**OKULDAKİ REHBERLİK SERVİSİNDEN NASIL YARARLANABİLİRSİNİZ?**

Psikolojik danışman, öğrencilerin ; kişisel, sosyal, eğitimsel ve mesleki konularda  amaçlarını belirleme, karar verme, var olan problemlerini aşamalarında öğrenciye, öğretmenlere ve velilere danışmanlık yapan kişidir. Psikolojik danışmada gönüllülük esastır, öğrencilerin kendi istekleri ile gelmeleri daha verimli olur.

Psikolojik danışma süreci birçok insan tarafından yanlış değerlendirilmektedir: nedeni toplumsan ön yargılar ve yanlış tutumlardır.

**1.ÖN YARGI**: Rehberlik Servisi; sadece yoğun ve derin duygusal problemi olan kişiler içindir.  
**GERÇEK:** Danışma yoğun ve derin duygusal problemi olan kişiler içindir.   
Psikolojik danışma ise:     
-Kendini daha iyi tanımak isteyen bireylere,   
-Arkadaşları ve ailesiyle olan ilişkilerini düzeltmek ya da geliştirmek isteyenlere,  
-Yalnızlık ve utangaçlık ile başa çıkmak isteyenlere,  
-Kendine güveni artırmak isteyenlere ve girişkenlik konusunda problemi olan öğrencilere,   
-Duygularını etkin bir şekilde ifade etmek isteyen veya bu konuda problemleri olan kişilere,  
-Stres ve kaygı ile baş etmek isteyenlere,  
-Sınavlar ve notlar ile problemi olanlara yada akademik uyarı almış öğrencilere,  
-Mesleki anlamda kendine bir yol çizmek isteyenlere,  
-Her türlü karar verme güçlüklerde,

**2. ÖN YARGI**: Rehberlik Servisine  başvuran öğrenciler  zayıf karakterli ,problemli kişilerdir.  
**GERÇEK:** Psikolojik danışmaya başvuran kişilere zayıf değil, gerçekte yaşanılanından ve kendilerine sorumlu olduğunu farkında ve var olan problemleri, yaşadıkları zorlukları çözmek için ilk adımı atmış kişilerdir. Birçok insan bunu “cesur davranmak” diye nitelendirmektedir.     
Rehberlik Servisi Öğrencilerin olumsuz davranışlarından sorumlu olan bir terbiye verme yeri değildir.

**3. ÖN YARGI**: Davranış ve bilinç değişimi  çok kolaydır ve hızlıdır.  
**GERÇEK:** Değişim her zaman kolay değildir. Üzerinde zaman ve emek harcamak gereklidir. Psikolojik danışma problemlerinizi hemen çözüveren bir süreç olamadığı gibi, psikolojik danışman da elinde sihirli değnek olan bir kişi değildir.

**4. ÖN YARGI**: Psikolojik danışman sizi çözümler. Size yaşamınızda ne yaptığınızı ve problemlerinizi çözmek için ne yapmanız gerektiğini anlatır, öğütler verir.   
**GERÇEK:** Psikolojik danışman, problemlerinizi nasıl çözeceğiniz konusunda size öğüt veren kişi değildir: Yani Güzin ablalık yapan kişi değildir. O, danışma süreci içerisinde sizin koyduğunuz hedeflere ulaşmanız, çeşitli konularda sağlıklı karar vermeniz veya problemlerinizi çözmeniz konusunda size yardımcı olan kişidir. Rehber öğretmen ve öğrenci birlikte var olan durumları gözden geçirip,  öğretmen kararı danışana yani öğrenciye  bırakır.

**5.ÖN YARGI**: Rehber Öğretmen bütün sorunları çözer. Öğrencileri disipline eder.

**GERÇEK:** Okullarda Rehber Öğretmen sorunların çözümü konusunda rehberlik yapar. Kişi kendi sorunlarını ancak kendisi çözebilir. Faydalı olabilmek için danışanın gönüllülüğü esastır.

-KENDİNİZİ MUTSUZ, YALNIZ, ÇARESİZ HİSSETTİĞİNİZDE

-ARKADAŞLARINIZLA PROBLEM YAŞADIĞINIZDA

-LİSE VE MESLEK SEÇİMİNİZDE

- AKADEMİK SORUNLARINIZDA

-DERS ÇALIŞMA KONUSUNDA

-SINAV KAYGISI YAŞADIĞINIZDA…………..

REHBERLİK SERVİSİNE BAŞVURABİLİRSİNİZ…….