinik Psk. Meltem Aydoğdu Sevgi ve Klinik Psk. Eda Ataseven Coşkun tarafından hazırlanan “Psikolojik Sorunlar Yaşayan Öğrencilerimizi Nasıl Fark Ederiz?” sunumu hazırlanmıştır.

19 Eylül 2024 tarihinde “Dijital Eğitim Koordinatörlüğü” ile BÜREM uzmanı Feyzanur Koçyiğit’in katılımıyla üniversite personeline yönelik “Psikolojik Sorunlar Yaşayan Öğrencilerimizi Nasıl Fark Ederiz?” video çekimi yapılmıştır.

1 Şubat 2024 tarihinde BÜREM uzmanı Hilal Nur Sert Strateji Geliştirme Başkanlığının düzenlemiş olduğu BÜVES toplantısına katılmıştır.

8 Mart 2024 tarihinde okulumuzun ÖTK temsilcileri ile toplantıda öğrencilerin BÜREM ile ilgili geribildirimleri, ihtiyaç duydukları hizmetler değerlendirilmiş olup ÖTK ve BÜREM arasındaki ilişkinin geliştirilmesi konuşulmuştur.

Mart 2024 tarihinde Klinik Psk. Hilal Nur Gemici, GETEM ile engelli öğrencilerimizin destek süreçlerine dair bilgi paylaşımında bulunmuştur.

18 Nisan 2024 tarihinde Anadolu Hisarı kampüsünde YADYOK'un talebi doğrultusunda Hazırlık öğrencilerimize yönelik BÜREM uzmanı Klinik Psk. Feyzanur Koçyiğit tarafından "Sınav Kaygısıyla Başa Çıkma" semineri verilmiştir.

25-27 Haziran 2024 tarihlerinde, Organizasyonel Gelişim ve Planlama Şube Müdürlüğü Birim Sorumlusu Bahadır Sesli ve Yaver Hüseyinzade ile BÜREM – Rehberlik ve Psikolojik Danışma Merkezi uzmanları Hilal Nur Sert ve Feyzanur Koçyiğit'in katılımıyla 'Süreç Çizimleri' toplantıları gerçekleştirilmiştir.

Ekim 2024 tarihinde Organizasyonel Gelişim Şube Müdürlüğü Birimi tarafından talep edilen "Boğaziçi Üniversitesi İş Analiz Formu" Klinik Psk. Hilal Nur Gemici ve Klinik Psk. Feyzanur Koçyiğit tarafından düzenlenip ilgili birime iletilmiştir.

25 Aralık 2024 tarihinde Anadolu Hisarı kampüsünde YADYOK'un talebi doğrultusunda Hazırlık öğrencilerimize yönelik BÜREM uzmanı Klinik Psk. Feyzanur Koçyiğit tarafından "Teknoloji Bağımlılığı Semineri" gerçekleştirilmiştir.

Aralık 2024 tarihinde Feyzanur Koçyiğit "Kariyer Merkezinin" başlatacağı "Kariyer Danışmanlığı" süreçlerinde yardımcı olması adına BÜREM modelinin tanıtımı için Asiye YÜKSEL ile toplantıya katılmıştır.

Öğrencilerinin psikolojik durumları hakkında BÜREM ile bireysel olarak iletişime geçen akademik personele, öğrencinin yaşadığı süreçte nasıl ilerlemeleri gerektiği konusunda bilgi verilmiştir.

5. DEĞERLENDİRME, KAYNAK OLUŞTURMA VE ARAŞTIRMA

BÜREM koruyucu işlevini sürdürmek amacıyla, geçmiş yıllarda basılmış olan broşürler bu yıl da güncellenerek yeniden yayımlanmıştır. Broşürler daha geniş bir kitleye yayılabilmesi için BÜREM'in internet sitesine yüklenmiştir. BÜREM websitemizde yer alan bilgiler de güncellenmiştir.

BÜREM başkanı Dr Ayşe Akan'ın yönetiminde gerçekleştirilen, 20022 koduyla BAP tarafından desteklenen "Üniversite Öğrencilerinin Duygusal İyi Oluş Halini Bilişsel ve Diyalektik Davranışçı Psikoterapötik Yaklaşımlarla Grup Ortamında İyileştirme

(UniWELL)” başlıklı projenin altyapısı hazırlanmış ve BÜREM de projenin paydaşlarından biri olmuştur. İlgili proje kapsamında 2025 yılında isteyen öğrencilerimize Bilişsel Davranışçı Terapi ve Diyalektik Davranışçı Terapi esaslarıyla hazırlanan grup terapileri sunulacaktır. İlgili çalışmanın sonuçları bilimsel ortamlarda paylaşılacaktır.

Ek olarak, üniversitemizin Psikoloji Bölümü Klinik Psikoloji anabilim dalında doktor öğretim üyesi olarak görev yapan Dr Safa Kemal Kaptan’ın süpervizyonluğunda "Üniversite Öğrencilerinde Maladaptif Gündüzdüşüne Yönelik Kabul ve Kararlılık Terapisi: Bir Vaka Serisi Çalışması (Acceptance and Commitment Therapy for Maladaptive Daydreaming Among University Students: A Case Series)" başlıklı proje için anlaşma sağlanmış olup BÜREM de projenin paydaşlarından biri olmuştur. İlgili proje kapsamında 2025 yılında projeye katılım sağlamaya gönüllü olan 8 öğrencimize 7 seanslık Kabul ve Kararlılık Terapisi sağlanacaktır. İlgili çalışmanın sonuçları bilimsel ortamda paylaşılacaktır.

6. TARTIŞMA

Geçen yıllarda olduğu gibi, bu yıl da hizmetlerimize öğrencilerin yoğun olarak başvurduğu gözlemlenmiştir. Bireysel görüşme için olan talep yoğunluğunun uzun bekleme sırasının oluşmasına neden olması gerekçesiyle, üç yıl önce alınmış olan “bireysel görüşmelerin 8 oturum ile sınırlandırılması kararı” bu yıl da uygulanmıştır. Böylece başvurmuş tüm öğrencilere kısıtlı zamanda da olsa hizmet verilmesi mümkün olmuştur. Ancak süreli bireysel danışmaya gereksinim duyan öğrenci sayısı oldukça fazladır, dolayısıyla kısa süreyle yapılan görüşmelerle bu gereksinimlere tam karşılık verilememektedir. Bu durum uzmanların da mesleki doyumunu olumsuz etkilemekte ve tükenmişlik duyma olasılığını artırmaktadır.

Öğrencilere olan desteği genişletmek amacıyla, daha uzun süreli danışmanlık hizmetinden yararlanması gerekli olanlar üniversite dışında ücretsiz hizmet alabilecekleri belediyelerin psikolojik danışmanlık merkezleri, devlet hastaneleri, Yeşilay gibi kurumlara yönlendirilmişler. Ayrıca yıl içerisinde öğrencilere uygun ücretli psikolojik destek sunabilecek uzmanlar ile görüşmeler yapılmış ekip kararı ile uzun süreli uygun ücretli yönlendirme ağlarımıza dahil edilmişlerdir.

BÜREM’de görev yapan uzman sayısının azlığı öğrencilerin hizmet için bekleme sürelerini arttırmıştır, bu nedenle uzman sayısının artmasına duyulan ihtiyaç Üniversite yönetimine

bildirilmiştir. Üniversite yönetimi, ilgili ihtiyacı karşılamak amacıyla çalışmaların sürdüğünü bize iletmiştir.

BÜREM'e başvuran öğrencilerin yaklaşık %9'u, Mediko-Sosyal'de psikiyatri hekimi bulunmaması nedeniyle kurum dışı psikiyatri desteğine yönlendirilmiştir. Psikolojik danışmanlık hizmetlerinin daha etkin ve sürdürülebilir bir şekilde sunulabilmesi için kurumumuzda bir psikiyatri hekiminin görev alması büyük önem taşımaktadır. Bu ihtiyaç, üniversite yönetimine iletilmiştir. Üniversite yönetimi, ilgili ihtiyacı karşılamak amacıyla çalışmaların son aşamasına geldiğini ve 2025 yılı itibarıyla MEDİKO'da bir psikiyatristin göreve başlayacağını bizlere iletmişlerdir.