AYDIN ADNAN MENDERES ÜNİVERSİTESİ

Psikolojik Danışma ve Rehberlik Uygulama ve Araştırma Merkezi

PDRM ÖĞRENCİ REHBERİ · 2026–2027



Merkezimiz Hakkında

1997 yılından bu yana Rektörlüğe bağlı olarak hizmet veren merkezimiz; üniversite öğrencilerinin psikolojik, sosyal ve akademik gelişimini desteklemek amacıyla bireysel danışmanlık, grup çalışmaları, psiko-eğitim programları ve araştırma faaliyetleri yürütmektedir.

Üniversite yaşamınız boyunca zorlandığınızda, destek aradığınızda ya da sadece konuşacak bir yere ihtiyaç duyduğunuzda **PDRM olarak buradayız.** Kapılarımız size her zaman açık.

1997 yılından beri

5 uzman birim

Tüm hizmetlerimiz ücretsizdir.

HİZMETLERİMİZ

- **Bireysel Danışma**
- **Grupla Danışma**
- **Psiko-Eğitim**
- **Atölye Çalışmaları**
- **Konferans ve Seminer**
- **Broşür ve Podcast**
- **Araştırma ve Planlama**
- **Bağımlılığı Önleme**

BİRİMLERİMİZ

- Psikolojik-Eğitsel Hizmetler
- Travma ve Krize Müdahale
- Sosyal Kültürel Hizmetler
- Bağımlılık
- Araştırma-Planlama

BAŞVURU KONULARI

Bize hangi konularda başvurabilirsiniz?

Korku ve kaygılar · Depresyon · Stres ve stresle baş etme · Uyum · Yalnızlık · Akademik başarı · Akademik erteleme · Karar verme · Amaç belirleme · Gelecek kaygısı · Özgüven · Kimlik ve kendilik · İlişkiler · Aile içi ilişkiler · Öfke kontrolü · Kayıp ve yas · Travma · Zarar verme düşünceleri · Uyku sorunları · Bağımlılık

> *Hayat doğrusal bir süreç değildir. Dönem dönem daha kaygılı, daha yorgun ya da daha mutsuz hissedebilirsiniz. Bu son derece insani bir deneyimdir.* ***Destek aramak ise güçlü bir başlangıçtır.***

NASIL BAŞVURABİLİRİM?

ONLINE
Randevu alın
pdrm.adu.edu.tr

YA DA

YÜZ YÜZE
Merkezimize gelin
Hafta içi 08:30 – 17:00

Başvuru için **başvuru formunu doldurmanız gerekmektedir.**

İLETİŞİM

Hafta içi 08:30 – 17:00

ADÜ Merkez Kampüsü
Merkez Yemekhane Binası Yanı

0256 218 20 17 (Direkt)
0256 218 20 00 / 2594 (Santral)

pdrm@adu.edu.tr
pdrm.adu.edu.tr

SOSYAL MEDYA

Instagram	@adupdrm
X	@adupdrm
Facebook	/adupdrm
LinkedIn	/in/adupdrm
Podcast	ADÜ PDRM (Spotify)

ONLINE RANDEVU
pdrm.adu.edu.tr

Üniversite yaşamınızda yanınızdayız.

Acil durumlarda: **112**