

Psikolojik Danışma ve Rehberlik Nedir?

-Bireyin kendini tanıması, gerçekçi kararlar alabilmesi, potansiyelini geliştirebilmesi, sorunlarla baş edebilmesi ve çevresine uyum sağlayabilmesi için uzman kişilerce sunulan hizmetlerdir.

-Psikolojik danışma ve rehberlik; okulda başarı ve akademik gelişme, bireysel ve toplumsal ilişkiler, kişisel, eğitsel ve meslekî gelişim alanlarında grupta veya bireysel olarak öğrencilere, ihtiyaçlarını karşılamaları, sorunlarını gidermelerinde sistemli ve profesyonel bir yardım süreci ve hizmetleridir.

Rehberlik hizmetleri eğitim programlarının ayrılmaz ve tamamlayıcı bir parçasını oluşturmaktadır.

Rehberliğin ilkeleri nelerdir?

- Gizlilik
- Gönüllülük
- Süreklilik
- Kişi haklarına saygı
- Güven
- Bireyin değerliliği
- Bireyin Özerkliği
- İşbirliği

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,
- Günlük hayatta karşılaştığınız problemlerle baş etmek için ihtiyaç duyulan becerileri kazanmanın yollarını öğrenmek istiyorsanız,
- TYT-AYT ve diğer sınavlar hakkında bilgi almak istiyorsanız,
- Ders çalışma alışkanlıklarının nasıl olduğunu öğrenmek istiyorsanız,
- Başarısızlık nedenlerinizi anlamak istiyorsanız,
- Çekingenim, biraz daha girişken olmak istiyorum diyorsanız,
- Toplum karşısında konuşmaktan çekiniyorsanız,

- Moraliniz bozuk, aklınız karışık ve bu nedenle biriyle konuşmak istiyorsanız,
- Sınav kaygısı yaşıyorsanız,
- Okula ve ortama uyum sağlamakta zorluk yaşıyorsanız,
- Arkadaşlık ilişkilerinde problem yaşıyorsanız,
- Kendinize uygun bir arkadaş bulamıyorsanız,
- Aile içinde problem yaşıyor ve bu konuda biriyle konuşmak istiyorsanız,
- Hedef belirlemede ve meslek seçiminde destek istiyorsanız,
- Karar vermede zorluk yaşıyorsanız, karar verme yöntemlerini öğrenmek istiyorsanız,
- Zamanı etkili şekilde nasıl kullanacağınızı öğrenmek istiyorsanız,
- Öz güveninizi geliştirmek istiyorsanız,
- Problem çözme yöntemlerini öğrenmek istiyorsanız,
- Öfkeli ve öfkenizi yönetme becerisini geliştirmek istiyorsanız,
- Başkasına paylaşmadığınız sorunlarınız varsa,
- Kendinizi geliştirmek, gerçekleştirmek ve ihtiyaç duyduğunuz konularda, ihtiyaç duyduğunuz anda görüşmek için rehberlik servisine başvurabilirsiniz.

Rehberlik Hizmetleriyle İlgili Bazı Yanlış Anlayışlar;

-Rehberlik servisi sadece problemi olanların faydalandığı bir yerdir!
Rehberlik servisi, sadece problemleri olan kişilerin değil, herkesin, çeşitli konularda yardım alabileceği bir yerdir.

-Rehberlik Servisine ruhsal bozukluğu olanlar gider! Rehberlik servisi ruh sağlığı yerinde, diğer bir deyişle “normal” olan herkesin yardım alabileceği bir yerdir.

-Rehberlik servisi kişinin yerine problemini çözer! Rehberlik servisi, kişinin adına sorununu çözmez, kişi, kendi problemini çözebilecek yeterliliğe ulaşmak için uzmandan yardım alır.

-Rehberlik ve psikolojik danışmanın temelinde bireye acımak, onu kayırmak, her sıkıntıya düştüğünde bireye kol kanat germek gibi bir anlayış yoktur. Rehberlik anlayışında birey güçlü ve değerli bir varlıktır.

Rehberlik ve psikolojik danışma yardımı ile birey sahip olduğu gücü kullanma ve daha da geliştirme imkânına kavuşur.

-Rehberlik ve psikolojik danışma bireyin sadece duygusal yanı ile ilgilenmez. Sosyal, duygusal, zihinsel ve hatta fiziksel nitelik gösteren her türlü gelişim sorunu, mesleki ve eğitsel sorunlar ve tüm kişisel sorunlar rehberlik ve psikolojik danışmanın yakından ilgilendiği konulardır.

-Rehberlik ve psikolojik danışma her türlü problemi hemen çözebilecek sihirli bir güce sahip değildir. Rehberlik ve psikolojik danışma yardımında yardımı alan bireyin bu yardımı almaya hazır ve istekli oluşu önemli bir noktadır.