



Sen Özelsin!

“EĞER BİR SORUNUNUZ
VARSA ve MUTSUZSANIZ,
GELİN VE
ANLATIN.”

”EĞER BİR SORUNUNUZ
YOKSA, MUTLUYSANIZ
GELİN
BUNU NASIL
BAŞARDIĞINIZI ANLATIN
”



Çatışma
çözme

Sınav
kaygısı

Verimli
ders
çalışma

Ailevi
sorunlar

Psikolojik
danışman
size başarılı
olmanız için
araçlar verir

Meslek
seçimi

Alan
seçimi

Etkili
zaman
kullanımı

YKS
Nedir?

Kendini
Tanıma



Okul
PSİKOLOJİK

DANIŞMANI



Adım: Demet YEŞİLKÖY

İletişim: Durusu Hüseyin Ökten
Anadolu Lisesi



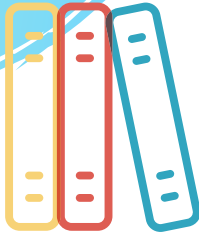
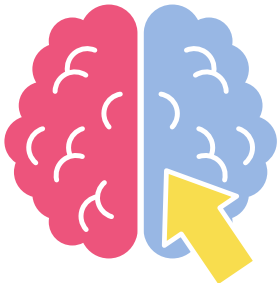
demetyesilkoy@gmail.com

Psikolojik Danışman.

Daha çok önleyici ve koruyucu ruh sağlığı hizmetleri veren kişilerdir. ülkemizde üniversitelerin psikolojik danışmanlık ve rehberlik bölümlerinden mezun olarak bu ünvanı alırlar.

Psikolojik Danışma ve Rehberlik

- 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 grupla veya bireysel olarak öğrencilere, ihtiyaçlarını karşılamaları, sorunlarını gidermelerinde sistemli ve profesyonel bir yardım süreci ve hizmetleridir.



REHBERLİK SERVİSİNE

Ne Zaman Basvurabilirim?

- Öfkemi Kontrol etmek istediğimde
- Verimli ders çalışma tekniklerini öğrenmek istediğimde (Nasıl ders çalışacağımı bilmiyorum. Hangi derse ne kadar zaman ayırmalıyım bilmiyorum...)
- Konuşacak birine ihtiyaç duyduğunda
- Kendimi daha iyi tanımak istiyorum dediğimde
- Zamanımı daha verimli kullanmak istiyorum dediğimde (Bilgisayarla mı oynasam? Ders mi çalışsam Arkadaşarımla mı buluşsam? 24 saat yetmiyor)
- Arkadaşarımla yaşadığım çatışmaları çözmek istediğimde
- Ailenle yaşadığım sorunları ve çatışmaları konuşmak istersen
- Kimse beni anlamıyor dediğin zamanlarda
- Romantik ilişkilerinle ilgili konularda konuşmak istediğimde
- Sınavlarla ilgili kaygılarımla var, ne yapacağımı bilemiyorum dediğimde
- İlgi ve yeteneklerimi keşfetmek istediğimde
- Kişilik özelliklerime ve yeteneklerime uygun meslek seçmek istiyorum dediğimde
- Üniversiteler hakkında bilgi almak istediğimde
- Kendime daha çok güvenmek istediğimde

Open



PDR

Ne değildir?



- Rehberlik Servisi sadece problemi olanların faydalandığı bir yer değildir! ve "sadece" ruhsal bozukluğu olanlar gitmez! Aksine "NORMAL" fakat uyum problemi yaşayan kişilere yöneliktir.
- Psikolojik danışman kişinin yerine problemini çözmez! Sorumluluk kişinin kendisindedir! Sizler artık yetişkinsiniz çünkü.
- Rehberlik ve psikolojik danışmanın temelinde bireye acımak, onu kayırmak, her sıkıntıya düştüğünde bireye kol kanat germek gibi bir anlayış yoktur! Sadece EMPATİ!
- Rehberlik ve psikolojik danışma her türlü problemi hemen çözebilecek sihirli bir güce sahip değildir! Büyücü değiliz!!
- Sevmediğiniz dersten kaçmak için kullanabileceğiniz bir yer değildir!!

PDR de 5 önemli kural:

- Bir Psikolojik Danışman sizin yerinize karar vermez. Size yardımcı olur.
- Psikolojik Danışma ve Rehberlik servisinde gizlilik esastır.
- PDR hizmetleri tüm öğrencilere yöneliktir.
- PDR hizmetlerinde saygı esastır.