



## TOKİ HAYME ANA MESLEKİ VE TEKNİK ANADOLU LİSESİ PSİKOLOJİK DANIŞMANLIK VE REHBERLİK SERVİSİ

Sevgili Öğrenciler ve Değerli Velilerimiz,

Her birey kendine özgü, fiziksel, sosyal ve kültürel özelliklere sahiptir. Aynı yaşta, aynı okulda ve hatta aynı seviyede öğrenim gören iki öğrencinin benzer durumlar karşısında verecekleri tepkiler bireysel farklılıklar taşıyacaktır. Her birey; duygu, düşünce, yetenek, istek, gereksinim, güçlü ve zayıf yönler ile edindikleri hedef ve bu hedeflere ulaşmak için gösterdikleri çaba ile de birbirinden farklı özellikler taşır.

Psikolojik Danışma ve Rehberlik hizmetleri, öğrencilerin her birini gerek kişisel özellikleri, gerekse sosyal yönleriyle değerlendirerek; onların kendilerini gerçekleştirmelerine ve psikolojik olarak daha sağlıklı bireyler haline gelmelerine rehberlik eder.

Okul rehberlik servislerinin ilkeleri, amaçları ve faaliyetlerine dair bu bilgilendirme bülteni ile Okul Psikolojik Danışma ve Rehberlik Servisi Hizmetlerinden en yüksek faydanın sağlanması hedeflenmektedir.

Öğrencilerimizin gelişimlerine etkin katkılar yapmak amacıyla her zaman iletişime açık ve ulaşılabilir olduğumuzu hatırlatır; işbirliğiniz, katkılarınız ve desteğiniz için teşekkür ederiz.

Saygılarımla...

Zeynep Seda YOLUŞ

Psikolojik Danışman/Rehber Öğretmen

## PSİKOLOJİK DANIŞMA NEDİR?



**Psikolojik Danışma**, bireyin kendini anlaması, farkındalık kazanması, problemlerini tanımlaması ve çözüm yolları üretmesi, kararlar alması, çevresiyle uyumlu ve sağlıklı iletişim halinde olması kendini geliştirmesi için uzman kişiler tarafından profesyonel bir yardım sürecidir.

Psikolojik danışma süreci koşulsuz kabul, saygı ve empatiye dayalı bir süreçtir. Danışanın genel görünüşü, öğrenim düzeyin, yaşı, cinsiyeti, ırkı, ekonomik durumu gibi özelliklerine bakılmadan ön yargısız, danışanın olduğu gibi kabul edilen bir süreçtir.

Diğer bir önemli durum ise danışma sürecinde gizlilik esastır. Danışanın anlattığı konular süreç içerisinde danışman ve danışan arasında bazı haller dışında üçüncü şahısların bilgi alamadığı bir süreçtir.

## REHBERLİK NEDİR?



**Rehberlik**; bireyin kendisini anlaması, problemlerini çözmesi, gerçekçi kararlar alması, kapasitelerini kendine en uygun düzeyde geliştirmesi, çevresine dengeli ve sağlıklı bir uyum sağlaması ve böylece kendini gerçekleştirme için uzman kişilerce bireye sunulan yardımlardır.

Psikolojik danışma ve rehberlik hizmetleri;

- ✓ Tüm bireylere yöneliktir.
- ✓ Tüm ilgililerin işbirliği ile yürütülür.

Psikolojik danışmanlık ve rehberlik hizmetlerinde;

- ✓ Gizlilik esastır
- ✓ Bireysel farklılıklara saygı esastır.
- ✓ Tarafsızlık esastır.
- ✓ Bireye ve topluma karşı sorumluluk söz konusudur.

## REHBERLİK SERVİSİNİN AMAÇLARI



Öğrencilerin;

- İnsanlarla sağlıklı ilişkiler kurabilmesine,
- Çalışmayı zevk hâline getirmelerine ve serbest zamanlarını iyi kullanmalarına,
- Öğrencinin sosyal, duygusal ve zihinsel gelişimine,
- Öğrencinin özgüven ve özsaygı geliştirebilmesine,
- Öğrencinin problem çözme ve sorunla baş etme becerisinin gelişmesine,
- Sahip olduğu yeteneklerinin farkına varmasına ve kendini tanımasına,
- Öğrencinin kendine ve hayata olumlu bakabilmesine,
- Kendi gücünün ve sınırlarının farkına varmasına,
- Başarılı olması ve amacına ulaşabilmesi için gerçekçi hedefler belirleyebilmesine,
- Yaşamın zorlukları ile krizleri ile başa çıkma becerileri geliştirmelerine,
- Ruhsal yönden sağlıklı ve topluma yararlı bir birey olarak yetişmesine yardımcı olmaktır.

## REHBERLİK SERVİSİ İLE İLGİLİ YANLIŞ BİLİNENLER

### 1.Rehberlik servisinden sadece problemlili öğrencilerin yardım alacağı düşüncesi:



Rehberlik servisinden sadece problemlili insanların yardım aldığı düşüncesi çok yanlıştır. Tüm öğrenciler rehberlik servisinden yardım alabilirler. Öğrencilerin yapabileceğinin en iyisini yapması için yardımcı olan, tüm öğrenci ve velilere yönelik bir hizmettir.

### 2.Rehberlik servisinin bireyin kendi yerine karar vereceği düşüncesi:

Rehberlik servisi öğrencinin yerine karar vermez. Öğrencinin kendi ilgi yetenek ve kişilik özelliklerinin farkına varmasını sağlayarak doğru karar vermesine yardım eder.

### 3.Rehberlik servisinin bireyin problemini çözeceğine dair olan düşünce:



Rehberlik servisi öğrencinin problemini çözmez. Problem çözme becerisini geliştirmeye çalışır ve alternatif çözüm yolları bulmasına yardımcı olur.

### 4.Rehberlik servisinin disiplin sağlama yeri olduğuna dair olan düşünce:

Rehberlik servisinin disiplini sağlamak gibi bir görevi yoktur. Öğrencileri yargılama ve cezalandırma yeri değildir. Rehberlik karşılıklı anlayış, hoşgörü ve saygı ilkesine dayanır.

### 5. Rehberlik Servisine başvuranların rehber öğretmenleriyle paylaştıkları herkese açıktır düşüncesi:

Psikolojik danışmanlık hizmetlerinin en önemli ilkelerinden birisi gizlilikdir. 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.

## REHBERLİK SERVİSİ NELER YAPAR?

### (FAALİYET ALANLARI)

#### ✓ Öğrenci Tanıma Çalışmaları:

Öğrencilerin okula geldikleri andan itibaren yaş gelişim düzeyine göre tüm gelişim alanları dikkate alınarak yapılan gözlem, görüşme, test ve tekniklerden oluşan çalışmalardır.

#### ✓ Alıştırma ve Oryantasyon Hizmetleri:



Okula yeni başlayan öğrencilere okulun, okul imkanlarının, yakın çevrenin, okulda uygulanan eğitim programının, okulun eğitsel, sosyal ve kültürel etkinliklerinin ve okulda uygulanan kuralların tanıtılması.

✓ **Rehberlik ve Psikolojik Danışma Hizmetleri:**



Öğrencilerin kişisel, eğitsel ve mesleki tüm problemleri üzerinde daha çok bilinçlenerek kendilerine uygun çözüm yolları bulabilmelerine yardım edilmesi.

✓ **Yerleştirme Hizmetleri:**



Öğrencilerin kendi ilgi ve ihtiyaçları doğrultusunda çeşitli okul içi programlar, üst okullar, iş ve mesleklere yönlendirilmesi ve yerleştirilmesi.

✓ **Bilgi Toplama ve Yayma Hizmetleri:**

Aileleri, öğrencileri ve öğretmenleri bilgilendiren broşür ve yayınlar hazırlamaktadır. Ayrıca öğrencilere okul içi programlar, sosyal, kültürel ve eğitsel çalışmalar, üst okullar, iş ve meslekler hakkında gerekli bilgilerin toplanıp verilmesi.

✓ **Çevre ve Veli İle İlişkiler:**

Velilerin eğitim öğretim ve rehberlik hizmetlerine katılımlarının, yardımlarının sağlanması; çevrede rehberlik ve psikolojik danışma hizmeti veren kurum, kuruluş ve rehberlik ve psikolojik danışma servisleri ile gerekli işbirliğinin yapılması.

## OKUL REHBERLİK SERVİSİNDEN HANGİ KONULARDA YARDIM ALABİLİRSİNİZ?

### 1.EĞİTSEL REHBERLİK KAPSAMINDA;



- \*Verimli ders çalışma
- \*Zaman yönetimi
- \*Öğrenmeye güdülenme
- \*Sınav kaygısı
- \*Test çözme teknikleri
- \*Öğrenme stilleri
- \*Ders çalışma planı



### 2.MESLEKİ REHBERLİK KAPSAMINDA;

- \*Üst öğrenim kurumları
- \*Meslekler
- \*Sınavlar (TYT - AYT)
- \*Alan seçimi
- \*Hedef belirleme



### 3. KİŞİSEL - SOSYAL REHBERLİK KAPSAMINDA;

- \*Özgüven geliştirme
- \*Özsaygı geliştirme
- \*İletişim becerileri
- \*Kaygı ile başetme becerileri
- \*Problem çözme ve karar verme becerileri
- \*Amaç belirleme, plan yapma ve uygulama becerileri



**Elinizi her uzattığınızda tutabileceğiniz bir el var !**

