

# Psikolojik danışma ve rehberlik nedir?

*Bireyin kendini tanıyıp anlaması, problemlerini çözebilmesi, çevresiyle sağlıklı ilişkiler kurabilmesi, gerçekçi kararlar alabilmesi amacıyla kişisel, eğitsel ve meslekî gelişim alanlarında grupta veya bireysel olarak kişilerin ihtiyaçlarını karşılamaları, sorunlarını gidermelerinde uzmanlarca bireylere sunulan sistemli ve profesyonel bir yardım süreci ve hizmetleridir.*

**Rehberlik ve psikolojik danışmanlık ilkelerine göre;**

- ✓ **Gizlilik** esastır.(Bireysel görüşmeler danışan birey ve psikolojik danışman arasında kalır. Başka kişilerle paylaşılmaz.)
- ✓ **Bireysel farklılıklara saygılıdır.**
- ✓ Rehberlik hizmetleri **herkese** yöneliktir.

## Halk eğitim merkezi rehberlik servisinden yardım alabileceğiniz konular

**Kişisel:** Aile içi problemler(eş, çocuk), arkadaşlık ilişkileri, kendini daha iyi tanıma ve ifade etmeyi isteme, kendinizi duygusal olarak iyi hissetme, karar verme becerisi kazanma vb.

**Eğitsel:** Ders çalışma, zamanı etkin kullanma, motivasyon sağlama, sınav kaygısı

**Mesleki:** ilgi ve yeteneklerini keşfetme, hangi mesleklere veya kurslara yakın olduğunuzu keşfetmek, bir üst eğitim kurumları hakkında bilgi edinmek

# Rehberlik Hizmetleriyle İlgili Bazı Yanlış Anlayışlar

X “Rehberlik servisi sadece problemi olanların faydalandığı bir yerdir!” X  
**Doğrusu:** Rehberlik servisi, sadece problemleri olan kişilerin değil, herkesin, çeşitli konularda yardım alabileceği bir yerdir.

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

X “Rehberlik servisi kişinin yerine problemini çözer!” X  
**Doğrusu:** Rehberlik servisi, kişinin adına sorununu çözmez, kişi, kendi problemini çözebilecek yeterliliğe ulaşmasına yardım eder, problemlerle baş etme becerisi kazandırır.

X” Rehberlik ve psikolojik danışman bireye acır, onu kayırır, her sıkıntıya düştüğünde bireye kol kanat gerer.” X  
**Doğrusu:** 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.

X “Rehberlik ve psikolojik danışma bireyin sadece duygusal yanı ile ilgilenir”. X  
**Doğrusu:** Bireyin 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.

X “Rehberlik ve psikolojik danışma her türlü problemi hemen çözer. X  
**Doğrusu:** Psikolojik danışman problemi hemen çözebilecek sihirli bir güce sahip değildir. Rehberlik ve psikolojik danışma yardımında yardımı alan bireyin bu yardımı almaya hazır ve istekli oluşu ve bu konuda çaba sarf etmesi önemli bir noktadır.