

2021

**BOĞAZIÇI ÜNİVERSİTESİ
ÖĞRENCİ REHBERLİK VE
PSİKOLOJİK DANIŞMANLIK
MERKEZİ**

Ve

**BOĞAZIÇI ÜNİVERSİTESİ
SARITEPE KAMPÜSÜ ÖĞRENCİ DESTEK BİRİMİ
(BÜREM& BÜSÖD)
ÇALIŞMA RAPORU**

Raportör

Uzm. Psk. Meltem Aydoğdu Sevgi

Uzm. Psk. Dilan Tepret

İÇİNDEKİLER

Özet

1. Bireysel Danışma.....	5
2. Grup Çalışmaları.....	7
3. Hizmet-içi Eğitim ve Etkinlikler.....	8
4. Diğer Birimlerle Ortak Çalışma.....	10
5. Değerlendirme, Kaynak Oluşturma ve Araştırma.....	11
6. 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. BÜREM ve BÜSÖD Uzmanları Mesleki Gelişim Çalışmalarının Dökümü

2020

BOĞAZIÇI ÜNİVERSİTESİ

REHBERLİK VE PSİKOLOJİK DANIŞMANLIK MERKEZİ

(BÜREM VE BÜSÖD)

ÇALIŞMA RAPORU

Özet

BÜREM ve BÜSÖD' ün 2021 yılındaki (01 Ocak 2021 - 31 Aralık 2021) etkinlikleri bu raporda 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. Merkezimize hizmet almak için 765 öğrenci form doldurarak başvuru yapmıştır. Bu sayıya ek olarak 579 öğrenci tüm öğrencilere açık olan duyurulan grup çalışmalarına katılmıştır. BÜREM hizmetlerinden yararlanan toplam öğrenci sayısı 1344 olmuştur. Yapılan görüşmeler doğrultusunda bu öğrenciler gereksinimlerine uygun hizmetlere yönlendirilmiştir. Başvurularda en sık belirtilen sıkıntılar geçen yıllarda olduğu gibi duygudurum ve kaygı sorunları olmuştur. Bu yıl da, öğrencilerin ciddi sıkıntılarla başvuruda bulunduğu gözlenmiş, 50 öğrenci psikiyatrik hizmetlere yönlendirilmiştir. Yıl boyunca toplam 269 öğrenci bireysel görüşmelere yönlendirilmiştir. BÜREM ve BÜSÖD uzmanları yıl boyunca mesleki gelişimleri için her hafta düzenli olarak gözetime katılmışlardır. Yaşanmakta olan COVID-19 pandemisinde alınan kapanma önlemleri kapsamında ilk kez bütün BÜREM ve BÜSÖD uzmanları Skype yoluyla uzaktan bireysel psikolojik danışmaya ve Zoom üzerinden toplanmaya geçiş yapmışlardır.

2021 YILI

BÜREM ÇALIŞMA RAPORU

Bu raporda 01 Ocak 2021 - 31 Aralık 2021 tarihleri arasında BÜREM ve BÜSÖD'te verilmiş olan rehberlik ve psikolojik danışmanlık hizmetleri özetlenmiştir. Rapor, BÜREM ve BÜSÖD'te çalışan (tam zamanlı, kısmi zamanlı ve gönüllü) uzmanlar tarafından verilmekte olan hizmetlerle ilgili bilgi vermek amacıyla hazırlanmıştır. 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. COVID-19 salgını nedeniyle uzaktan çalışmaya geçilmek durumunda kalındığından hizmetlerimizden alınan ücret uygulaması sürdürülememiştir.

1. BİREYSEL DANIŞMANLIK

Tablo 1' de 01 Ocak 2021 - 31 Aralık 2021 tarihleri arasında merkezimize başvuruda bulunan öğrencilere sunulan çeşitli hizmetlerin sayısı ve yüzdeleri bulunmaktadır. Yıl boyunca BÜREM ve BÜSÖD'e 765 öğrenci başvurmuştur. Başvuruda bulunan öğrencilerin cinsiyetleri 498'i (%65)'i kadın, 259'u (%34) erkek ve 8'i (%1) diğer olarak belirtilmiştir.

Revire yönlendirilen öğrenci sayısı, COVID-19 önlemleri kapsamında girilen uzaktan eğitim nedeniyle öğrencilerin çoğunun şehir dışında bulunmasının etkisiyle, geçen yıla göre azalmıştır (50 öğrenci, %6,5). Öte yandan, hastaneye yapılan yönlendirme sayısında geçen yıla göre artış olmuştur (41, %5,3). Kısa süreli danışmanlık ile öğrencilerin ihtiyacı karşılanmaya çalışılmış, uzun dönemli destek gereken durumlar için anlaşma ile öğrencilerimize indirim yapmalarını sağlayabildiğimiz özel merkezlere yönlendirmeler yapılmıştır.

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

Hizmet Türü	Sayı	Yüzde
Bireysel görüşme	269	35
Özel merkez	254	33
Tek görüşme	84	11
Ön görüşmeye gelmeyenler	54	7
Revir	50	7
Hastane	41	5
Grup çalışması	13	2
Başvuran toplam öğrenci	765	100

*Bazı öğrenciler birden fazla seçeneğe yönlendirilmiştir. Bu nedenle, yüzdelik dilimler başvuruda bulunan toplam öğrenci sayısı olan 765 temel alınarak hesaplanmıştır.

Tablo 2’de BÜREM ve BÜSÖD’e başvuru yapmış olan öğrencilerin ön görüşme formlarındaki başvuru nedenlerinin dağılımları gösterilmektedir. Başvuru nedenleri, önceden belirlenen gruplara göre, öğrencinin başvuru formunda şikayetinin en fazla olduğunu belirttiği konular gözetilerek sınıflandırılmıştır.

Tablo 2. Bireysel Danışma Başvurusundaki Nedenlerin Dağılımı

Başvuru nedeni	Sayı	Yüzde
Kaygı sorunları	541	71
Duygu-durum sorunları	509	67
İlişkisel zorluklar	366	48
Akademik sorunlar	278	37
Travmatik yaşantı	165	22
Somatik şikayetler	133	17
Üniversiteye uyum sorunları	112	15
Cinsel işlev/kimlik sorunları	72	1
İntihar düşüncesi	71	1
Bağımlılık	67	1
Toplam Öğrenci	765	

Öğrenciler çok çeşitli nedenlerle merkezimize bireysel danışmanlık başvurusunda bulunmuşlardır. Bir öğrenci çoğu zaman birden fazla nedenle başvuru yapmakta, örneğin, hem duygu-durum sorunları, hem de akademik ve mesleki kaygı yaşayabilmektedir. Dolayısıyla bu tablodaki sayılar bu durum göz önüne alınarak değerlendirilmelidir. Yüzdeler oran, ilgili sorun alanında çok sorun yaşadığını belirten öğrenci sayısının, toplam başvuru yapan öğrenci sayısına olan oranını göstermektedir. Tablo 2'ye bakıldığında, başvuru nedenlerinin başında sırasıyla, kaygı (%71), duygu-durum sorunları (%67), ilişki sorunları (%48) ve akademik sorunlar (%37) gelmektedir. Bu durum geçen yıllarla benzerlik göstermiştir.

2. GRUP ÇALIŞMALARI

COVID-19 sürecinde üniversitenin uzaktan eğitime geçmesinin ardından 2021 yılında da grup çalışmaları çevrimiçi platformlarda gerçekleştirilmiştir. Ocak – Aralık 2021 arası yürütülmüş olan grup çalışmaları Tablo 3'de gösterilmiştir.

Tablo 3. Grup Çalışmaları ve Katılımcı Sayıları

Çalışma Başlığı	Uzman	Tarih	Sayı
Salgın Döneminde Ruhsallığımız	Uzm. Psk. Meltem Aydoğdu Sevgi Uzm. Psk. Dan. Berta Moreno	15.01.2021	5
Rahatlama Atölyesi	Dr. Psk. Dan. Gizem Toska Uzm. Psk. Jale Karaçengel	01.03.2021	70
Rahatlama Atölyesi	Uzm. Psk. Ela Ural Uzm. Psk. Seren Saltoğlu	04.03.2021	70
Rahatlama Atölyesi	Uzm. Psk. Jale Karaçengel Uzm. Psk. Hilal Nur Sert	08.03.2021	71
Rahatlama Atölyesi	Uzm. Psk. Meltem Aydoğdu Sevgi Uzm. Psk. Feyzan Ustamehmetoğlu	11.03.2021	70
Rahatlama Atölyesi	Uzm. Psk. Dan. Burcu Ceylan Çetin Uzm. Psk. Ekin Doğa Kozak	15.03.2021	60
Rahatlama Atölyesi	Uzm. Psk. Eda Ataseven Uzm. Psk. Merve İkizoğlu	18.03.2021	40
Rahatlama Atölyesi	Uzm. Psk. Ozan Akbaş	31.03.2021	25

	Uzm. Psk. Merve İkizoğlu		
Rahatlama Atölyesi	Uzm. Psk. Eda Ataseven Uzm. Psk. Dilan Tepret	07.04.2021	20
Rahatlama Atölyesi	Uzm. Psk. Ozan Akbaş Uzm. Psk. Seren Saltoğlu	14.04.2021	9
Rahatlama Atölyesi	Uzm. Psk. Dan. Berta Moreno Öğr. Dan. Funda Kocaarslan	21.04.2021	50
Rahatlama Atölyesi	Uzm. Psk. Jale Karaçengel Uzm. Psk. Ela Ural	28.04.2021	50
Hareket ve Dans Atölyesi	Cemile Toska	10.06.2021	15
Yangınlar Sonrası Destek Grubu	Dr. Psk. Dan. Gizem Toska Uzm. Psk. Ela Ural	23.08.2021	7
Yangınlar Sonrası Destek Grubu	Dr. Psk. Dan. Gizem Toska Uzm. Psk. Ela Ural	31.08.2021	5
Paylaşım Grubu	Uzm. Psk. Dan. Berta Moreno	13.12.2021	12
Toplam katılımcı			579

3. HİZMET-İÇİ EĞİTİM VE ETKİNLİKLER

BÜREM’de, Ocak 2021 - Aralık 2021 tarihlerinde 6 tam zamanlı uzman (Jale Karaçengel, Meltem Aydoğdu Sevgi, Berta Moreno, Hilal Nur Sert, Eda Ataseven, Ozan Akbaş) görev almıştır. Pandemi nedeniyle, 2020 yılında BÜREM’e destek vermeye başlayan BÜSÖD uzmanları Ela Ural ve Dilan Tepret, bu desteklerini 2021 yılında da sürdürmüştür.

Ekim 2021 tarihinde BÜREM başkan yardımcılığını Uzman Psikolog Eda Ataseven, Uzman Psikolog Jale Karaçengel’den devralmıştır. BÜREM ve BÜSÖD çalışmalarının düzenli olarak işlemlerini sağlamak üzere tüm yıl boyunca, haftada 2 saat, merkezin işleyişiyle ilgili Yönetim Kurulu toplantıları, haftada 1,5 saat, çalışan uzmanların kendi arasındaki iç gözetim toplantıları yapılmaya devam edilmiştir.

Bu yıl BÜREM’de kısmi zamanlı uzman Gülbin Öztürk Tüter, uzmanlarımıza gözetim vererek görev yapmıştır. Pandemi sebebiyle gözetim çalışması çevrimiçi olarak

gerçekleşmiştir. Uzmanlarımız her hafta düzenli olarak Gülbin Öztürk Tüter' den iki saat süre ile bireysel danışmanlık gözetimi almışlardır.

Uzmanlarımız kendilerini mesleki açıdan geliştirerek öğrencilere daha iyi hizmet verebilmek ve bilgi paylaşımında bulunmak için bu yıl da kurum dışında farklı mesleki çalışmalara kendi olanakları ile katılmışlardır. BÜREM ve BÜSÖD uzmanlarının katıldığı mesleki çalışmalar Tablo 4'de gösterilmiştir.

Tablo 4. BÜREM ve BÜSÖD Uzmanları Mesleki Gelişim Çalışmalarının Dökümü

Etkinlik	Düzenleyen Kurum	Tarih	Katılanlar
Sanat Terapisi Eğitimi I. Modül	Klinik Psk. Şeyma Çavuşoğlu, PhD (cand.)	Kasım 2021	Dilan Tepret
Varoluşçu Psikoterapi Formasyonu	Varoluşçu Akademi	Ekim 2021 Devam ediyor.	Dilan Tepret
Kabul ve Adanmışlık Terapisi Eğitimi	Kognitif ve Davranış Terapileri Derneği	Mayıs-Temmuz 2021	Eda Ataseven Hilal Nur Sert
Dialogue with Otto Kernberg	Webinar	15 Mayıs 2021	Meltem Aydoğdu Sevgi
Psikanalitik Bakışlar: Yalnızlık	Psike İstanbul	Aralık 2021	Ela Ural
Travma Gönüllü Eğitimi	Türk Psikologlar Derneği (çevrimiçi)	2021	Ela Ural

4. DİĞER BİRİMLERLE ORTAK ÇALIŞMALAR

Diğer birimlerle yapılan ortak çalışmalar kapsamında, 2021 yılı boyunca öğrencilere sunulan hizmetlerimizin geliştirilmesine katkı sağlayan, farklı birimlerin katılım gösterdiği, çeşitli toplantılar gerçekleştirilmiş ve gereksinimlere yönelik olarak BÜREM ve BÜSÖD uzmanları tarafından yürütülmüş çeşitli çalışmalar aşağıda özetlenmiştir.

27 Şubat 2021 tarihinde Psikoloji Öğrenci Temsilciliği Kurulu ile öğrencilerin BÜREM hakkındaki geribildirimlerine yönelik bir toplantı yapılmıştır.

Nisan 2021 tarihinde uzmanımız Berta Moreno, VI. Psikolojik Danışma Sempozyumu'nda sunum yapmıştır.

20-21 Mayıs 2021 tarihlerinde Boğaziçi Üniversitesi Öğrenci Rehberlik ve Danışma Birimleri (BÜREM ve BÜSÖD) ve Eğitim Bilimleri Bölümü ile işbirliği halinde çevrimiçi ortamda uluslararası katılımlı 10. Üniversite Psikolojik Danışmanlığı Sempozyumu gerçekleştirilmiştir. Önceki yıllardaki dokuz sempozyumdan farklı olarak, bu sempozyum ilk kez uluslararası konuklarla ve Türkçenin yanısıra İngilizce olarak ve çevrimiçi platformda (Zoom) gerçekleşmiştir. Katılımın ücretsiz olduğu bu sempozyuma, 27'si yabancı olmak üzere toplamda 319 kişi katılım göstermiştir. Sempozyumda üniversitelerde uzaktan psikolojik danışmanlık süreçleri, Danışmanlık Merkezi Yönetiminin Gözünden, Uzaktan Bireysel Danışmanlıkta Karşılaşılan Güçlükler ve Yenme Yolları, Danışman Eğitimsi ve Gözetmenin Gözünden, Uzaktan Grup Danışmanlığında Karşılaşılan Güçlükler ve Yenme Yolları başlıklı oturumlarda, ilgili konunun uzmanları tarafından ayrıntılı olarak ele alınmıştır. Sempozyumun hazırlık komitesinde Eğitim Bilimleri Bölümü'nden Doç. Dr. Deniz Albayrak Kaymak ve Dr. Gizem Toska BÜREM uzmanlarından Hilal Nur Sert, BÜSÖD uzmanlarından Ela Ural, yer almıştır. Düzenlemede ilk BÜREM uzmanlarından Dr. Ayşen Darcan ile işbirliği yapılmış, kendisi sempozyumun davetli konuşmacılarından biri olmuştur. Aynı zamanlarda üniversitemiz mezunlarından Sabancı Üniversitesi psikolojik danışmanı Uzm. Psi. Dan. Pelin Atasoy düzenlemede görev almıştır. Sempozyumun internet sitesi üniversitemiz Bilgisayar Eğitimi ve Öğretimi Teknolojileri Bölümü lisans son sınıf öğrencileri Yusuf Mert Bal ve Beyza Şişmanoğlu tarafından oluşturulmuştur. Alınan kayıt ve yazılı sunum özetleri e kitapçık olarak bu sitede erişime açılmıştır. Sitenin üniversitemizin sunucuna aktarılarak sempozyum dağarcığının

sonraki tarihlerde de erişime açık kılınması amaçlanmıştır. Sempozyumda 20 Mayıs 2021 tarihinde BÜSÖD uzmanlarından Dilan Tepret “Uzaktan Bireysel Danışmanlığa Bakış” başlıklı sunumuyla; BÜREM uzmanlarından Ozan Akbaş “Üniversite Öğrencileriyle Çalışan Ruh Sağlığı Uzmanlarının Uzaktan Çalışma Deneyimleri” başlıklı sunumuyla; BÜSÖD uzmanlarından Ela Ural ve BÜREM uzmanlarından Hilal Nur Sert “Üniversite Öğrencilerine Yönelik Rahatlama Atölyeleri” başlıklı sunumlarıyla konuşmacı olarak görev almışlardır.

2021-2022 Akademik Yılı başlangıcında Üniversiteyi Tanıma Programında (5-6 Ekim 2021), BÜREM ve BÜSÖD tanıtımları için çevrimiçi BÜREM/BÜSÖD tanıtım masası açılmıştır ve öğrencilere sunumlar yapılmıştır. BÜREM için tanıtım sunumunda uzmanımız Meltem Aydoğdu Sevgi; BÜSÖD için tanıtım sunumunda uzmanımız Dilan Tepret görev almıştır.

BÜREM uzmanlarından Hilal Nur Sert Bağımlılıkla Mücadele Eylem Planı Komisyonu’nda görev almıştır.

22 Ekim 2021 tarihinde Ozan Akbaş Yurtlar Komisyonu görevini Berta Moreno’dan devralmıştır.

18 Kasım 2021 tarihinde BUİM ile görüşülmüştür. Hazırlık öğrencilerinin üniversiteye uyumlarını güçlendirmek için dernek olarak yapabilecekleri hakkında fikir alışverişi yapılmıştır.

1 Aralık 2021 tarihinde BÜREM uzmanı Meltem Aydoğdu Sevgi, Dr. Gizem Toska tarafından verilmiş ED 121 Freshman Orientation dersinde BÜREM’i tanıtan bir sunum yapmıştır.

5. DEĞERLENDİRME, KAYNAK OLUŞTURMA VE ARAŞTIRMA

BÜREM ve BÜSÖD’ ün koruyucu/önleyici işlevini sürdürmek amacıyla, Nisan 2021 yılında, Mediko Sosyal, İdari İşler ve Koruma ve Güvenlik şube müdürlükleri ile işbirliği halinde BÜREM ve BÜSÖD uzmanları tarafından Ruh Sağlığında Acil Durumlar Kılavuzu hazırlanmış ve internet sitesine yüklenmiştir.

Öğrencilerin BÜREM ve BÜSÖD'e uzaktan başvuru yapabilmeleri için uygulamasına geçilen çevrimiçi başvuru sisteminin kullanımına 2021 yılında da devam edilmiştir. 2020 yılında oluşturulan BÜREM/BÜSÖD Instagram hesabından 2021 yılında da çeşitli eğitici/bilgilendirici/esin verici içeriklerin paylaşımına devam edilmiştir.

6. TARTIŞMA

Geçen yıllarda olduğu gibi, bu yıl da öğrencilerin hizmetlerimize oldukça yoğun olarak başvurduğu gözlemlenmiştir. Bireysel görüşme için olan talep yoğunluğunun uzun bekleme sırasının oluşmasına neden olması gerekçesiyle, “bireysel görüşmelerin 8 oturum ile sınırlandırılması kararı” bu yıl da uygulanmıştır. Ancak uzun süreli bireysel danışmaya gereksinim duyan öğrenci sayısı oldukça fazladır, kısa süreyle yapılan görüşmelerle bu gereksinimlere tam karşılık verilememektedir. Öğrencilere olan desteği genişletmek amacıyla, daha uzun süreli danışmanlık hizmetinden yararlanabilecek olan öğrenciler BÜREM uzmanlarının üniversite öğrencilerimiz için hazırlamış olduğu uygun ücretle (100 TL) psikoterapi hizmeti veren meslektaşlarımıza yönlendirilmiştir. Yönlendirme listesindeki uzmanlarımız ve BÜREM'e gönüllü destek sağlayan uzmanlarımız da COVID-19 sürecinde çevrimiçi hizmet verdiği için İstanbul dışında yaşayan öğrencilerimizin de bu olanaklardan yararlanma fırsatı olmuştur.

COVID-19 sürecinde üniversite psikiyatrimız Dr. Serap Çakıcı Alpaslan çevrimiçi hizmet sunmaya devam etmiş olsa da, öğrencilerin çoğu şehir dışında bulunduğundan, psikiyatrik destek için buldukları şehirdeki hastanelere yönlendirilmişlerdir. Bu durum geçen yıllara göre hastaneye olan yönlendirmelerin artmasına, üniversite psikiyatrimıza olan yönlendirmelerin azalmasına neden olmuştur.

Pandemi döneminde üniversiteden ve sosyal ilişkilerden uzak kalmanın, öğrenciler üzerinde yarattığı gerginlik ve artan yalnızlık hislerini azaltabilmek amacıyla, geniş katılıma açık tek oturumluk Rahatlama Atölyeleri düzenlenmiş ve öğrencilerden bu atölyelere yönelik olumlu geri bildirimler alınmıştır.

Eğitim Bilimleri öncülüğünde BÜREM ve BÜSÖD işbirliği ile gerçekleşmiş olan 10. Üniversite Psikolojik Danışmanlığı Sempozyumu'nun teması olan uzaktan danışmanlık

konusunda uzmanlarımız pandemi döneminde farklı ülkelerdeki uzaktan bireysel ve grup danışmanlığı uygulamalarını ve deneyimleri öğrenme ve kendi deneyimlerini paylaşma fırsatını bulmuşlardır.