



# psikolojik danışmanlık ve rehberlik servisi



# HAKKINDA

BİREYDE MEYDANA GELEN DAVRANIŞ DEĞİŞİKLİKLERİNİN BİR KISMI RASTLANTISAL VE KENDİLİĞİNDEN, BİR KISMI İSE YETİŞKİNLER TARAFINDAN PLANLI VE KASITLI OLARAK GERÇEKLEŞTİRİLİR. BİREYLERİN DAVRANIŞLARINDA KENDİ YAŞANTILARI YOLUYLA KASITLI VE İSTENDİK DAVRANIŞ DEĞİŞİKLİĞİ MEYDANA GETİRME SÜRECİNE “EĞİTİM” ADI VERİLMEKTEDİR.

AMACI, BİREYLERİN KENDİLERİNİ GERÇEKLEŞTİRMELERİNE YARDIM ETMEK OLAN REHBERLİK VE PSİKOLOJİK DANIŞMANLIK HİZMETLERİNİN ESASI DA BİREYLERİN DAVRANIŞLARINDA OLUMLU YÖNDE DEĞİŞİKLİKLER MEYDANA GETİRMEYE YÖNELİKTİR.

## PSIKOLOJİK DANIŞMA NEDİR?

Psikolojik danışma; kişisel, sosyal, eğitsel ve mesleki konularda kişilerin, amaçlarını belirleme, karar verme, var olan problemlerini çözüme vb. konularda tarafsız, kişilik haklarına saygılı, güven ve gizliliğe önem veren uzmanlardan yardım aldığı bir gelişim sürecidir.



## REHBERLİK NEDİR?

Rehberlik; bireyin kendini, çevresindeki olanakları tanıması, gizil güçlerini geliştirmesi, sorunlarını çözebilmesi ve "kendini gerçekleştirme" için uzmanlarca yapılan; süresi, çözüm yolları ve sonuçları bireye göre farklılaşan profesyonel yardım sürecidir.



# İLKELERİMİZ

- PDR hizmetleri, eğitim kurumlarının eğitim-öğretim etkinlikleri bütünlüğü içinde yer alır.
- PDR hizmetleri tüm ilgililerin iş birliği ile yürütülür.
- PDR hizmetleri tüm bireylere yöneliktir.
- PDR hizmetlerinde gönüllülük esastır.
- PDR hizmetlerinde gizlilik esastır.
- PDR hizmetlerinde koşulsuz kabul, bireye saygı, tarafsızlık esastır.
- PDR hizmetlerinde bireysel farklılıklara saygı esastır.
- PDR hizmetlerinde bireye ve topluma karşı sorumluluk söz konusudur.
- Görüşme sürecinin verimliliği için, randevulu çalışma sistemi esas alınır.

# PSİKOLOJİK DANIŞMA İLE İLGİLİ ÖN YARGILAR ve GERÇEKLER

## ÖN YARGI

Psikolojik danışmanlık sadece yoğun duygusal problemi olan zayıf karakterli kişiler ya da davranış bozukluğu gösteren, başarısız, öğrencilere yönelik bir yardım sürecidir.

Psikolojik danışmaya başvuran kişiler zayıf değil, gerçekte yaşamlarından ve kendilerinden sorumlu olduğunun farkında olan ve mevcut problemlerini, yaşadıkları zorlukları çözmek için ilk adımı atmış kişilerdir.

## ÖN YARGI

Değişim çok kolaydır.

Psikolojik danışmanlık, problemleri anında çözüveren bir süreç olmadığı gibi, psikolojik danışman da elinde sihirli değnek olan kişi değildir. Değişim, her zaman kolay değildir. Üzerinde zaman ve emek harcamak gereklidir. Psikolojik danışma ve rehberlik yardımı alan bireyin bu yardımı almaya hazır ve istekli oluşu (gönüllülük) önemlidir.

# PSİKOLOJİK DANIŞMA İLE İLGİLİ ÖN YARGILAR ve GERÇEKLER

## ÖN YARGI

Rehber öğretmen öğrenciyi çözümler, ona yaşamında problemlerini çözmek için ne yapması gerektiğini anlatır, öğütler verir.

Rehber öğretmen, problemlerin nasıl çözüleceği konusunda öğüt veren kişi değil; danışma süreci içinde birlikte belirlenen hedeflere ulaşmak, bireyin çeşitli konularda sağlıklı karar vermesi veya problemlerini çözmesi sürecinde farkındalık kazanmasına yardımcı olan kişidir. Psikolojik danışma ve rehberlik, bu yardımı alan birey bakımından bir öğrenme konusu ya da ders değildir.

## ÖN YARGI

Rehberlik Servisine başvuruların rehber öğretmenleriyle paylaştıkları, bireysel dosyalarına işlenmektedir ve herkese açıktır.

Psikolojik danışmanlık hizmetlerinin en önemli ilkelerinden birisi gizlilik. Psikolojik Danışmanlık ve Rehberlik Servisinden destek alanlar hakkında veya bu kişilerin danışmanlarına verdikleri bilgilerle ilgili olarak onların bilgisi ve izni olmadan hiç kimseye veya kuruma bilgi verilmez.





# SORUN ALANLARINA GÖRE REHBERLİK



EĞİTSEL  
REHBERLİK



MESLEKİ  
REHBERLİK



KİŞİSEL-SOSYAL  
REHBERLİK



# OKUL REHBERLİK SERVİSİNDEN HANGİ KONULARDA YARDIM ALABİLİRSİNİZ?

## EĞİTSEL REHBERLİK

- SINAV SİSTEMİ
- VERİMLİ DERS ÇALIŞMA TEKNİKLERİ,
- TEST ÇÖZME TEKNİKLERİ,
- HEDEF BELİRLEME,
- SINAV KAYGISI,
- MOTİVASYON,
- ZAMAN YÖNETİMİ,
- SINAV STRATEJİLERİ
- ÖĞRENME STİLLERİ
- OKULA UYUM SAĞLAMA(ORYANTASYON)
- ODAKLANABİLME VB.

## MESLEKİ REHBERLİK

- İLGI VE YETENEKLERİNİ BELİRLEME
- MESLEKLERİ TANIMA
- KARIYER PLANLAMA
- MESLEKİ HEDEF BELİRLEME
- MESLEK SEÇERKEN DİKKAT EDİLMESİ GEREKEN HUSUSLAR VB.

## KİŞİSEL-SOSYAL REHBERLİK

- BİREYSEL OLARAK KARAR VEREBİLME,
- ZORBALIK VE AKRAN BASKISI KARŞISINDA NASIL DAVRANACAĞINI BİLME
- OLUMLU İLETİŞİM KALİPLERİ KAZANABİLME
- ÖFKEYLE BAŞA ÇIKABİLME
- ETKİLİ PROBLEM ÇÖZME BECERİLERİ GELİŞTİREBİLME VB.



# OKULUMUZ İÇİN BAŞLICA REHBERLİK SERVİSİ ÇALIŞMALARI

## Öğrenciye Yönelik Seminer Çalışmaları

Öğrencilerle yapılan seminer çalışmaları, farkındalık kazanmalarının yanı sıra öğrencilerin ihtiyacı olduğu konularda bilgi sahibi olmalarını sağlamak ve sorun yaşadıkları konuya yönelik öğrencilere destek sağlayabilmek amacıyla yapılır. Yıl içerisinde ihtiyaç doğrultusunda seminer çalışmaları yapılmaktadır.

- Verimli Ders Çalışma Teknikleri
- Zaman yönetimi
- Üst öğrenime geçiş sınav sistemi
- Test Çözme Stratejileri
- Okula ve Çevreye Uyum
- Rehberlik Servisinin Tanıtımı
- Psikolojik Sağlık
- Sağlıklı Yaşam
- Meslek Tanıtımları
- Mesleki Hedef Belirleme
- Stresle Baş Etme
- Akran Zorbalığı

## Öğretmene Yönelik Çalışmalar

Rehberlik Servisi, ders öğretmenleri ile rehberlik merkezli toplantılar yaparak sınıfta karşılaşılan sorunlar ve bu sorunların çözüm yolları hakkında görüşmeler yapmaktadır. Öğrenci odaklı toplantılar yapılarak tüm öğrenciler hakkında ayrıntılı bir şekilde konuşulup değerlendirmeler yapılmaktadır. Ayrıca ihtiyaç dahilinde sınıf ve branş öğretmenleriyle bireysel görüşmeler de yapılmaktadır.

## Veliye Yönelik Çalışmalar

Velilerimizle;

- Bireysel görüşmeler
- Eğitici Seminerler/  
Konferanslar/Dokümanlar
- Bilgilendirme ve yönlendirme
- Öğrencinin özelliklerine uygun eğitsel ve mesleki planlama yapılması
- Özel gereksinimi olan öğrenciler için işbirliğinin oluşturulması

vb. çalışmalar yapılmaktadır.