**KOÇ ÜNİVERSİTESİ REHBERLİK SERVİSİ**

**1. KURES nedir?**

KURES – Koç Üniversitesi Rehberlik Servisi anlamına gelmektedir.

**2. KURES’in amacı nedir?**

Rehberlik Servisi’nin amacı, Koç Üniversitesi öğrencinin kendisini tanıması, yaşadığı sorunlara çözüm yolları geliştirebilmesi, çevresine dengeli ve sağlıklı bir düzeyde uyum sağlaması ve toplumda sorumlu bir birey olarak yetişmesi için profesyonel destek vermektir.

**3. KURES hangi hizmetleri vermektedir?**

1 - Rehberlik Hizmetleri

2 - Kişisel Gelişim Seminerleri

3 – Cinsel Taciz Danışmanlığı

* Rehberlik Hizmeti nedir?

Rehberlik hizmeti, öğrencilerin psikolojik sıkıntı hissettiklerinde profesyonel destek almak için başvurabilecekleri ilk birimdir. Psikolojik danışmanlık gerektiren durumlar arasında genellikle ilişki problemleri, depresyon, öfke kontrolü, özgüven sorunları, sınav kaygısı, verimli ders çalışamama, aile içi çatışmalar, korkular ve madde bağımlılığı yer almaktadır.

Öğrenci psikolojik danışmanı ile güncel sorunu ve sebeplerini birlikte tanımlayarak, çözüm yolları ve etkili başa çıkma yöntemleri geliştirmeye yönelik çalışır. Gerekli görülen durumlarda psikiyatrik değerlendirme ve psikoterapi amacıyla, KUPTEM’deki (Koç Üniversitesi Psikolojik Danışmanlık ve Psikoterapi Merkezi) psikiyatrist ya da klinik psikologlara yönlendirme yapılır. KUPTEM Sağlık Merkezi’nde yer almaktadır.

* Kişisel Gelişim Seminerleri nedir?

KURES, üniversite çalışanlarının ve öğrencilerinin kişisel ve akademik gelişimlerini desteklemek amacıyla yıl boyunca çeşitli konularda Kişisel Gelişim Seminerleri düzenler. Seminerlerin amacı beden ve ruh sağlığı konularında üniversitenin bileşenlerini bilinçlendirmektir. Gelişim seminerleri, etkili ve doğru iletişim, motivasyon becerileri, sınav stresi ile başa çıkma yöntemleri, ilişkiler, nefes ve stres yönetimi, bilinçli farkındalık (mindfulness), öfke kontrolü ve üniversite hayatına uyum gibi konular üzerinde yoğunlaşır.

* Cinsel Taciz Danışmanlığı nedir?

Çalışma, öğrenme ve yaşam alanlarında cinsel tacizi önlemek Koç Üniversitesi’nin en önemli görevleri arasında yer almaktadır. KURES, üniversite yaşamında cinsel tacizi önlemek ve cinsel taciz konusunda farkındalık yaratmak için 2016 yılında hazırladığı sanal eğitimi öğrencilerin hizmetine sunmaya devam etmektedir. Cinsel Taciz Önleme ve Bilgilendirme Eğitimi cinsel taciz ile ilgili ana temaları, cinsel tacizi önleme ve taciz ile mücadele yöntemlerini, ihbar ve şikayet süreçleri hakkında gerekli bilgilendirmeleri ve etik prensiplerin gözetildiği örnekleri içermektedir.

Cinsel Taciz Önleme ve Bilgilendirme Eğitimi ile beraber KURES danışmanları, cinsel tacize maruz kalan ya da tanık olan öğrencilere şikayet süreçlerinde danışmanlık yapmakta ve ihtiyaca göre psikolojik destek sağlamaktadır.

**4. KURES’te psikolojik danışmanlık görüşmelerinde paylaşılanlar gizli kalır mı?**

Psikolojik danışmanlık görüşmelerinde gizlilik ilkesi esastır. Bu görüşmelerde paylaşılanlar öğrenci ile çalıştığı uzman arasında kalır. Öğrencinin kendine ya da başkasına zarar verme riski söz konusuysa, koruma amacıyla bu bilgi öğrencinin ailesi ve gerekli birimlerle paylaşılır. Bu sırada, öğrenci konu hakkında önceden bilgilendirilir.

**5. KURES’e nasıl ulaşılabilir?**

KURES’e 08.30 – 17.30 saatleri arasında ulaşabilecek iletişim bilgileri aşağıda belirtilmiştir:

Elif Isın – Rehberlik Servisi Koordinatörü

E-Posta adresi: kures@ku.edu.tr

Tel.: (212) 338 1749

Gülçin Yılmaz – Psikolojik Danışman / Klinik Psikolog

E- Posta adresi: kures@ku.edu.tr

Tel.: (212) 338 1272

Büşra Ertekin – Psikolojik Danışman / Klinik Psikolog
E- Posta adresi: kures@ku.edu.tr
Tel.: (212) 338 2777