

2024

İSTANBUL TEKNİK ÜNİVERSİTESİ

REHBERLİK VE PSİKOLOJİK

DANIŞMANLIK MERKEZİ

ÇALIŞMA RAPORU

Raportör

Klinik Psikolog Ezgi SUCU

İÇİNDEKİLER

1. Bireysel Danışma
2. Davranışsal Bağımlılığa Yönelik Çalışmalar
3. İntihar Girişimine Yönelik Çalışmalar
4. Grup Çalışmaları
5. Hizmet-içi Eğitim ve Etkinlikler
5.1.Süpervizyon Çalışmaları
6. Diğer Birimlerle Ortak Çalışma
7. Değerlendirme, Kaynak Oluşturma ve Araştırma
8. Tartışma

TABLÖLAR

1. Bireysel Danışma Başvurusunda Bulunan Öğrencilerin Hizmet Kullanım Dağılımı
2. Bireysel Görüşmeyi Sürdürme Skalası
3. Bireysel Başvuru Nedenlerinin Dağılımı
4. İTÜ PDR Merkezi Uzmanları Mesleki Gelişim Çalışmalarının Dökümü

2024

**İSTANBUL TEKNİK ÜNİVERSİTESİ REHBERLİK VE PSİKOLOJİK
DANIŞMANLIK MERKEZİ**

ÇALIŞMA RAPORU

Özet

İTÜ PDR Merkezi'nin 2024 yılındaki (01 Ocak 2024-01 Ocak 2025) 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 915 öğrenci mail yoluyla başvuru yapmıştır. İTÜ PDR Merkezi hizmetlerinden yararlanan toplam öğrenci sayısı 666 olmuştur. Yapılan görüşmeler doğrultusunda bu öğrenciler gereksinimlerine uygun hizmetlere yönlendirilmiştir. Başvurularda en sık belirtilen sıkıntılar klinik ilgi odağı olabilecek diğer durumlar (akademik, ilişkisel vb. sorunlar), kaygı (anksiyete) ve duygudurum sorunları olmuştur. İTÜ öğrencilerine ek olarak 3 İTÜ personeli İTÜ PDR Merkezi'ne başvuru yapmıştır. Yıl boyunca toplam 666 öğrenci bireysel görüşmelere yönlendirilmiştir. İTÜ PDR Merkezi uzmanları yıl boyunca mesleki gelişimleri için süpervizyon çalışmaları düzenlemiş ve aktif katılım sağlamıştır.

1. BİREYSEL DANIŞMANLIK

Tablo 1’ de 01 Ocak 2024-1 Ocak 2025 tarihleri arasında merkezimize başvuruda bulunan öğrencilere sunulan çeşitli hizmetlerin sayı ve yüzdeleri bulunmaktadır. Yıl boyunca İTÜ PDR Merkezi’ne 915 öğrenci ve 3 personel başvurmuştur. Kısa süreli danışmanlık ile öğrencilerin ihtiyacı karşılanmaya çalışılmış, ihtiyaç duyan öğrenciler için görüşme süreci yeniden planlandırılmıştır. İTÜ PDR Merkezi’nde bu dönem aralığında 3979 seans bireysel görüşme gerçekleştirilmiştir.

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

Hizmet Türü	Sayı	Yüzde
Bireysel Görüşme	Lisans öğrencisi 606	91
Bireysel Görüşme	Yüksek lisans öğrencisi 51	8
Bireysel Görüşme	Doktora öğrencisi 9	1
Toplam	666	100

Not: 0,5 ve üzeri değerler bir üst sayıya yuvarlanmıştır.

Tablo 2’te başvuru nedenleri, İTÜ PDR Merkezi’ne başvuru yapmış olan öğrencilerin uzmanlarımız tarafından değerlendirilen başvuru nedenleri ve klinik gözlemleri sonucunda öğrencilerin başvuru nedenlerini belirttikleri tanı kategorileri gözetilerek sınıflandırılmıştır.

Tablo 2. Bireysel Başvuru Nedenlerinin Dağılımı

Başvuru Nedeni	Sayı	Yüzde
Kaygı sorunları	184	26
Duygu-durum sorunları	91	13
Takıntı-zorlantı bozukluğu ile ilişkili sorunlar	32	5
Travma ile ilişkili sorunlar	22	3
Somatik şikâyetler	9	1
Beslenme ve yeme bozuklukları ile ilgili şikâyetler	4	0,5
Cinsel işlevlerle ilişkili şikâyetler	1	0,1

Bağımlılık	3	0,4
Nörogelişimsel bozukluklar	26	4
Kişilik bozuklukları	46	7
Klinik ilgi odağı olabilecek diğer durumlar (Akademik, ilişkisel vb. sorunlar)	277	39
Toplam öğrenci sayısı	695	
<i>Bazı öğrenciler komorbidite tanı almış olduğundan tanı toplam sayısı öğrenci toplam sayısından yüksek bulgulanmıştır.</i>		

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. Tablodaki sayılar komorbidite ilişkisi göz önüne alınarak değerlendirilmelidir. Yüzdeler oran, ilgili sorun alanında çok sorun yaşadığını belirten öğrenci sayısının, toplam tanı sayısına olan oranını göstermektedir. Tablo 2'ye bakıldığında, başvuru nedenlerinin başında sırasıyla, klinik ilgi odağı olabilecek diğer durumlar (akademik, ilişkisel vb. sorunlar) (%39), kaygı sorunları (%26) ve duygu-durum sorunları (%13) gelmektedir.

İTÜ PDR Merkezi'ne başvuran ve bireysel görüşme desteği alan lisans öğrencilerinin fakülte ve bölümlere göre dağılımları aşağıdaki tablolarda verilmektedir.

Tablo 3. Bilgisayar ve Bilişim Fakültesi

Bölümler	Kaç öğrenci destek aldı?
	<i>Lisans Öğrencisi</i>
Yapay Zeka ve Veri Mühendisliği	7
Bilgisayar Mühendisliği	27
Bilişim Sistemleri Mühendisliği	2
Toplam	36

Tablo 4. Denizcilik Fakültesi

Bölümler	Kaç öğrenci destek aldı?
	<i>Lisans Öğrencisi</i>
Deniz Ulaştırma İşletme Mühendisliği	3
Gemi Makineleri İşletme Mühendisliği	2
Toplam	5

Tablo 5. Elektrik-Elektronik Fakültesi

Bölümler	Kaç öğrenci destek aldı?
	<i>Lisans Öğrencisi</i>
Elektrik Mühendisliği	25
Elektronik ve Haberleşme Mühendisliği	22
Kontrol ve Otomasyon Mühendisliği	8
Toplam	55

Tablo 6. Fen-Edebiyat Fakültesi

Bölümler	Kaç öğrenci destek aldı?
	<i>Lisans Öğrencisi</i>
Fizik Mühendisliği	17
Kimya	16
Matematik Mühendisliği	28
Moleküler Biyoloji ve Genetik	16
Toplam	77

Tablo 7. Gemi İnşaatı ve Deniz Bilimleri Fakültesi

Bölümler	Kaç öğrenci destek aldı?
	<i>Lisans Öğrencisi</i>
Gemi İnşaatı ve Gemi Makineleri Mühendisliği	10
Gemi ve Deniz Teknolojisi Mühendisliği	10
Toplam	20

Tablo 8. İnşaat Fakültesi

Bölümler	Kaç öğrenci destek aldı?
	<i>Lisans Öğrencisi</i>
Çevre Mühendisliği	19
Geomatik Mühendisliği	13
İnşaat Mühendisliği	26
Toplam	58

Tablo 9. İşletme Fakültesi

Bölümler	Kaç öğrenci destek aldı?
	<i>Lisans Öğrencisi</i>
Ekonomi	8
Endüstri Mühendisliği	21
İşletme (Suny)	1
İşletme Mühendisliği	26
Toplam	56

Tablo 10. Tekstil Teknolojileri ve Tasarımı Fakültesi

Bölümler	Kaç öğrenci destek aldı?
	<i>Lisans Öğrencisi</i>
Tekstil Mühendisliği	8
Toplam	8

Tablo 11. Makina Fakültesi

Bölümler	Kaç öğrenci destek aldı?
	<i>Lisans Öğrencisi</i>
Makine Mühendisliği	27
Toplam	27

Tablo 12. Maden Fakültesi

Bölümler	Kaç öğrenci destek aldı?
	<i>Lisans Öğrencisi</i>
Cevher Hazırlama Mühendisliği	14
Jeofizik Mühendisliği	5
Jeoloji Mühendisliği	19
Maden Mühendisliği	9
Petrol ve Doğalgaz Mühendisliği	10
Toplam	57

Tablo 13. Mimarlık Fakültesi

Bölümler	Kaç öğrenci destek aldı?
	<i>Lisans Öğrencisi</i>
Endüstriyel Tasarım	12
İç Mimarlık	9
Mimarlık	41
Peyzaj Mimarlığı	9
Şehir ve Bölge Planlama	19
Endüstri Ürünleri Tasarım	2
Toplam	92

Tablo 14. Kimya-Metalurji Fakültesi

Bölümler	Kaç öğrenci destek aldı?
	<i>Lisans Öğrencisi</i>
Gıda Mühendisliği	13
Kimya Mühendisliği	16
Metalurji ve Malzeme Mühendisliği	33
Toplam	62

Tablo 15. Türk Musikisi Devlet Konservatuarı

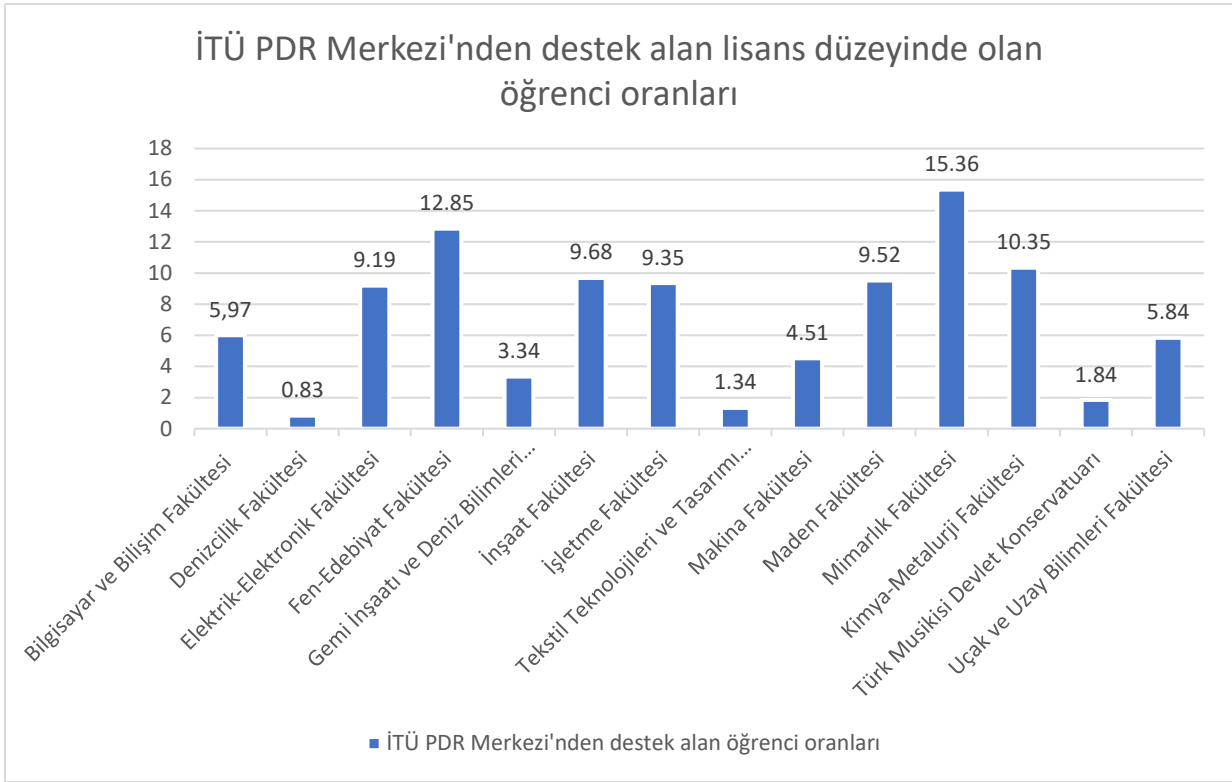
Bölümler	Kaç öğrenci destek aldı?
Müzik Teorisi	<i>Lisans Öğrencisi</i> 2
Müzikoloji	6
Ses Eğitimi	2
Ses Tasarımı/Müzik Teknolojileri	1
Toplam	11

Tablo 16. Uçak ve Uzay Bilimleri Fakültesi

Bölümler	Kaç öğrenci destek aldı?
Meteoroloji Mühendisliği	<i>Lisans Öğrencisi</i> 10
Uçak Mühendisliği	12
Uzay Mühendisliği	13
Toplam	35

Lisans düzeyinde olan ve 01.01.2024 ve 01.01.2025 tarihleri arasında İTÜ PDR Merkezi'nden bireysel görüşme desteği almış olan öğrencilerin yoğunlukla Mimarlık Fakültesi, Fen-Edebiyat Fakültesi ve Kimya ve Metalurji Fakültesi'nde eğitim görmekte olan öğrenciler olduğu görülmektedir. İlgili veriler Tablo 17'de detaylı olarak sunulmuştur.

Tablo 17. Lisans düzeyinde bireysel görüşme desteği alan öğrencilerin fakülterlere göre dağılımı



2. DAVRANIŞSAL BAĞIMLILIĞA YÖNELİK ÇALIŞMALAR

Öncelikli amacımız davranışsal bağımlılığı üniversite örneklemini üzerinde tarama çalışmasının yapılması ve yayılımının ve ciddiyetinin ortaya konulması amaçlanmaktadır. Bu bağlamda İstanbul ili içerisinde Sarıyer Kaymakamlığı bünyesinde gerçekleştirilen değerlendirme toplantılarına düzenli katılımlarla birimimizin temsil edilmesi Klinik Psk. Ezgi SUCU tarafından gerçekleştirilmektedir.

3. İNTİHAR GİRİŞİMİNE YÖNELİK ÇALIŞMALAR

Üniversitemiz öğrencilerinden intihar girişiminde bulunan öğrencilere yönelik “İntihar Girişimi Sonrası Adaptasyon ve İyileşme Süreci” isimli bir araştırma yürütülmektedir. Bu çalışma danışanlarımızın psikolojik süreçlerine destek olmak ve iyileşmelerine katkı sağlamak amacıyla oluşturulmuş bir destek programıdır. Dr. Engin BÜYÜKÖKSÜZ süpervizyonu eşliğinde Psk. Dan. Ezgi Emine Bari ve Psk. Dan. Rana Kayaalp tarafından yürütülmektedir. Ayrıca intihar girişiminde bulunan öğrencilerimizin psikolojik yardım süreci tamamlandıktan sonra izleme faaliyeti devam etmektedir.

4. GRUP ÇALIŞMALARI

İTÜ öğrencilerinin merkezimiz tarafından tespit edilen farklı ihtiyaçlarına yönelik olarak psikososyal destek programları geliştirilmesi amaçlanmaktadır. Bu kapsamda, özellikle öğrencilere sağlanan destek hizmetlerinin etkinliğini artırmak amacıyla, çeşitli grupla çalışma müdahale programları oluşturulmuştur. Programlar; öğrencilere öz düzenleme, stresle etkili baş etme ve sağlıklı adaptasyon becerilerini artırma gibi hedefler doğrultusunda yapılandırılmıştır.

Yeni oluşturulan bazı müdahale programlarının etkinliğini değerlendirmek için pilot çalışmalar başlatılmıştır. Pilot aşamasında, seçilen öğrenci gruplarıyla uygulamalar yapılarak, programların hedeflenen çıktılarını sağlayıp sağlamadığı gözlemlenecektir. Bu pilot çalışmalar, program içeriklerinin ihtiyaçlara uygunluğunu ve müdahale yöntemlerinin etkinliğini değerlendirme fırsatı sunarak, gerektiğinde iyileştirme yapılmasını mümkün kılacaktır.

Pilot çalışmaların sonuçları analiz edildikten sonra, elde edilen veriler ışığında programların genişletilmesi planlanmakta olup, programların daha geniş bir öğrenci kitlesine sunulması hedeflenmektedir.

Tablo 17. Grup çalışmalarının aşamalı gösterimi

Akademik çalışmalar	Literatür taraması	Programı Geliştirilmesi	Etik Kurul İzininin	Programı Uygulanması	Bulguların Raporlaştırılması	Tartışma Raporlaştırılması
İTÜ PDR Merkezi Ölçeği (PDR MERkezi)	✓	✓	✓	✓		
İntihar Girişimi Sonrası Adaptasyon ve İyileşme Süreci (Engin Büyükköksüz - Ezgi Bari- Rana Kayaalp)	✓	✓	✓	✓		
İletişim Beceriler (Seyda Baki - Engin Büyükköksüz)	✓	✓				
Mükemmeliyetçilik (Ezgi Sucu - Engin Büyükköksüz)	✓	✓	✓			
Akademik stres (Ayşe Nur Koç - Engin Büyükköksüz)	✓	✓				
Sosyal Kaygı (Murat Uzun - Engin Büyükköksüz)	✓	✓				
Akademik erteleme (Ezgi Sucu - Engin Büyükköksüz)	✓	✓	✓			
Psikolojik Sağlamlık (Engin Büyükköksüz)	✓	✓	✓			
Öz-Güven Boşluğu (Ezgi Bari- Rana Kayaalp - Engin Büyükköksüz)	✓	✓				

5. HİZMET-İÇİ EĞİTİM VE ETKİNLİKLER

İTÜ PDR Merkezi'nde Ocak 2024 - Aralık 2024 tarihlerinde 8 tam zamanlı uzman (Ayşenur Cevahiroğlu, Ayşe Nur Koç, Ezgi Emine Bari, Ezgi Sucu, Rana Kayaalp, Rumeysa Çaparoğlu ve Seyda Aydoğan Baki) görev almıştır. 2024 yılı boyunca İTÜ PDR Merkezi koordinatörlüğü Dr. Engin BÜYÜKÖKSÜZ tarafından gerçekleştirilmiştir. İTÜ PDR Merkezi çalışmalarının düzenli olarak işlemlerini sağlamak üzere tüm yıl boyunca haftada 1,5 saat merkezin işleyişiyle ilgili toplantılar, haftada 2 saat çalışan uzmanların kendi aralarında gerçekleştirdiği iç gözetim toplantıları yapılmaya devam edilmiştir. Bu yıl İTÜ PDR Merkezi'nde;

Klinik Psk. Berat Arifoğlu tarafından “Şema Terapi”,

Dr. Serap Çakıcı tarafından “Kişilik Bozuklukları” hakkında uzmanlarımıza yönelik eğitimler verilmiştir.

Uzmanlarımız kendilerini mesleki açıdan geliştirerek öğrencilere daha iyi hizmet verebilmek ve bilgi paylaşımında bulunmak için bu yıl kurum dışında farklı mesleki çalışmalara kendi olanakları ile katılmışlardır.

6. DİĞER BİRİMLERLE ORTAK ÇALIŞMALAR

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 İTÜ PDR Merkezi uzmanları tarafından yürütülmüş çeşitli çalışmalar aşağıda özetlenmiştir.

Uçak ve Uzay Bilimleri Fakültesi, Tekstil Fakültesi, Maden Fakültesi, Elektrik-Elektronik Fakültesi, İşletme Fakültesi, Denizcilik Fakültesi ve Bilgisayar ve Bilişim Fakültesi, Kimya Mühendisliği; Gemi İnşaatı ve Gemi Makinaları Mühendisliği, Gemi ve Deniz Teknolojisi Mühendisliği, İklim Bilimleri ve Meteoroloji Mühendisliği, Geomatik Mühendisliği, Matematik Mühendisliği, Çevre Mühendisliği, İnşaat Mühendisliği, Metalurji ve Malzeme Mühendisliği bünyesinde Dr. Engin BÜYÜKÖKSÜZ tarafından önleyici rehberlik kapsamında seminerler verilmiştir.

Ekim 2024 tarihinde gerçekleştirilen Back to School etkinliğinde İTÜ PDR Merkezi olarak yer alınarak uzmanlarımız tarafından öğrencilere birimiz hakkında bilgilendirme desteği sağlanmıştır.

7. DEĞERLENDİRME, KAYNAK OLUŞTURMA VE ARAŞTIRMA

İTÜ Psikolojik Danışmanlık ve Rehberlik Merkezi olarak, web sitemizde belirli aralıklarla yayınlanacak bülten çalışmaları üzerinde titizlikle çalışılmaktadır. Bu bültenler, İTÜ öğrencileri, İTÜ personelleri ve web sitemizi ziyaret edenler için psikolojik rahatsızlıklar ve tedavi süreçleri hakkında bilgilendirici içerikler sunmayı hedeflemektedir. Amacımız, psikolojik farkındalık yaratmanın yanı sıra bireylerin ihtiyaç duyabilecekleri bilgiye erişimlerini kolaylaştırarak destekleyici bir kaynak oluşturmaktır.

8. TARTIŞMA

2024 yılı boyunca, önceki yıllarda da olduğu gibi, İTÜ PDR Merkezi bünyesinde sağladığımız hizmetlere 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” uygulanmaya devam edilmiştir. Ancak, bu sınırlamanın, özellikle uzun süreli destek gerektiren öğrenciler için yetersiz kaldığı gözlemlenmiştir. Daha geniş öğrenci gruplarına ulaşabilmek ve grup psikoeğitimi sürdürebilmek amacıyla uzmanlarımız tarafından müdahale programları hazırlanmaya devam edilmiştir. Birimize yeniden başvuran ve nükseden danışanlara yönelik nüksün nedenlerini tespit etmeye ve nüksü önlemeye yönelik çalışmalar sürdürülmektedir.

PDR Merkezi'nde gerçekleştirilen bireysel görüşmeler sonrasında öğrenciler arasında ciddi ruhsal sağlık sorunlarıyla karşılaşıldığında öğrenciler hastanelerin psikiyatri servisine yönlendirilmiştir. Görüşmeler sırasında intihar düşüncesi olduğu tespit edilen ve İTÜ bünyesinde intihar girişimi olan öğrenciler ile görüşme süreçleri sonlandırıldıktan sonra da temaslar sürdürülmeye devam edilmektedir.

Uzmanlarımız tarafından, etkili ve sürdürülebilir psikolojik desteğin geliştirilmesi amacıyla güncel teorik ve pratik bilgileri edinmeye yönelik çalışmalar bu sene de sürdürülmüştür. Öğrencilerin ihtiyaçları ve talepleri gözetilerek ilgili yayınların ve güncel çalışmaların takip edilmesi planlanarak devam edecektir.