

# PSİKOLOJİK DANIŞMA ve REHBERLİK SERVİSİ TANITIMI



# Rehberlik ve Psi. Danışma Nedir?

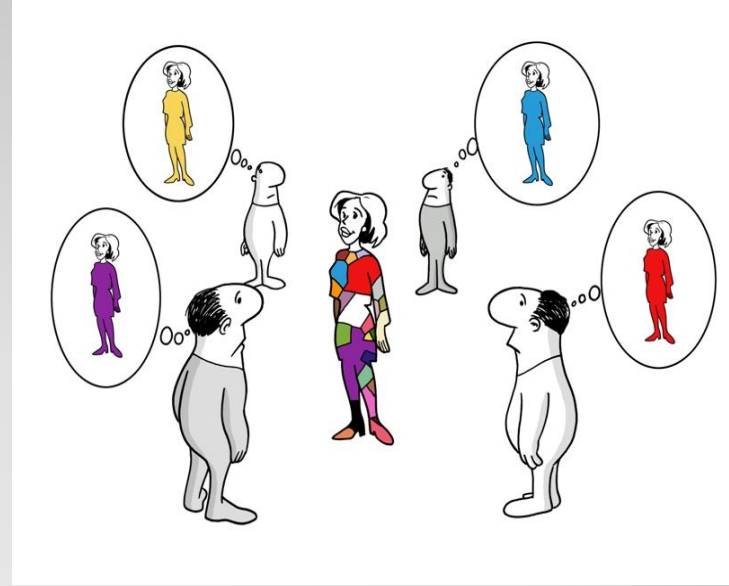
I

Psikolojik danışma, **kişisel, sosyal, mesleki** ve **eğitimsel** konularda *kişilerin amaçlarını belirleme, karar verme, varolan problemlerini çözme ve benzeri konularda, güven ve gizliliğe önem veren, eğitimli danışmanlardan alınan bir gelişim sürecidir.*



# Psikolojik Danışman ve Rehber Öğrt. Kimlere Yardım Eder

■ Kendini daha iyi tanımak isteyen öğrencilere,



■ Arkadaşları ya da ailesi ile olan ilişkilerini düzeltmek isteyenlere,

# Psikolojik Danışman ve Rehber Öğrt. Kimlere Yardım Eder



■ Yalnızlık ve utangaçlık ile başa çıkarak isteyenlere,

■ Kendine güveni artırmak isteyen ve girişkenlik konusunda problemi olan öğrencilere



# Psikolojik Danışman ve Rehber Öğrt. Kimlere Yardım Eder

■ Stres ve kaygı ile başetmek isteyenlere,



■ Sınav ve notlar ile problemi olanlara,



■ Her türlü karar verme  
güçlüğü çekenlere,



**Ön yargı: Psik. Danışmaya başvuranlar zayıf karakterli kişilerdir!**

## **GERÇEK:**

Psiko. Danışmaya başvuran kişiler zayıf değil, gerçekte yaşamlarından sorumlu olduğunun farkında ve yaşadıkları zorlukları çözmek için ilk adımı atmış kişilerdir.



**Önyargı:** Psik. Danışman, problemlerinizi çözmek için ne yapmanız gerektiğini *anlatır, öğütler* verir.

## **GERÇEK:**

Psi. Danışman problemlerinizi çözmek için size öğüt veren kişi değildir. Elinde sihirli bir değnek yoktur ve herşeyi bir anda değiştiremez.



# Psikolojik Danışmaya ihtiyacım olduğunu nasıl anlayacağım?

■ Nasıl ders çalışacağınızı bilemiyorsanız,



■ Ödevlerinizi yapıp, derslerinize çalıştığınız halde, başarısız olduğunuzu düşünüyorsanız,



■ Sınav kaygısı ve yoğun stres yaşıyorsanız,





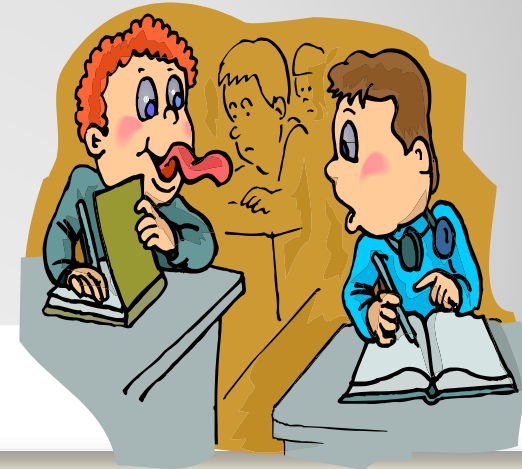
# Psikolojik Danışmaya ihtiyacım olduğunu nasıl anlayacağım?

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



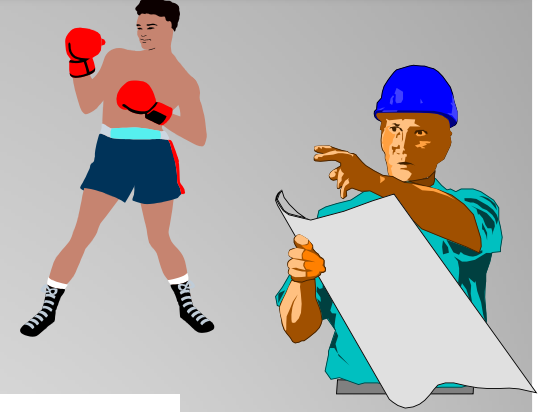
■ Hayatınızda birşeylerin ters gittiğini düşünüyorsanız,

■ Arkadaş ilişkilerinde ve aile hayatınızda mutlu değilseniz,

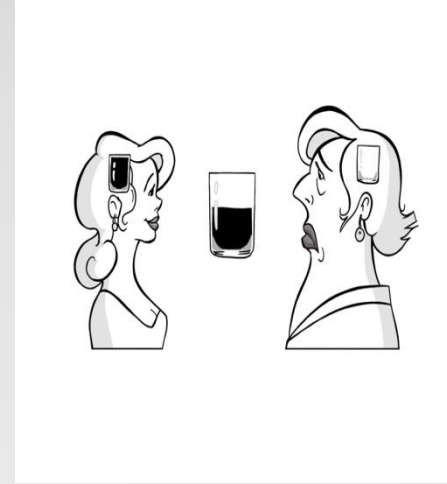


# Psikolojik Danışmaya ihtiyacım olduğunu nasıl anlayacağım?

■ Kendinize özgü bir mesleki alanı seçmek ve hedef belirlemek istiyorsanız,



■ Çoğu zaman moraliniz bozuk ve kendinizi üzgün hissediyorsanız,



■ Bulunduğunuz ortama hala uyum sağlayamadığınızı düşünüyorsanız,

# REHBERLİK SERVİSİ SİZİ DİNLEYECEKTİR.

**Bireysel Görüşmeler :** Kişisel sorunlarınızı rehberlik servisi ile paylaşabilirsiniz!!!!



Dinleme,  
Karşılıklı kabul,  
Gizlilik,  
Güven,  
Açık olma,  
ve etkili  
yardım.

# REHBERLİK SERVİSİ SİZİ DİNLEYECEKTİR.

## Grupla Danışma:

Psikolojik Danışma ve Rehberlik Servisinde psikolojik danışmanlarca bu tür çalışmadan yararlanacağına karar verilen 10–12 kişi alınır. Bu kişiler, gruba alındıkları andan itibaren gizlilik ilkesine uymak zorundadırlar. Grupta konuşulan her şey, grupta kalır.

