

BOĞAZIÇI ÜNİVERSİTESİ
ÖĞRENCİ REHBERLİK VE PSİKOLOJİK
DANIŞMANLIK HİZMETLERİ

2020

ÇALIŞMA RAPORU

BOĞAZIÇI ÜNİVERSİTESİ
ÖĞRENCİ REHBERLİK VE PSİKOLOJİK DANIŞMANLIK
MERKEZİ (BÜREM)
VE
BOĞAZIÇI ÜNİVERSİTESİ
SARITEPE KAMPÜSÜ ÖĞRENCİ DESTEK BİRİMİ (BÜSÖD)

Raportör
Psk. Hilal Nur SERT
Uzm. Psk. Ela URAL

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

TABLOLAR

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

BOĞAZIÇI ÜNİVERSİTESİ
ÖĞRENCİ REHBERLİK VE PSİKOLOJİK DANIŞMANLIK HİZMETLERİ
(BÜREM VE BÜSÖD)
2020
ÇALIŞMA RAPORU

Özet

Bu yıla kadar ayrı ayrı yazılan BÜREM ve BÜSÖD yıllık çalışma raporları 2020 yılında yaşanan COVID-19 pandemisi nedeniyle hizmetler çevrim içi sunulduğundan fiziksel mekan kaynaklı ayrılıklarının ortadan kalmasıyla birleşmiş rapor haline dönüştürülmüştür. Bundan sonra da iki yerleşkemizde verilen öğrenci rehberlik ve psikolojik danışma hizmetlerinin yıllık çalışma raporlarının tek metin olarak hazırlanmaya devamına karar verilmiştir. Her iki birimimizde 2020 yılında (01 Ocak 2020- 31 Aralık 2020) yapılmış etkinlikler 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. Birimlerimize hizmet almak için toplam 621 öğrenci başvurmuştur. Yapılan ön 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, 63 öğrenci psikiyatrik hizmetlere yönlendirilmiştir. Yıl boyunca toplam 226 öğrenci bireysel görüşmelere yönlendirilmiştir. BÜREM ve BÜSÖD uzmanları yıl boyunca mesleki gelişimleri için her hafta düzenli olarak gözetime katılmışlardır.

BOĞAZIÇI ÜNİVERSİTESİ
ÖĞRENCİ REHBERLİK VE PSİKOLOJİK DANIŞMANLIK HİZMETLERİ
(BÜREM VE BÜSÖD)
2020 ÇALIŞMA RAPORU

Bu yıla kadar ayrı ayrı yazılan BÜREM ve BÜSÖD yıllık çalışma raporları 2020 yılında yaşanan COVID-19 pandemisi nedeniyle hizmetler çevrim içi sunulduğundan fiziksel mekan kaynaklı ayrılıklarının ortadan kalmasıyla birleşmiş rapor haline dönüştürülmüştür. Bundan sonra da iki yerleşkemizde verilen öğrenci rehberlik ve psikolojik danışma hizmetlerinin yıllık çalışma raporlarının tek metin olarak hazırlanmaya devamına karar verilmiştir.

Bu raporda 01 Ocak 2020-31 Aralık 2020 tarihleri arasında BÜREM ve BÜSÖD’de verilmiş olan rehberlik ve psikolojik danışmanlık hizmetleri özetlenmiştir. Rapor, her iki birimde 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.

1. BİREYSEL DANIŞMA

Tablo 1’de 01 Ocak 2020-31 Aralık 2020 tarihleri arasında merkezimize başvuruda bulunan öğrencilere sunulan çeşitli hizmetlerin sayı ve yüzdeleri bulunmaktadır. Yıl boyunca BÜREM ve BÜSÖD’e toplam 621 öğrenci başvurmuştur. Bu öğrencilerin 425’i (%68,4) kadın, 185’i (%29,8) erkektir.

Psikiyatra yönlendirme oranı geçen yıllarda olduğu gibi bu yıl da (63 öğrenci, %10) yüksektir. Kısa süreli danışmanlık ile öğrencilerin ihtiyacı karşılanmaya çalışılmış, uzun dönemli destek gereken durumlar için özel merkezlere yönlendirmeler yapılmıştır.

Tablo 1. Bireysel Danışma Başvurusunda Bulunan Öğrencilerin Hizmetleri Kullanım Dağılımları

Hizmet Türü	Sayı	Yüzde
Bireysel görüşmeye yönlendirilenler	226	36
Özel merkeze yönlendirilenler	158	25
Revire yönlendirilenler	63	10
Hastaneye yönlendirilenler	23	9,6
Ön görüşmeye gelmeyenler	38	6,8
Tek görüşmeye alınanlar	26	4,7
Danışmanlıktan vazgeçenler	19	3,4
Başvuruda bulunan toplam öğrenci sayısı	553	

*Bazı öğrenciler birden fazla seçeneğe yönlendirilmiştir. Bu nedenle, yüzdeler toplam başvuruda bulunan toplam öğrenci sayısı olan 621 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 ön görüşmesini yapan uzman tarafından, ön görüşme sırasında edinilen bilgiler değerlendirilerek sınıflandırılmıştır.

Tablo 2. Bireysel Danışma Başvurusundaki Nedenlerin Dağılımı

Başvuru nedeni	Sayı	Yüzde
Kaygı sorunları	500	13,9
Duygudurum sorunları	482	13,4
Akademik sorunlar	460	12,7
İlişkisel zorluklar	455	12,6
Üniversiteye uyum	373	10,3
Somatik yakınmalar	334	9,2
Travmatik yaşantılar	306	8,5
İntihar düşünceleri	251	6,9
Cinsel işlev/kimlik sorunları	216	6,1
Bağımlılık	218	6,1

Öğrenciler çok 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 (%13,9), duygudurum

sorunları (%13,4), akademik sorunlar (%12,7) ve ilişki sorunları (%12,6) gelmektedir. Bu rakamlar, son birkaç yıldaki veriler ile karşılaştırıldığında kaygı problemi, üniversiteye uyum ve akademik sorunlar ile başvuran öğrenci sayılarında artış gözlenmiştir. Bu artışların önde gelen nedenlerinden birinin Covid-19 salgını olabileceği düşünülmüştür. Salgına bağlı olarak üniversitelerin uzaktan eğitime geçmesi, öğrencilerin yerleşkelere gelememesi ve ailelerinin yanında yaşamaya devam etmeleriyle birlikte yaşlılarıyla bir arada olamamaları, diğer öğrenciler, öğretim üyeleri ve görevlileri ile yan yana gelememesinin getirdiği zorluklar olabileceği söylenebilir.

2. GRUP ÇALIŞMALARI

COVID-19 pandemisinde üniversitenin uzaktan eğitime geçmesi ile birlikte bireysel görüşmeleri çevrim içi olacak şekilde düzenleyebilmek için çalışmalar yapılmıştır. Mart 2020’de BÜSÖD uzmanı Ela Ural tarafından yüz yüze 10 hafta sürmesi planlanmış olan Sanatla Terapi grup çalışması başlatılmış fakat salgın sebebiyle çalışma sonlandırılmak zorunda kalınmıştır.

Mart 2020’de Boğaziçi Üniversitesi mezunlarından Uzm. Ali Varol ve Uzm. Akın Cihan tarafından “Hikayedeki Boşluk: Yas” başlıklı grup çalışması yürütülmüştür.

BÜSÖD uzmanları tarafından Mayıs 2020’de tüm Hazırlık Birimi öğrencilerine yönelik “COVID-19 Günlerinde Ruh Sağlığımız” başlıklı çevrim içi seminer gerçekleştirilmiştir.

Yine BÜSÖD uzmanları tarafından Temmuz 2020’de tüm Hazırlık Birimi ve 1. Sınıf öğrencilere yönelik “Belirsizlikle Aranız Nasıl?” başlıklı çevrim içi seminer hazırlanmış ve gerçekleştirilmiştir.

Boğaziçi Üniversitesi Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık yüksek lisans programı tez dönemi öğrencileri, Dr. Gizem Toska gözetiminde, Psk. Dan. Elifnur Asılkefeli ve Psk. Dan. İrem Akdin tarafından 1. sınıf öğrencilerine yönelik Kasım 2020’de başlayıp 6 hafta süren “Hayatımızdaki belirsizlikler” konulu çevrim içi grup çalışması düzenlenmiştir.

Boğaziçi Üniversitesi Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık yüksek lisans öğrencileri Psk. Dan. Burcu Güneş ve Uzm. Psk. Dan. Duygu Betül Koca staj dersi kapsamında Dr. Gizem Toska gözetiminde, Kasım 2020’de başlayıp 6 hafta süren “Pandemi Döneminde Rollerimiz ve İlişkiler” başlıklı çevrim içi grup çalışması gerçekleştirilmiştir.

Boğaziçi Üniversitesi Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık yüksek lisans öğrencileri Psk. Dan. Şeyma Sevim Saleh ve Psk. Dan. Esmanur Yılmaz Köksal, staj dersi kapsamında Prof. Dr. Fatoş Erkman gözetiminde Kasım 2020’de başlayıp 6 hafta süren “Öz-Şefkat” başlıklı çevrim içi grup çalışmasını gerçekleştirmiştir.

Tablo 3. Grup Çalışmalarının Dökümü

Grubun Adı	Üye Sayısı	Süresi	Grup Yürütücüleri	Dönemi
Sanatla Kişisel Gelişim ve Farkındalık Grup Çalışması	10	10 oturum	Ela Ural	Bahar
COVID-19 Günlerinde Ruh Sağlığımız (çevrim içi)	6	1 oturum	Ela Ural, Dilan Tepret	Bahar
Hikayedeki Boşluk: Yas	12	6 oturum	Ali Varol, Akın Cihan	Bahar
Belirsizlikle Aranız Nasıl? (çevrim içi)	3	1 oturum	Dilan Tepret, Ela Ural	Yaz
Hayatımızdaki Belirsizlikler (çevrim içi)	7	6 oturum	Elifnur Asılkefeli, İrem Akdin	Güz
Pandemi Döneminde Rollerimiz ve İlişkiler (çevrim içi)	8	6 oturum	Burcu Güneş, Duygu Betül Koca	Güz
Öz-Şefkat Grup Çalışması	10	6 oturum	Şeyma Sevim Saleh, Esmanur Yılmaz Köksal	Güz

3. HİZMET-İÇİ EĞİTİM VE ETKİNLİKLER

Ocak 2020-Aralık 2020 tarihlerinde, 6 tam zamanlı uzman (Jale Karaçengel, Meltem Aydoğdu Sevgi, Berta Moreno, Hilal Nur Sert, Eda Ataseven, Ozan Akbaş) BÜREM’de; 2 uzman (Ela Ural ve Dilan Tepret) ise BÜSÖD’de görev almışlardır.

1 Nisan 2020 tarihinde Dr. Öğr. Üyesi Sibel Akmehmet Şekerler ve Uzm. Psk. Dan. Fatih Yılmaz tarafından BÜREM ve BÜSÖD uzmanlarına Uzaktan Danışmanlık ile ilgili bir oturumluk bir eğitim verilmiştir.

9 Nisan 2020 tarihinde BÜREM ve BÜSÖD’ün uzaktan çalışmaya başlamasıyla, iki birim uzmanları tüm öğrenci kitlesine birlikte destek olmaya başlamışlardır.

20 Nisan 2020 tarihi itibarıyla öğrencilerin BÜREM ve BÜSÖD’e çevrim içi başvuruda bulunabileceği sistem devreye girmiş, böylece BÜREM ve BÜSÖD uzmanları öğrenciler ile olan danışmanlık görüşmelerini çevrim içi olarak yapmaya başlamışlardır.

Bu yıl BÜREM’de kısmi zamanlı uzman Gülbin Öztürk Tüter, uzmanlarımıza gözetim vererek görev yapmıştır. Nisan 2020 tarihi itibariyle gözetim çevrim içi olarak devam etmiştir.

Bu yıl 10 gönüllü uzman BÜREM ve BÜSÖD çalışmalarına destek vermiştir. Ocak ayında gönüllü uzmanlardan Ezgi Fırat; Kasım ayında Melike Büşra Hacıoğlu, Dilek Akbaş ve Ömer Anlatan hizmet verdikleri görevlerinden ayrılmıştır. Kasım ayında Sena Yüksel ve Yağmur Türkyılmaz gönüllü uzman olarak BÜREM ve BÜSÖD çalışmalarına katkı sağlamıştır.

Ekim 2020 tarihinde BÜREM başkan yardımcılığını Uzman Psikolog Jale Karaçengel, Uzman Psikolojik Danışman Berta Moreno’dan devralmıştır. BÜREM ve BÜSÖD çalışmalarının düzenli olarak işlenmesini 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 etmiştir. 26 Mart 2020 tarihi itibariyle her iki birimin toplantıları birlikte çevrim içi olarak yapılmaya başlanmıştır.

Uzmanlarımız 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 ile katılmışlardır. Tablo 3 bu çalışmaların ve BÜREM ve BÜSÖD’de görev yapan uzman katılımcıların bir dökümünü sunmaktadır.

Tablo 3. BÜREM ve BÜSÖD Personeli Mesleki Gelişim Çalışmalarının Dökümü

Etkinlik	Düzenleyen Kurum/ Kişi	Tarih	Katılanlar
Uzaktan Danışmanlık Eğitimi	Sibel Akmehmet Şekerler, Fatih Yılmaz	1 Nisan 2020	Deniz Albayrak Kaymak Meltem Aydoğdu Sevgi Ela Ural Dilan Tepret Hilal Nur Sert Eda Ataseven Jale Karaçengel Ozan Akbaş Berta Moreno
Klinik Psikoloji Yüksek Lisans	Fatih Sultan Mehmet Vakıf Üniversitesi	Eylül 2020- devam	Hilal Nur Sert
Psikanalitik Bakışlar Sempozyum “Tekinsiz Evren”	Psike İstanbul	6 Aralık 2020	Meltem Aydoğdu Sevgi Ela Ural Dilan Tepret
Klinik Psikoloji Yüksek Lisans	Kent Üniversitesi	Ağustos 2020 mezun	Eda Ataseven

4. DİĞER BİRİMLERLE ORTAK ÇALIŞMALAR

Diğer birimlerle yapılan ortak çalışmalar kapsamında, 2020 yılı boyunca öğrencilere sunulan hizmetlerimizin geliştirilmesine katkı sağlayan, farklı birimlerin katılım gösterdiği, çeşitli toplantılar gerçekleştirilmiş ve gereksinimlere yönelik olarak BÜREM ve BÜSÖD uzmanları tarafından çeşitli çalışmalar yürütülmüştür.

6 Şubat 2020 tarihinde Doç. Dr. Zeynep Uysal, Dr. Serap Çakıcı Alparslan ve Dr. Öğr. Üyesi Yasemin Sohtorik İlkmen’in de katıldığı bir toplantı yapılmıştır. Toplantıda gönüllü öğrencilere uygulanacak anket ile ilgili fikir paylaşımı yapılmıştır.

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

2020-2021 Akademik Yılı başlangıcında Üniversiteyi Tanıma Programında (19-22 Ekim 2020), BÜREM ve BÜSÖD tanıtımları için çevrim içi BÜREM/BÜSÖD tanıtım standı açılmıştır ve öğrencilere sunumlar yapılmıştır. Tanıtım masalarında BÜREM uzmanlarımız Eda Ataseven, Hilal Nur Sert ve BÜSÖD uzmanlarımız Ela Ural, Dilan Tepret görev almıştır. Öğrencilere yönelik BÜREM ve BÜSÖD tanıtım sunumlarını görevli uzmanlarımız Hilal Nur Sert ve Ela Ural yapmıştır.

Yıl boyunca BÜREM uzmanlarından Eda Ataseven Cinsel Tacizi Önleme Komisyonu'nda, aktif görev almıştır.

22 Ekim 2020 tarihinde Ozan Akbaş, Yurtlar Komisyonu görevini Berta Moreno'dan devralmıştır.

5. DEĞERLENDİRME, KAYNAK OLUŞTURMA VE ARAŞTIRMA

BÜREM ve BÜSÖD'ün koruyucu/önleyici işlevini sürdürmek amacıyla, geçmiş yıllarda basılmış olan broşürleri bu yıl BÜREM'in internet sitesinde çevrim içi olarak yayımlanmıştır.

BÜREM uzmanları tarafından hazırlanan COVID-19 Bilgilendirme Metni de BÜREM internet sitesinde yayımlanmıştır.

Öğrencilerin BÜREM ve BÜSÖD'e uzaktan başvuru yapabilmeleri için hazırlanan çevrim içi başvuru sistemi devreye girmiş, başvurular çevrim içi olarak alınmaya başlanmıştır.

16 Haziran 2020 tarihinde "BÜREM ve BÜSÖD" isimli Instagram hesabımız açılmıştır. BÜREM ve BÜSÖD uzmanları tarafından haftalık paylaşımlar yapılmaktadır.

6. TARTIŞMA

Geçen yıllarda olduğu gibi, bu yıl da öğrenci hizmetlerimize öğrencilerin 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" halen uygulanmaktadır. Ancak uzun süreli bireysel danışmaya gereksinim duyan öğrenci sayısının fazlalığı, birçoğu bu tür yardımdan fazlasıyla yararlanabilecekken kısa süreyle yapılan görüşmelerle yetinilmek durumunda kalınması uzmanları olumsuz etkilemekte ve mesleki doyumlarını azaltmaktadır.

Öğrencilere olan desteği genişletmek amacıyla, daha uzun süreli danışmanlık hizmetinden yararlanabilecek olanlar üniversite dışında ücretsiz hizmet alabilecekleri Beşiktaş Belediyesi ve Sarıyer Belediyesi'nin danışmanlık merkezlerine, COVID-19 sürecinde İstanbul dışında olan öğrencilerimiz bulunduğu illerdeki belediyelerin danışmanlık merkezlerine ve 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 çevrim içi hizmet verdiği için İstanbul dışında yaşayan öğrencilerimizin de bu olanaklardan yararlanma fırsatı olmuştur.

Daha çok öğrenciye aynı anda destek sağlama ve grup çalışmalarının sağaltıcı etkisinden yararlanmak için bu dönemde de grup çalışmalarına yer vermeye devam edilmiştir. İlk zamanlarda çevrim içi grup çalışmalarını gerçekleştirmek için kullanılan çevrim içi uygulamanın süre sınırlaması grup çalışmaları için kısıtlayıcı bir etmen olmuşsa da Üniversitemizin sağlamış olduğu olanaklarından yararlanarak bu engel aşılmıştır.

COVID-19 sürecinde Mediko-Sosyal'deki psikiyatri hizmetleri de çevrim içi olarak sağlanmıştır. Önceki yıllardan farklı olarak, BÜREM ve BÜSÖD'e başvuran öğrencilerin daha az bir oranı (%10) Mediko-Sosyal'de görev yapan psikiyatlara yönlendirilmiştir. Bu düşüşün nedeni öğrencilerin doğrudan Mediko-Sosyal'e başvuruda bulunmaları ya da uzaktan eğitim dolayısıyla aile yanında yaşamının koruyucu etkisi olabileceği düşünülmüştür.

2020 yılı boyunca öğrencilerimizle bütünüyle uzaktan çalışmalar yürütmek birimimiz için yeni bir deneyim olmuştur. Bu yeni çalışma düzeninin hem birim çalışanları hem de hizmet verilen öğrenciler için uyum gereken bir süreç olduğu söylenebilir. Buna karşın tüm yıl boyunca öğrencilerle çalışmalarımız neredeyse hiç sekteye uğramadan devam etmiştir.