

# PSİKOLOJİK DANIŞMA VE REHBERLİK SERVİSİ TANITIMI

## Rehberlik Nedir?

Rehberlik, bir insanın başka bir insana ya da gruba, o insanın ya da grubun en iyi biçimde yaşamasına, insanların kendilerini gerçekleştirmelerine en elverişli yolları bulabilmeleri için yapılan yardımdır.

## Rehberlik İlkeleri Nelerdir?

1. Rehberlik uygulamalarında öğrenci ile yakından ilgili olan herkesin anlayış ve işbirliği içinde çalışması gerekir.
2. Rehberlik anlayışı, her türlü çalışması ile öğrenciyi merkez alan bir eğitim sistemini öngörür.
3. Rehberlik yardımının esası, öğrencilerin kendi kişiliklerini daha iyi anlamalarını, problemlerine çözüm yolları bulmada onların kendi kendilerine yeter bir duruma gelmelerini sağlamaktır.
4. Rehberlik hizmetleri planlı, programlı, örgütlenmiş bir biçimde ve profesyonel bir düzeyde sunulmalıdır.

## Psikolojik Danışma ve Rehberlik Servisi Kimler İçindir? Neler Yapar?

ÖĞRENCİ

Uyum Çalışmaları

Akademik Gelişim Çalışmaları

(Verimli ders çalışma, stres yönetimi, çalışma programı  
sınav kaygısı vb.)

Kariyer Gelişim Çalışmaları

(Meslek tanıtımı, hedef belirleme, ilgi-yetenek-  
değerlerin keşfi vb.)

Sosyal-Duygusal Gelişim Çalışmaları

(Duygularını fark etme, hayır diyebilme, iletişim,  
zorbalık, öfke kontrolü, ihmal-istismar vb.)

ÖĞRETMEN

Müşavirlik

VELİ

Bireysel görüşmeler

Veli Eğitimleri

(Anne-baba tutumları, ergenlik dönemi  
özellikleri, mahremiyet, lise tanıtımları vb.)

Yeşilyuva Ortaokulu Rehberlik ve Psikolojik Danışma Servisi

# Hangi Konularda Rehberlik Servisine Başvurabilirim?

Okulumuzda bulunan rehberlik ve psikolojik danışma servisine ihtiyaç duyduğunuz her konuda başvurabilirsiniz.

## Bu konuların bazıları;

Kimseye anlatamadığınız fakat birileriyle paylaşmak gerekliliği hissettiğiniz duygu ve düşünceleriniz olduğuna inanıyorsanız,

Problem çözme yöntemlerini öğrenmek istiyorsanız,

Öfkenizi yönetme becerisini geliştirmek istiyorsanız,

Arkadaşlık ilişkilerinde problem yaşıyorsanız,

Aile içinde problem yaşıyor ve bu konuda biriyle konuşmak istiyorsanız,

Kendinizi geliştirmek, gerçekleştirmek ve ihtiyaç duyduğunuz konularda, ihtiyaç duyduğunuz anda görüşmek için rehberlik servisine başvurabilirsiniz.

Günlük hayatta karşılaştığınız problemlerle baş etmek için ihtiyaç duyulan becerileri kazanmanın yollarını öğrenmek istiyorsanız,

Sınavlar hakkında bilgi almak istiyorsanız,

Ders çalışma alışkanlıklarının nasıl olduğunu öğrenmek istiyorsanız,

Çekingenim, biraz daha girişken olmak istiyorum diyorsanız,

Sınav kaygısı yaşıyorsanız,

## Rehberlik ve Psikolojik Danışmaların Altın Kuralları



Yapılan görüşmelerde gizlilik ve gönüllülük esastır. Yani konuşulanlar herkese anlatılmaz.



Tüm öğrenciler içindir. Yardım almak isteyen herkes için kapılar açıktır :)

