

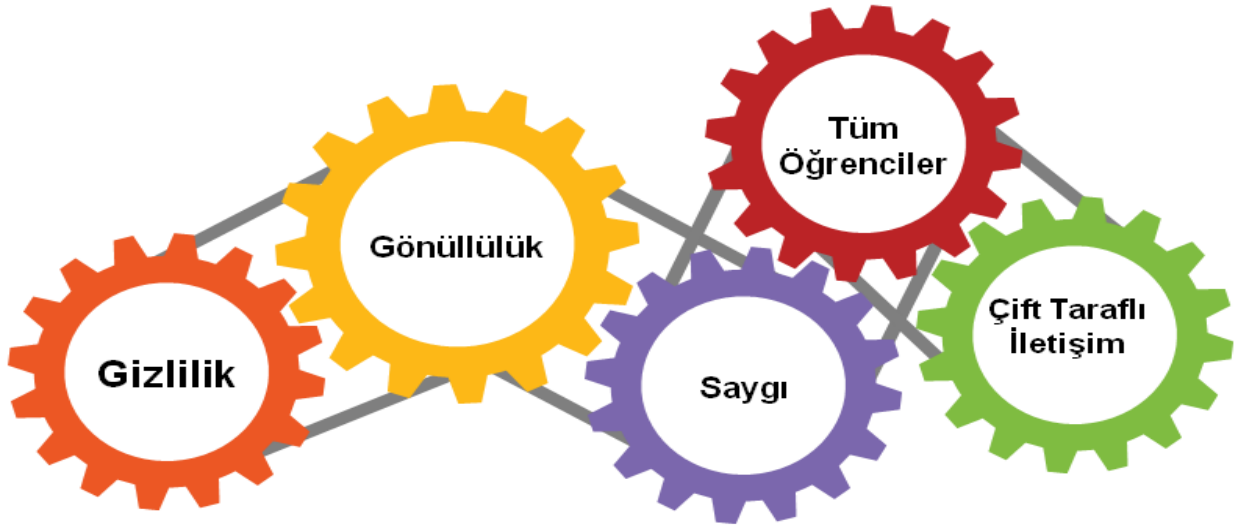
SÜLEYMAN ŞAH MESLEKİ VE TEKNİK ANADOLU LİSESİ

REHBERLİK VE PSİKOLOJİK DANIŞMA SERVİSİNİN TANITILMASI ÖĞRENCİ BÜLTENİ



Öğrenci yaşamında bilgi ve başarının yanı sıra düşünce ve davranış hazırlığının da önemli bir etken olduğundan hareketle yola çıkan Rehberlik ve Psikolojik Danışma Servisimiz, öğrencilerimizin gelişim süreci içinde karşılaştıkları güçlükleri problem haline dönüşmeden çözmelerine yardımcı olmak, kendini tanıyan, uyum ve iletişim becerisine sahip, çevresine duyarlı, mutlu, sağlıklı, yaratıcı bireyler olarak yetişmelerine katkıda bulunmak temel amacını gütmektedir.

REHBERLİK VE PSİKOLOJİK DANIŞMA SERVİSİNİN İLKELERİ



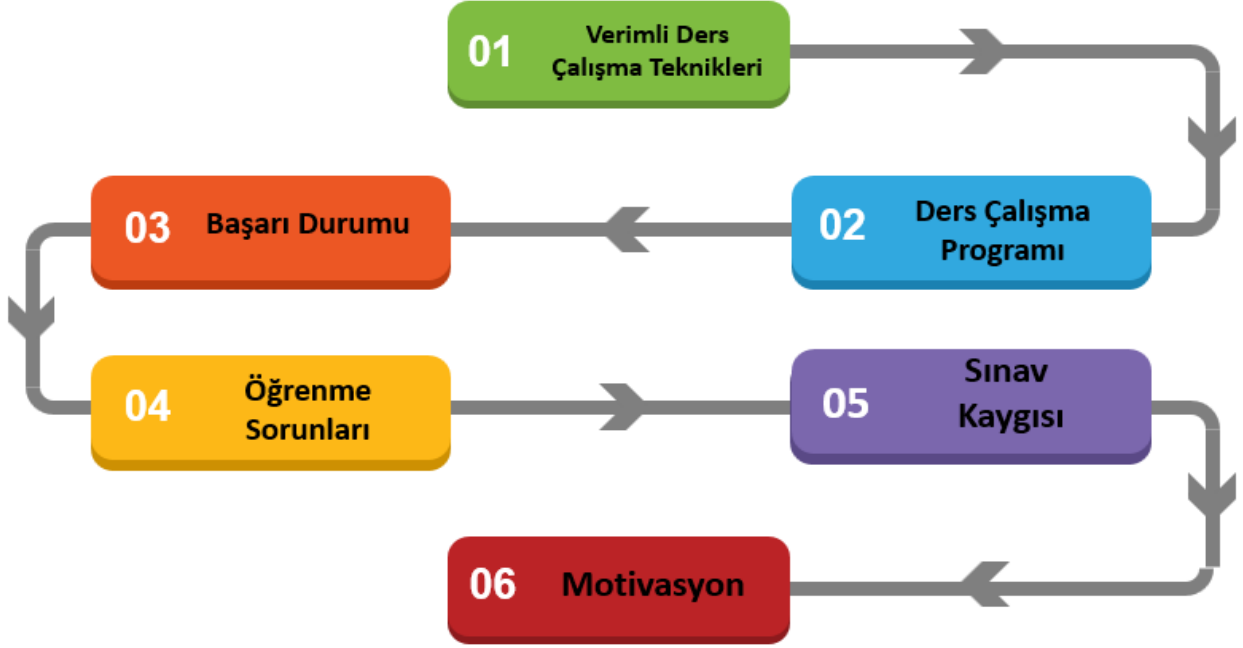
Okulumuzda bulunan Rehberlik ve Psikolojik Danışma Servisine ihtiyaç duyduğunuz her konuda başvurabilirsiniz. Bu konuların bazıları;



- 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,
- ÖSYM 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,
- 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 bulamıyorsunuz
- 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,
- Özgüveninizi geliştirmek istiyorsanız,
- Problem çözme yöntemlerini öğrenmek istiyorsanız,
- Öfkeli ve öfkenizi yönetme becerisini geliştirmek istiyorsanız,
- Başkasına paylaşamadığınız sorunlarınız varsa,
- Kendinizi geliştirmek, gerçekleştirmek ve ihtiyaç duyduğunuz konularda, ihtiyaç duyduğunuz anda görüşmek için rehberlik servisine başvurabilirsiniz.

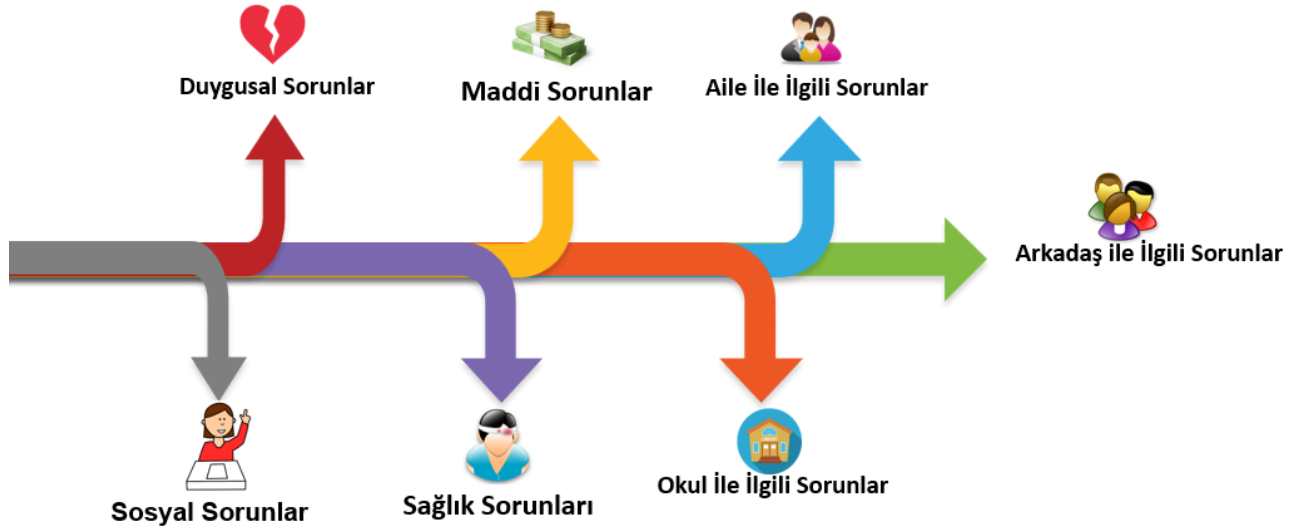
ÇALIŞMA ALANLARIMIZ

AKADEMİK GELİŞİM ALANINDA YAPILAN ÇALIŞMALAR



- Okula Yeni Başlayan Öğrencilerin Uyum Çalışmaları: Okul fiziki ortamının, rehberlik servisinin, yöneticilerin, öğretmenlerin, okul çalışanlarının, okula özgü kuralların vb. ek eğitim programlarının öğrencilere tanıtılması.
- Velileri; öğrencilerin yaş özellikleri, çocuk eğitimi, davranış bozuklukları ve nedenleri konularında bilgilendirmek. Çocuğun okul başarısının öğrencilerin sınıf içindeki tutum ve davranışları ile gözlemlenerek tanınması, ergenlik vb. konularda aydınlatan çalışmalar yapılması.
- Öğrencilerin okula aidiyet geliştirmeleri, akademik gelişimleri ile ilgili öz değerlendirme yaparak gelişimlerini destekleyebilecek planlamalar yapabilmeleri, eğitsel başarıya götürecek kendilerine uygun öğrenme stillerini ve stratejilerini, zaman yönetimi becerilerini geliştirmelerine yardımcı olmak.
- Öğrencilerin hastalıklardan korunma, dengeli beslenme, boş zamanlarını verimli değerlendirme, spor yapmayı alışkanlık edinme, zararlı alışkanlıklardan uzak durma vb. konularda bilinçlenmesini sağlayacak tüm faaliyetlerde öğretmenlerle işbirliği yapmak.
- Öğrencinin ilgi, yetenek ve özelliklerini tanımak, eğitsel ihtiyaçlarını saptamak, bireysel farklılıklarını değerlendirerek uygun eğitsel ortam yaratmak.

SOSYAL DUYGUSAL GELİŞİM ALANINDA YAPILAN ÇALIŞMALAR



- Öğrenciyi tanımak ve kendini gerçekçi bir biçimde tanımasını sağlamak, kendini ve başkalarını anlama ve değerlendirme becerisini geliştirmek.
- Ailedeki ve okuldaki rolleri, sorumlulukları, görevleri ve kuralları anlamak.
- Gerçekçi karar vermek, plan yapmak ve gerçekleştirmek, sonuçlarını değerlendirmek. Ergenlik döneminin fiziksel ve hormonal değişimine uyum sağlanmasına destek olmak.
- İhtiyaç duyan tüm öğrencilere bireysel veya grupta danışmanlık yapılması. İhtiyaç duyan tüm veliler danışmanlık yapılması.
- Öğrenci sorunlarının oluşmasını engellemeyi amaçlayan "önleyici" tedbirler sunmak, bilgilendirici ve farkındalık kazandırıcı programları yürütmek.
- Öğrencilerin içinde buldukları sosyal gruplarda başarılı olmaları için neleri bilmeleri ve nasıl davranmaları gerektiğiyle ilgili becerileri kazandırmak.
- Duygularını anlamalarına, tanımlarına, ifade etmelerine ve yönetmelerine yardımcı olacak becerileri kazandırmak.
- Benlik farkındalığı kazanma, duyguları anlama ve yönetme, sorumlu karar verme, kişisel güvenliğini sağlama ve kişilerarası iletişim becerileri gibi sosyal duygusal öğrenme becerilerini geliştirmelerine yardımcı olmak.

KARİYER GELİŞİMİ ALANINDA YAPILAN ÇALIŞMALAR



- Öğrencilerin kariyer seçimi açısından kendini tanıması, yetenekleri, ilgileri, tutum, değer ve beklentileri gibi özellikleri hakkında bilgi sahibi olması; mesleki bilgi kaynaklarından güvenilir olan ve olmayanları ayırt etmesi, çalışma ve üretmenin bireyin gelişimine katkısına inanması ve kendine uygun kariyer kararını vermesine yardımcı olmak.
- Çevresindeki eğitim ve meslek olanakları hakkında bilgilere sahip olmak. Meslekleri tanıtırak her mesleğin gerektirdiği yetenekler, geleceği, çalışma koşulları, gelir durumu, iş bulma imkânları gibi konularda öğrencileri bilgilendirerek çeşitli meslek sahiplerini okula davet ederek, son sınıflarımızda uygulanan mesleki gölge programıyla kendisine uygun mesleği seçmesinde yardımcı olmak.
- Üst öğretim kurumları hakkında öğrencilere bilgi vermek. Üniversitelere tanıtım gezileri düzenlemek.

REHBERLİK VE PSİKOLOJİK DANIŞMA SERVİSİNE BAŞVURU

Rehberlik ve Psikolojik Danışma Servisi, eğitim yılı boyunca hafta içi her gün 09.00-15.00 arası öğrenciler, veliler ve öğretmenlerin serbestçe başvurabileceği bir birimdir. Servisten yararlanmanın herhangi bir prosedürü yoktur.

Servisten randevu almak hizmetin daha etkin ve planlı yapılmasını sağlamak için yararlı olabilir.