

BANDIRMA ONYEDİ EYLÜL ÜNİVERSİTESİ

PSİKOLOJİK DANIŞMA ve REHBERLİK BİRİMİ

2023 YILI BİRİM İÇ DEĞERLENDİRME RAPORU

Bandırma Onyedi Eylül Üniversitesi Sağlık Kültür ve Spor Dairesi Başkanlığı, Psikolojik Danışmanlık ve Rehberlik (PDR) Birimi, Üniversitemiz öğrencilerinin kendilerini tanıması, sağlıklı kararlar alması, üniversite yaşamına uyum sağlaması, ders başarılarının artırılması ve karşılaştıkları psikolojik, sosyal ve kariyere ilişkin problemlerin çözümü için ücretsiz psikolojik danışma ve rehberlik hizmeti sağlamaktadır.

Bu doğrultuda öğrencilerimizin birimizden destek aldığı konular aşağıda on başlık altında sıralanmıştır:

1. Ailevi Problemler:

Aile ilişkilerinde fiziksel/psikolojik şiddete maruz kalmak, ebeveynler ya da kardeşler ile geçimsizlik, aile birliğinin bozulması ya da olmaması, ebeveynlerden en az birinin bireyi ihmal etmesi, aşırı korumacı ebeveynliğe maruz kalmak vb.

2. Akademik Başarı ve Kariyere İlişkin Problemler:

Bireyin okuduğu bölümden memnun olmaması ve buna bağlı olarak gelişen problemler. Ders çalışmakta, konsantrasyonu sağlamakta ve sürdürmekte problemler yaşamak. Kariyere ilişkin neler yapabileceğini/yapmak istediğini bilmemek, karar verememek ve bu durumlardan kaynaklı yaşanan problemler. KPSS, ALES, DGS ve YDS gibi sınavlara hazırlık sürecinde yaşanan zorluklar vb.

3. Anksiyete Problemleri:

Sınav kaygısı, gelecek kaygısı, sosyal kaygı, yaygın kaygı ve travmatik yaşam olayları sonrasında gelişen kaygı problemleri, fobiler, panik atak vb. kaygı problemleri.

4. İlişkisel Problemler:

Romantik ilişki içerisinde bulunulan kişiden ayrılmak, terkedilmek, aldatılmak. Bu olaylar sonrasında gelişen psikolojik problemler. Eski partneri unutmamak ve günlük yaşama devam etmekte zorluk yaşamak. İlişki içerisinde bulunulan partnerden kötü muamele ve şiddet görmek, anlaşmazlık/geçimsizlik vb.

5. Kişisel Problemler:

Bireyin kendi davranış kalıpları, kişisel becerileri ve kişilik yapılanması ile ilgili problemler yaşaması durumları. Özgüven/özsaygı eksikliği, atılganlık/iletişim becerileri eksikliği, sosyal beceri eksiklikleri, hatalı düşünce sistemlerine sahip olmak, kendi fiziksel ve kişisel özellikleri ile barışık olmama durumları, öfke kontrol problemleri, zararlı alışkanlıklar vb.

6. Psikosomatik Problemler:

Fiziksel bir sebebe dayanmayan bedensel ağrı ve yakınmalar. Baş ağrısı, bel/boyun ağrıları, mide/bağırsak bozulmaları, kaşıntı/döküntü vb. durumlar yaşamak.

7. Uyku ve Beslenme Problemleri:

Uyku hijyeni kurallarını bilmemek ve buna bağlı olarak gelişen uyku problemleri sonrasında biyolojik, psikolojik ve sosyal sağlığın bozulması. Kilo durumu ve dış görünüş ile takıntılı bir şekilde meşgul olmak, buna bağlı olarak meydana gelen yeme bozuklukları ve sağlık problemleri.

8. Üniversite Yaşamına Uyum Problemleri:

Aile ve alışık olunan çevreden ilk kez uzun süreli uzak kalma durumuna bağlı olarak yoğun bir şekilde aile/ev özlemi yaşamak ve akabinde gelişen psikolojik problemler. Yatay geçişle üniversite değişikliğine bağlı olarak arkadaş edinmekte, sosyalleşmekte ve yeni üniversite ortamına uyum sağlamakta yaşanan problemler. Üniversite yaşamındaki boş zaman çokluğuna bağlı olarak gelişen boşlukta hissetme ve bocalama durumları, faydalı aktivitelerle vakit geçirme becerisi eksiklikleri vb.

9. Yas Süreci Problemleri:

Aile, akraba ya da arkadaş çevresinden birinin vefatı sonrasında meydana gelen yas süreci ve buna bağlı olarak gelişen psikolojik problemler.

10. Yurt ve Ev Ortamında Yaşanan Problemler:

Yurt yaşamında oda arkadaşları ile ve evlerde ev arkadaşları ile yaşanan problemler; gürültü yapılması, izinsiz misafir getirilmesi, ortak alanların kullanımında anlaşmazlıklar yaşanması, koku ve hijyen problemleri, yurt odalarında ışık kullanımı, oda içerisinde yemek yemek, parfüm sıkmak, telefon ile uzun süre konuşmak vb., nedeniyle yaşanan anlaşmazlık ve kavgalar. Bu anlaşmazlıklarda bireyin zorbalığa maruz kalması neticesinde psikolojik sağlığın bozulması.

2023 Yılı İçerisinde Yapılan Görüşmelere Dair Sayısal Veriler:

Yıl içerisinde yaşanan ve ülkemizi derinden sarsan 6 Şubat 2023 Kahramanmaraş depremleri akabinde ülke çapında tüm üniversitelerin bahar akademik dönemi için uzaktan öğretim yolu ile öğretim faaliyetlerine devam etmesi yıl içerisinde birimize yapılan başvuruların ve gerçekleştirilen görüşmelerin yaklaşık olarak yüzde elli oranında hedeflenen miktarın altında kalmasına neden olmuştur. Fakat bu süreçte söz konusu doğal afet ve diğer konular ile ilgili iş ve işlemler yürütülerek hizmetlere devam edilmiştir. Yılın kalan dönemi içerisinde birimize 65 yeni başvuru alınarak 183 görüşme gerçekleştirilmiştir. Yapılan görüşmelere ilişkin istatistiki veriler aşağıda paylaşılmıştır.

Yapılan Görüşmelerin Konularına Göre Dağılımı:

	Görüşme Konusu	Görüşme Sayısı	Yüzde
1.	Ailevi Problemler	39	% 21
2.	İlişkisel Problemler	36	% 20
3.	Kişisel Problemler	32	% 17
4.	Akademik Başarı ve Kariyere İlişkin Problemler	24	% 13
5.	Anksiyete Problemleri	21	% 11
6.	Üniversite Yaşamına Uyum Problemleri	10	% 5
7.	Yurt ve Ev Ortamında Yaşanan Problemler	8	% 4
8.	Uyku ve Beslenme Problemleri	5	% 3
9.	Yas Süreci Problemleri	5	% 3
10.	Psikosomatik Problemler	3	% 2

Alınan Başvuruların Cinsiyete Göre Dağılımı:

	Cinsiyet	Başvuru Sayısı	Yüzde
1.	Kadın	44	% 68
2.	Erkek	21	% 32

Alınan Başvuruların Akademik Birimlere Göre Dağılımı:

	Akademik Birim	Başvuru Sayısı	Yüzde
1.	İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi	18	% 28
2.	Ömer Seyfettin Uygulamalı Bilimler Fakültesi	8	% 12
3.	İnsan ve Toplum Bilimleri Fakültesi	7	% 11
4.	Sanat, Tasarım ve Mimarlık Fakültesi	7	% 11
5.	Sağlık Bilimleri Fakültesi	6	% 9
6.	Mühendislik ve Doğa Bilimleri Fakültesi	6	% 9
7.	Denizcilik Fakültesi	3	% 4.5
8.	Gönen Meslek Yüksekokulu	3	% 4.5
9.	Bandırma Meslek Yüksekokulu	3	% 4.5
10.	Denizcilik Meslek Yüksekokulu	1	% 1.5
11.	Yabancı Diller Yüksekokulu	1	% 1.5
12.	Sağlık Hizmetleri Meslek Yüksekokulu	1	% 1.5
13.	Susurluk Tarım ve Orman Meslek Yüksekokulu	1	% 1.5

6 Şubat Deprem Felaketi Sonrasında Gerçekleştirilen Faaliyetler:

Üniversitemizin Yükseköğretim Kurulu talepleri doğrultusunda 6 şubat depremleri akabinde ivedilikle oluşturduğu Depremden Etkilenen Öğrenci, Personel ve Yakınlarına Destek Programı Görevlileri ekibinde yer alarak konuyla ilgili iş ve işlemler, yazışma süreçleri yürütülmüş toplantılarda görev alınmıştır.

Yaşanan deprem felaketi sonrasında tüm öğrencilerimizin ve personelimizin afet yaşantıları ve sonrasında gelişen psikolojik problemler ile ilgili sağlıklı ve doğru bilgiler edinebilecekleri ‘Afet Sonrası Psikososyal Destek Bilgi Sayfası’ hizmete sunulmuş, konuyla ilgili basılı ve görsel materyaller bu sitede bir araya getirilmiştir. Psikolojik ilk yardım, psikososyal destek, afet sonrası gelişebilecek psikopatolojik durumlar konulu içerikler ile birlikte depremde vatandaşlara yönelik haber ve duyuru paylaşımları yapılmıştır.

YÖK Bağımlılıkla Mücadele Eylem Planı Doğrultusunda Gerçekleştirilen Faaliyetler:

Üniversitemiz Bağımlılıklar ile Mücadele Komisyonu’nda görev alarak YÖK Bağımlılıkla Mücadele Eylem Planı doğrultusunda çalışmalar yürütülmüştür. Bu çalışmalar şunlardır:

- Balıkesir Emniyet Müdürlüğü görevlileri ile birlikte Üniversitemiz tüm akademik birimlerine yönelik ‘Narkotik Suçlarla, Terörle ve Siber Suçlarla Mücadele Semineri’ düzenlenmiştir.
- 2022 yılında oluşturduğumuz BANÜ Bağımlılıklar ile Mücadele Bilgi Sayfası bir internet sitesi formatında yeniden düzenlenerek öğrencilerimizin hizmetine sunulmuştur. Konu ile ilgili basılı ve görsel materyaller bir araya getirilmiş, haber ve duyuru paylaşımları yapılmıştır.
- Oluşturduğumuz internet sitesi güz ve bahar döneminde öğrencilerimiz ile e-posta ve sms yolu ile paylaşılmıştır.
- Üniversitemizde yürütülen bağımlılıklar ile mücadele konulu faaliyetlerin bilgileri düzenli olarak Yüksek Öğretim Bilgi Sistemine işlenmiştir.
- Bu konular ile ilgili kurum içi ve kurum dışı yazışma süreçleri yürütülmüştür.

Yapılan etkinliklere dair verileri özetleyen tablo aşağıda yer almaktadır.

Tarih	Etkinlik	Ulaşılan Öğrenci Sayısı
09.06.2023	BANÜ Bağımlılıklar ile Mücadele Bilgi Sayfası'nın e-posta yolu ile paylaşımı	18764
22.06.2023	BANÜ Bağımlılıklar ile Mücadele Bilgi Sayfası'nın sms yolu ile paylaşımı	18764
14.11.2023	BANÜ Bağımlılıklar ile Mücadele Bilgi Sayfası'nın e-posta yolu ile paylaşımı	21774
20.12.2023	Gönen MYO Narkotik Suçlarla, Terörle ve Siber Suçlarla Mücadele Semineri	250
20.12.2023	Manyas MYO Narkotik Suçlarla, Terörle ve Siber Suçlarla Mücadele Semineri	250
27.12.2023	Erdek MYO Narkotik Suçlarla, Terörle ve Siber Suçlarla Mücadele Semineri	100
27.12.2023	Merkez Yerleşke Narkotik Suçlarla, Terörle ve Siber Suçlarla Mücadele Semineri	450
27.12.2023	Bandırma MYO Narkotik Suçlarla, Terörle ve Siber Suçlarla Mücadele Semineri	150
27.12.2023	Denizcilik MYO Narkotik Suçlarla, Terörle ve Siber Suçlarla Mücadele Semineri	150

Paydaş Kurumlar ile Birlikte Gerçekleştirilen Faaliyetler:

Bandırma İlçe Sağlık Müdürlüğü bünyesinde oluşturulan Bağımlılıkla Mücadele İlçe Koordinasyon Kurulu'nda görev alınmıştır. Söz konusu kurulun üç aylık dönemler içerisinde gerçekleştirdiği toplantılara katılarak Üniversitemizde konu ile ilgili yapılan faaliyetlere ilişkin bilgiler verilmiş ve diğer kurumlar ile işbirliği ve istişare süreçleri yürütülmüştür.

Üniversitemiz Kalite Çalışmaları Kapsamında Gerçekleştirilen Faaliyetler:

Öğrencilerimizin Birimimize daha kolay ulaşımını sağlamak amacıyla ve aynı zamanda konum olarak Birimimiz için daha uygun bir lokasyon olan, 19 no.lu Aile Sağlığı Merkezi yanındaki yeni ofisimizde hizmet vermeye başlanmıştır. Söz konusu odanın PDR hizmetleri ilke ve esaslarına uygun olarak dekorasyon işlemleri yapılmıştır.

Birimimizden hizmet alan öğrencilerin memnuniyet düzeylerini ölçmek ve onların geri bildirimleri ışığında sürekli olarak gelişime açık bir birim olmak amacıyla 'PDR Birimi Memnuniyet Anketi' hazırlanmıştır. 2024 yılı içerisinde bu anket ile veri toplanacaktır.

Birimimiz internet sitesindeki bilgi içeriğinin artırılması amacıyla güncellemeler yapılmıştır. Kullanılan formlar, Birimimizin iş ve işleyiş esasları hakkında bilgiler, öğrencilerimizin istifade edebileceği görsel ve basılı materyaller paylaşılmıştır. Öğrencilerimizin randevu talebinde bulunabilecekleri e-posta ve telefon numaralarımızın duyurusu yapılmıştır. Aynı zamanda söz konusu sitedeki 'iletişim' menüsü üzerinden randevu talebinde bulunabilme kolaylığı sağlanmıştır.