

## REHBERLİK VE PSİKOLOJİK DANIŞMANLIK SERVİSİ

### “OKUL PSİKOLOJİK DANIŞMA ve REHBERLİK HİZMETLERİ”



**Değerli Veliler,**

**Sevgili Öğrenciler,**



21. yüzyılda okullarda amaç, öğrencilere sadece bilgi yüklemek değil; bedensel, zihinsel, duygusal ve sosyal yönden yüksek verime ulaşmış bireyler yetiştirmektir.

Bu amaca ulaşmak için verilen hizmetlerin önemli bir bölümü okulların **Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Servisleri** tarafından desteklenmektedir.

Buna ek olarak, öğrencilerin gelişimsel süreçlerinde tüm ilgililerin, okul rehberlik servisi ile yapacağı işbirliği, rehberlik servisi çalışmalarının bireyler üzerindeki geliştirici etkisini güçlendirmekte ve nihai hedeflere ulaşmayı mümkün kılmaktadır.

Ülkemizde, ruh sağlığı çalışma alanlarına dair bazı önyargılar, yanlış inanışlar ve çekinceler olabilmektedir. Dolayısı ile bu tutumlar okul psikolojik danışma ve rehberlik hizmetlerine yönelik de gelişebilmektedir.

Alanda çalışan uzmanlar olarak, bu çekincelerin bireylerin gelişimsel ihtiyaçlarının desteklenmesini engelleyebildiğini söyleyebiliriz.

Halbuki, bireylerin ihtiyaç duydukları durumlar için okul rehberlik servisi ya da ilgili uzmana başvurmaları, "sorunları fark etmek, kabul etmek ve çözmek için girişimde bulunmak" anlamına gelen çözüme yönelik bir davranıştır. Bu gerçeğin yaygınlaşması ile gelişecek bilinç ve tutum değişikliğini öncelikli görmekteyiz.

Bireyin yaşam kalitesine yönelik gelişen bilinç, toplumda artan ihtiyaçlar ve buna bağlı olarak gelişen talepler, yaygınlaşan çalışma alanları, bilgilendirme faaliyetleri, kimi zaman da uzmanlar olarak bizlerin kişisel çabaları ve sizlerin işbirliği ile önyargıların ve çekincelerin aşılabacağına inanıyoruz.

Okul rehberlik servislerinin ilkeleri, öncelikleri, 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.

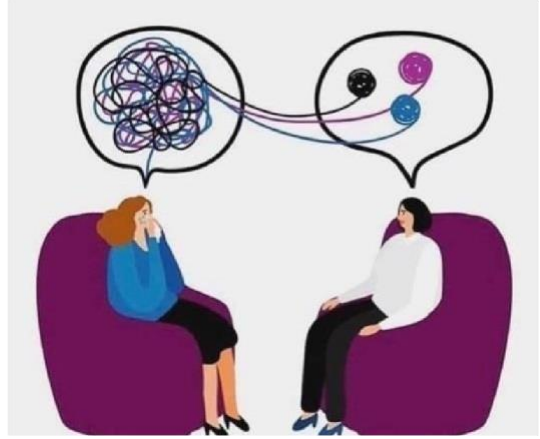
Saygılarımızla...

Bireyde meydana gelen davranış değişikliklerinin bir kısmı rastlantısal ve kendiliğinden, bir kısmı ise yetişkinler tarafından planlı ve kasıtlı olarak gerçekleştirilir. Bireylerin davranışlarında kendi yaşantıları yoluyla kasıtlı ve istendik davranış değişikliği meydana getirme sürecine "**eğitim**" adı verilmektedir.

bireylerin kendilerini gerçekleştirmelerine yardım etmek olan **ve Psikolojik Danışmanlık Hizmetlerinin** esası da bireylerin davranışlarında olumlu yönde değişiklikler meydana getirmeye yöneliktir.

## PSİKOLOJİK DANIŞMA NEDİR?

**Psikolojik danışma;** kişisel, sosyal, eğitsel ve 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



Amacı,

**Rehberlik**

mesleki

sürecidir.

## REHBERLİK NEDİR?



**Rehberlik;** bireyin kendini, çevresindeki olanakları tanınması, gizil güçlerini geliştirmesi, sorunlarını çözebilmesi ve “**kendini gerçekteştirmesi**” 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 birliğı** ile yürütülür.
- PDR hizmetleri **tüm bireylere** yöneliktir.
- PDR hizmetlerinde **gönüllülük** esastır.
- PDR hizmetlerinde **bireye saygı** esastır.
- PDR hizmetlerinde **gizlilik** esastır.
- PDR hizmetlerinde **koşulsuz kabul** esastır.
- PDR hizmetlerinde **tarafsızlık** esastır.
- PDR hizmetlerinde **bilimsellik** esastır.
- PDR hizmetlerinde **bireysel farklılıklara saygı** esastır.
- PDR hizmetlerinde **bireye ve topluma karşı sorumluluk** söz konusudur.
- Görüşme sürecinin verimliliğı için, randevulu çalışma sistemi esas alınır.



## AMAÇLARIMIZ

Öğrencilerimizin,

- Olumlu benlik algısı geliştirmelerine,
- Yaratıcılıklarını geliştirmelerine,
- Etkin iletişim becerileri kazanmalarına,
- Kendilerini fiziksel, zihinsel, duygusal ve sosyal yönleriyle tanımalarına,
- Duygularını fark edebilmelerine ve kontrol edebilmelerine,



- Kendine ait ilgi, istek ve yeteneklerine dair farkındalık geliştirmelerine,
- Yaşamın zorlukları ve krizleri ile başa çıkma becerileri geliştirmelerine,
- Etkili problem çözme becerilerinin gelişmelerine, doğru kararlar verebilmesine,
- Gelişimlerini takip ederek, olumlu yönlerini güçlendirmelerine; varsa olumsuz yönlerini destekleyerek olumluya dönüştürmelerine,
- Temel eğitimden başlayarak ilgi ve yeteneklerine uygun bir üst programı tanıyıp seçmesine,
- Gelişimlerine yardımcı olacak fırsatları, okul içi ve dışı eğitim olanaklarını, meslekleri, toplumun beklentilerini tanınmasına,
- Ruhsal yönden sağlıklı ve topluma yararlı, kendini gerçekleştirmiş bir kişi olarak yetişmesine yardımcı olmaktır.

## PSİKOLOJİK DANIşMA İLE İLGİLİ ÖN YARGILAR ve GERÇEKLER

Psikolojik danişma süreci birçok kişi tarafında yanlış değerlendirilebilmektedir.

**ÖN YARGI:** Psikolojik danişmanlık sadece yoğun duygusal problemi olan zayıf karakterli kişiler ya da davranış bozukluğu gösteren, başsuz, öğrencilere yönelik bir yardım sürecidir.

### **GERÇEK:** Psikolojik danişmaya başvuran

**kişiler zayıf değil,** gerçekte yaşamlarından ve kendilerinden sorumlu olduğunun farkında olan ve mevcut problemlerini, yaşadıkları zorlukları çözmek için ilk adımı atmış kişilerdir. Birçok insan bunu "**cesur davranmak**" diye nitelendirmektedir.

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

*Psikolojik danişma ve rehberlik yardımının*

*amacı, bireyin sahip olduğu gücü kullanmasını ve daha da geliştirilmesini sağlamaktır.*

*Psikolojik danişma ve rehberlik, bireyin sadece duygusal yanı ile ilgilenmez. Bir bütün olarak bireyin tüm gelişimi ile sosyal, duygusal, zihinsel, fiziksel bütünlük içinde ilgilenir.*



**ÖN YARGI:** Değerlişim çok kolaydır.

**GERÇEK:** Psikolojik danişmanlık, problemleri anında özöveren bir süreç olmadığı gibi, psikolojik danişman da elinde sihirlili değernek olan kişi değerildir.

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. Birey değişmeye ve yeni yaşantılara açık olduğu sürece psikolojik danışma ve rehberliğin katkısı artar.

Psikolojik danışma ve rehberlik yardımı, bireye tek yönlü ve doğrudan doğruya yapılan bir yardım değildir. Bu yardım, ancak karşılıklı bir etkileşim sonucu gerçekleşebilir.

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

**GERÇEK:** 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.

Rehberlik ve psikolojik danışma, okulda disiplini sağlama, öğrencileri kontrol altında bulundurma işi değildir. Rehberlik bir disiplin görevi değildir; rehberlik yargılamaz, ceza vermez. Bu yardım ile

öğrencinin davranışlarının değişebileceği ve böylece öğrencilerin çevresine daha sağlıklı ve dengeli bir uyum

sağlayabilecekleri açısından rehberlik ile okul disiplini arasında dolaylı bir bağlantı kurulabilir.



**ÖN YARGI:** Rehberlik Servisine başvuranların rehber öğretmenleriyle paylaştıkları, bireysel dosyalarına işlenmektedir ve herkese açıktır.

**GERÇEK:** Psikolojik danışmanlık hizmetlerinin en önemli ilkelerinden birisi **gizlilik**dir. 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.

Psikolojik danışma ve rehberlikte kullanılan tüm yöntemler ve teknikler, amaç değil sadece araçtır. Uygulanan tekniklerden çıkan sonuçlar toplanarak sistematik bir biçimde sınıflandırılır. Bu nedenle çıkan sonuçlar rehberlik servisine ulaştırılmalıdır.

Öte yandan bireyin içinde bulunduğu



ortam ve koşullar da yardımın etkililiğini belirler. Okullarda tüm öğrenciler için sürdürülen psikolojik danışma ve rehberlik yardımının etkililiği, yine, okulun ortam ve olanakları ile yakından ilgilidir.

**Unutulmamalıdır ki**, okul rehberlik servisinin görev ve sorumluluklarından biri de bireye dair özel ihtiyaç durumlarına (*özel eğitim,*

*terapi vb.)* dikkat çekmek, farkındalık geliştirmek, desteklemek, ihtiyaca yönelik profesyonel uzmanlara yönlendirme yapmaktır.

Bu sebeple okul rehberlik servisleri **tedavi edici değil, yönlendirici** bir işleve sahiptir.

## OKUL PDR HİZMETLERİNİN FAALİYET ALANLARI

- 1. Alıştırma Ve Oryantasyon Hizmetleri:** Okula başlayan öğrencilere okulun, okul ilgi ve ihtiyaçları doğrultusunda çeşitli okul imkanlarının, yakın çevrenin, okulda içi programlar, üst okullar, iş ve mesleklere uygulanan eğitim programının, okulun yönlendirilmesi ve yerleştirilmesi. eğitsel, sosyal ve kültürel etkinliklerinin ve okulda uygulanan kuralların tanıtılması.
- 5. Yerleştirme Hizmetleri:** Öğrencilerin kendi yeni başlayan öğrencilere okulun, okul ilgi ve ihtiyaçları doğrultusunda çeşitli okul imkanlarının, yakın çevrenin, okulda içi programlar, üst okullar, iş ve mesleklere uygulanan eğitim programının, okulun yönlendirilmesi ve yerleştirilmesi. eğitsel, sosyal ve kültürel etkinliklerinin ve okulda uygulanan kuralların tanıtılması.
- 6. İzleme Hizmetleri:** Çeşitli okul içi programlar, eğitsel kol ve sosyal etkinliklere,
- 2. Bireyi Tanıma Hizmetleri:** Öğrencilerin kişisel başka okullara, okulu bitirerek sürekli iş ve özelliklerinin, ilgi ve ihtiyaçlarının, mesleklere yerleştirilen; rehberlik ve problemlerinin tespit edilmesi; bu amaçla psikolojik danışma yardımı alan çeşitli tanıma tekniklerinin kullanılması ve öğrencilerin durumlarının izlenmesi. elde edilen bilgilerin kişisel dosyalara işlenmesi.
- 7. Müşavirlik Hizmetleri:** Öğrenci ile ilgili bütün personelin yeterli ve ortak bir rehberlik
- 3. Rehberlik Ve Psikolojik Danışma Hizmetleri:** anlayışına sahip olmalarının, çalışmalarda Öğrencilerin kişisel, eğitsel ve mesleki tüm bu anlayışın esas alınması ve okulun problemleri üzerinde daha çok imkanlarının bu anlayışa uygun olarak bilinçlenerek kendilerine uygun çözüm kullanılması. yolları bulabilmelerine yardım edilmesi.
- 8. Araştırma ve Değerlendirme Hizmetleri:**
- 4. Bilgi Toplama ve Yayma Hizmetleri:** Rehberlik ve psikolojik danışma Öğrencilere okul içi programlar, sosyal, hizmetlerinin etkililiği açısından bu kültürel ve eğitsel çalışmalar, üst okullar, hizmetlerden yararlanacak bireylerin iş ve meslekler hakkında gerekli bilgilerin ihtiyaç ve gelişim durumları ve eğitim ve toplanıp verilmesi. öğretim hizmetlerini ilgilendiren konularda araştırma yapılması.



9. **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.

SORUN



## EĞİTSEL REHBERLİK “Öğrenmeyi Öğrenme”



**Eğitsel rehberlik,** öğrencilerin kendilerine özgü ilgi, yetenek mesleki eğilim, başarı ve motivasyonları oranında eğitim-öğretim uygulamalarına uyum sağlaması, özelliklerine ve gelişimlerine uygun programlara yönelmesi için verilen hizmetlerdir. Eğitsel rehberlik, daha çok grup rehberliği olarak yürütülür.

Eğitsel rehberliğin çalışma alanları:

- Öğrencilerin etkili öğrenme ve çalışma becerilerini geliştirmeleri,
- Planlı olma ve zamanı etkin kullanmak,
- Öğrenme güçlüklerinin belirlenmesi,
- Öğrencilerin motivasyonlarını destekleme ve artırmak,
- Yeteneklerin altında veya üstünde başarı durumlarını belirlemek,
- Öğrencilerin eğitsel kararlar verebilmesi ve seçimler yapabilmesi,
- Sınavlara hazırlanma ve sınav kaygısı,
- Öğrencileri okula, okuldaki alanlara, çeşitli etkinliklere, yeni durumlara alıştırmaya ve yönlendirme,
- Öğrencileri, özelliklerine uygun üst öğrenim kurumlarına yönlendirme,
- Üstün zekalı öğrencilerin belirlenmesi ve yönlendirilmesi,
- Öğrenme güçlüğü yaşayan öğrencilerin belirlenmesi ve yönlendirilmesi,
- Başarıyı engelleyen etmenleri azaltmak ve ortadan kaldırmak.

## MESLEKİ REHBERLİK “Çalışmayı Öğrenme”



**Mesleki rehberlik;** bireyi kendi kişisel özellikleri ve meslekler hakkında bilgi sahibi yaparak kendine uygun bir mesleği seçip bu alanda ilerlemesine yardım etme sürecidir. Mesleki rehberlik hizmetlerinde bireyin alacağı kararlara bire bir müdahale değil, sadece bireyin kendi kendine kararlar almasına yardım esastır.

Bu süreçte öğrencilerin ilgilerini, yeteneklerini ve hedeflerini belirlemek; mesleki rehberliğin ilk



adımını oluşturur. Bu süreçte ayrıca; biyolojik, ekonomik, sosyolojik, politik, psikolojik ya da kişisel faktörler de önemli rol oynar. Bireylerde mesleki gelişim

- İlgili ve yeteneklerini fark etme, □

süreci başlıca beş aşamada gerçekleşir:

1. Uyanış ve farkında olma (5-12 yaşlar)
2. Araştırma ve keşfetme (13-15 yaşlar)

3. Karar verme (16-19 yaşlar)
4. Hazırlık yapma (19-24 yaşlar)
5. İşe yerleşme (24 yaş - +)

### **Kişisel rehberlik,**

öğrencinin

Kaygıyla baş etme, kendini tanıması, anlaması, güçlü

Problem çözme ve karar verme, ve zayıf yönleriyle kendini kabul

İletişim becerilerini geliştirme.

etmesi ve geliştirmesi; kendine uygulama,

güvenen, kişiler arası ilişkilerde • Korku, kaygı gibi iç yaşama ile ilgili problemler, becerili, kişisel ve sosyal yönden

- Benlik tasarımıyla ilgili problemler,

yetişmesine yönelik hizmetleri kapsar.

- Sağlıkla ilgili problemler,
- Ekonomik problemler,
- Cinsiyetle ilgili problemler,
- Kendini tehlikelerden koruma, Kimlik kazanma ve kimlik gelişimi, Öfke kızgınlık, şiddet, istismar, Aile ve aile içi yaşantılarla ilgili problemler,

### **KİŞİSEL-SOSYAL REHBERLİK "Yaşamayı Öğrenme"**

Kişisel sosyal rehberlikle ilgili problemlerin çözümünde en etkili dengeli ve uyumlu bir birey olarak yaklaşım biçimi, psikolojik

problemler,

□

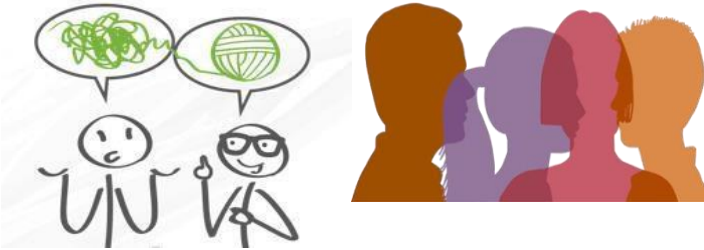
- Özgüven, özsaygı geliştirme,

- Duygusal istismar,
- Değer yargıları ile ilgili problemler, Bağımlılıklar.

danışmadır. •

Sosyal ilişki kurmakla ilgili problemler,

- Çatışma çözme, Kişisel-sosyal rehberliğin çalışma alanları: • Psikolojik dayanıklılık, alanları: • Atılganlık eğitimi,
- Okul zorbalığı,



**SERVİSİNDEN**

**OKUL REHBERLİK**

**HANGİ KONULARDA YARDIM ALABİLİRSİNİZ?**

## BİREYSEL REHBERLİK

Arkadaş ilişkilerimde sorun yaşıyorum.

Fiziksel özelliklerim konusunda endişeliyim.

Ailemle sorunlar yaşıyorum.

• Kendimi daha iyi tanımak ve ifade etmek istiyorum.

Kendimi iyi hissetmiyorum ve çabuk öfkeleniyorum.

## EGİTSEL REHBERLİK

Ders çalışmıyorum. Verimli ders çalışma yöntemlerini bilmiyorum.

Öğretmenlerimle ve bazı derslerle ilgili sorun yaşıyorum.

Sınav kaygısı konusunda yardım almak istiyorum.

Farklı konularda karar vermede zorlanıyorum.

Motivasyonumu artırmak için neler yapmam gerektiğini bilmiyorum.

## MESLEKİ REHBERLİK

İlgi ve yeteneklerimi ve hangi mesleklere yatkın olduğumu bilmiyorum.

Bir üst eğitim kurumu seçimi ve tercihlerim konusunda yardım almak istiyorum.

Sınav sistemi ve farklı sınavlar hakkında bilgi almak istiyorum.

Meslekler hakkında bilgi almak istiyorum



Psikolojik Danışma ve Rehberlik servisi  
her zaman yanınızda.. □

