

SAĞLIK, KÜLTÜR VE SPOR DAİRE BAŞKANLIĞI

Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Birimi

- Danışmanlık, konusunda uzman kişilerle konuşarak sorunları aşma sürecidir. Görüşmelerde konuştuklarınız, tutulan notlar ve raporlar gizlilik ilkesi çerçevesinde hiç kimse ile paylaşılmaz. Bu ilke, ancak kendinize ya da bir başkasına zarar vermeniz söz konusu olduğunda geçersiz kalır ve danışmanınız sizinle ilgili bilgileri gerekli gördüğü kişilerle paylaşabilir.
- Bilgileriniz, kimliğinizi açık etmeyecek şekilde düzenlenerek, eğitim amaçlı toplantılarda ve raporlarda yer alabilir.
- Görüşmeler 50-60 dakikalık sürelerde haftada 1 kez olacak şekilde planlanır. Randevunuza gelemeyeceğiniz durumlarda en az 24 saat öncesinden haber vermeniz önemlidir. Geç kalmanız durumunda görüşmenin bitiş saati değişmez. Bu nedenle, bu süreçten en iyi şekilde faydalanabilmeniz için görüşmelerinize tam saatinde katılmanız beklenmektedir. Seansların verimli geçmesi amacıyla görüşmelerde cep telefonlarının kapalı tutulması ve sigara içilmemesi gerekmektedir.
- Terapistiniz, gerektiğinde, yardım almanız için sizi dışarıda başka bir uzmana yönlendirebilir; böyle bir durumda dışardaki görüşme sorumluluğu size aittir.
- **Aşağıda yazan maddeler veya herhangi başka bir sebepten dolayı danışmanlık almak isteyen öğrenciler; mail ya da dahili numaradan randevu alabilirler.**

Umutsuzluk-çaresizlik Yorgun-halsiz, enerjisiz hissetme Haz almama- duygu hissedememe İsteksizlik-motivasyonsuzluk Yalnızlık duygusu Yaşamına son verme düşünceleri Unutkanlık-hatırlamada güçlük Dikkat toplama/sürdürmede güçlük Uyku problemi Kaygı duyma-aşırı evham Panik atak Gerginlik-huzursuzluk Asabiyet-öfke Saldırganlık Beden ağrıları (baş, mide vs) Aklınızdan çıkmayan düşünceler Yapmayı durduramadığınız davranışlar Okul-derslerle ilgili sorun	Sınav-akademik konularda sorun Ebeveynler ile sorunlar Eş-partner ile sorunlar İlişki problemleri Cinsel sorunlar Çocuklarınızla ilgili sorunlar Arkadaş ilişkilerinde sorunlar Sosyal ortamlarda gerginlik duyma Alkol/madde kullanımı Aldatma Boşanma Terk edilme/ ayrılık Kendine güvensizlik İşsizlik-iş bulma sorunları Sevilen birinin kaybı Travmatik bir olay Mutsuzluk-çökkünlük
---	---

Tuğçe KÜRKCÜOĞLU

Klinik Psikolog

tugce.kurkcuoglu@gedik.edu.tr

Dahili: 1238

Ofis: C blok-304/ Kartal Yerleşkesi