

PSİKOLOJİK DANIŞMA VE REHBERLİK SERVİSİ

HATİCE ARSLAN
UZMAN PSİKOLOJİK DANIŞMAN &
BAĞIMLILIK DOKTORA ÖĞRENCİSİ

1-Psikolojik Danışma ve Rehberlik Nedir?

- * Bireyin kendini anlaması,
- * problemlerini çözmesi,
- * gerçekçi kararlar alması,
- * kapasitelerini geliştirmesi,
- * çevresine dengeli ve sağlıklı bir uyum yapması ve böylece kendini gerçekleştirmesi için
- * uzman kişilerce bireye yapılan psikolojik yardımlardır.

2- Psikolojik Danışma ve Rehberlik Ne Değildir?

- * Psikolojik danışma ve rehberlik yardımı bireye tek yönlü olarak doğrudan yapılan bir yardım değildir.

REHBERLİK NE DEĞİLDİR?

- * Psikolojik danışma ve rehberlik bireyin sadece duygusal yanı ile ilgilenmez.
- * Rehberlikte bireye acıma duygusuyla yaklaşılmaz.
- * Psikolojik danışma ve rehberlikte kullanılan bütün yöntemler ve teknikler amaç değil, sadece araçtır.

REHBERLİK NE DEĞİLDİR?

- * Psikolojik danışma ve rehberlik bir disiplin görevi değildir; rehberlik yargılamaz ve ceza vermez.
- * Rehberlik yardımı sadece “sorunlu” öğrencilere verilen bir yardım değildir.
- * Psikolojik danışma ve rehberlik her türlü problemi hemen çözebilecek sihirli bir güce sahip değildir.

3- Psikolojik Danışmanlık ve Rehberlik Hizmetlerinin Amacı Nedir?

- * Türk Millî Eğitiminin genel amaçları çerçevesinde eğitimde rehberlik hizmetleri; kendini tanıyan, kendisine sunulan eğitsel ve mesleki fırsatları değerlendirebilen, sorumluluk alabilen bireyler yetiştirilmesini ve bireylerin toplum içinde sağlıklı bir birey olarak yaşamlarını sürdürerek kendini gerçekleştirmelerini amaçlar.

REHBERLİĞİN AMACI;

AMAÇLARIMA ULAŞMAK İÇİN NE YAPMALIYIM? BEN KİMİM?

- * GÜÇLÜ VE ZAYIF YÖNLERİM NE?
- * SINIRLILIKLARIM NEDİR?
- * İLGİLERİM NEDİR?
- * NELER YAPABİLİRİM?
- * GÜCÜM NEDİR?
- * ÇEVREMDEKİ OLANAKLAR NEDİR?

Psikolojik Danışma ve Rehberliğin Dayandığı Temel İlkeler

- * Her birey seçme özgürlüğüne sahiptir. Rehberlik, bireye seçme özgürlüğü tanıyan çevrelerde var olabilir. Rehberliğin görevi, bireyin bu özgürlüğünü kullanabilmesi için seçenekleri algılayabilmesine ve doğru tercihler yapmasına yardımcı olmaya çalışmaktır.

İnsan Saygıya Değer Bir Varlıktır

- * Psikolojik Danışma ve Rehberlik Servisi bütün öğrencileri eşit kabul eder, değer verir ve özen gösterir.
- * ÇÜNKÜ İNSAN DEĞERLİDİR.
- * Her birey tektir, biriciktir, eşi benzeri yoktur.

Rehberlik Hizmetlerinde Gönüllülük Esastır.

- * Rehberlik hizmetleri, birinci derecede bireyi hedef alır. Bireyin iç dünyasının daha iyi anlaşılması amacını güden hizmetlerdir. Bu nedenle bu hizmetten yararlanmak kişinin isteğine bağlıdır.

Rehberlik Hizmetleri Bir Süreçtir.

- * Gelişim doğumdan ölüme kadar devam eden bir süreçtir ve bu süreçte her gelişim basamağının kendine özgü görevlerinin yerine getirilmesinde bireyler zaman zaman yardıma ihtiyaç duyabilirler. Bu nedenle rehberliği sadece belli yaş dönemlerine özgü bir hizmet olarak görmemek, ihtiyacı olan herkese hangi gelişim döneminde bulunursa bulunsun yardım sağlamak gerekir.

Rehberlik ve Psikolojik Danışmada gizlilik esastır.

- * Rehberlik ve Psikolojik Danışmada Hizmetlerinin verilişii sırasında danışanın mahremiyetine saygı duyulur, onun sırlarını saklamaya özen gösterilir. Psikolojik danışma durumlarda danışmanın sağladığı güven ortamı içinde danışan bazen kendisine itiraf etmediğı, söyleyemediğı yaşantılarını danışmanla paylaşabilir.

Rehberlik Tüm ğrencilere Açık Bir Hizmettir.

- * Rehberlik yardım isteyen herkese yapılan bir yardımdır.



* Problem Alanlarına Göre Rehberlik

- * Eğitsel rehberlik

- * Mesleki rehberlik

- * Kişisel- sosyal rehberlik

olarak bir sınıflandırma yapılmıştır.

* **Eğitsel rehberlik:** Öğrencinin okula ve okulun bulunduğu çevreye uyum sağlaması, etkin ders çalışma becerilerini kazanması, eğitsel kararlar vermesi ve seçimler yapması, başarıyı engelleyen etmenleri azaltma ya da ortadan kaldırma, öğrencilerin ilgi, yetenek ve eğitim özelliklerine uygun bir eğitsel ortam oluşturma, okul yaşamı ile mesleki yaşamı arasındaki ilişkiyi sağlama oluşturmaktadır.

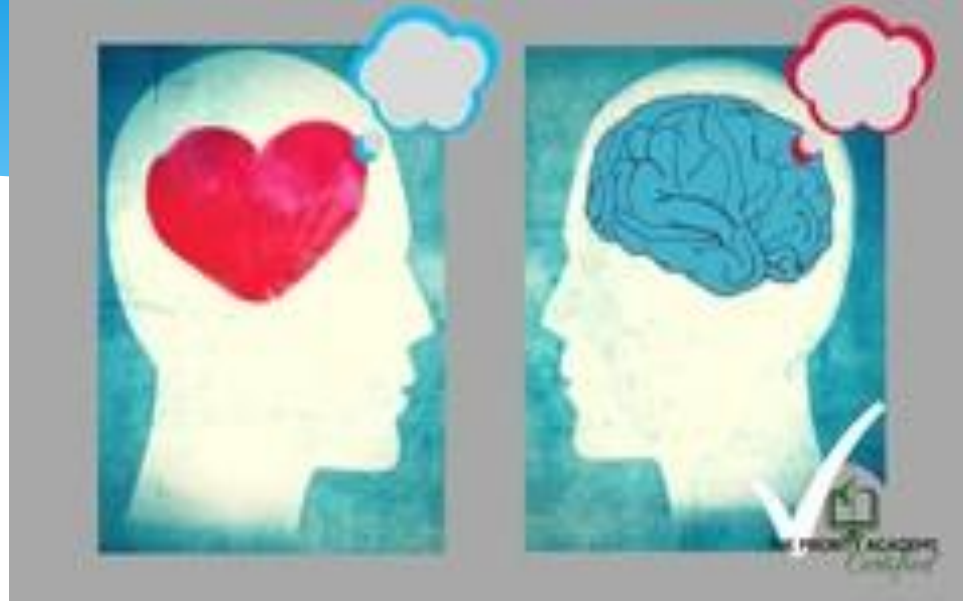
* **Mesleki rehberlik:** Bireyi tanıma, meslek alanlarını tanıma ve bireyin kişisel özellikleri ile mesleklerin gerektirdiği özellikler arasındaki bağlantıyı kurarak kendine en uygun mesleği seçmesine yardım etme olarak üç aşamada gerçekleştirilmektedir.

Kişisel rehberlik öğrencilerin “ kişisel- sosyal” gelişim ihtiyaçlarını karşılamak ve böylece onların kişisel gelişim ve uyumlarına yardımcı olmak amacıyla yürütülecek hizmetlerdir.



* **Kişisel Rehberlik Hizmetlerinin Kapsamı**

- * Atılganlık becerilerini geliştirme
- * Günlük yaşam becerileri geliştirme
- * İletişim becerileri geliştirme
- * Sorun çözme becerileri geliştirme
- * Öfkeyle baş etme becerileri geliştirme
- * Kaygıyla baş etme becerileri geliştirme
- * Çatışma çözme becerileri geliştirme
- * Karar verme becerileri geliştirme
- * Zaman yönetimi becerileri geliştirme
- * Özsaygı geliştirme
- * Sorumluluk ve görev bilinci geliştirme
- * Oto kontrol becerileri geliştirme
- * Özgüven becerileri geliştirme vb.



- * Psikolojik Danışma ve Rehberlik Servisi ile paylaşmak istediğiniz her türlü duygusal veya düşünsel konuda sizlerle görüşebilmek için sizin yanında olduğumuzu hatırlatmak isteriz.

Hatice ARSLAN Uzman Psikolojik Danışman & Bağımlılık Doktora Öğrencisi