**Rehberlik ve Psikolojik Danışma Servisi nedir, hangi konularda başvurulabilir?**

Rehberlik,bireyin kendini tanıması, problemlerini çözebilmesi, gerçekçi kararlar alabilmesi, kapasitesini en uygun şekilde geliştirebilmesi, kullanabilmesi, çevresiyle sağlıklı ve dengeli bir uyum sağlayabilmesi için verilen psikolojik yardım sürecidir.

Rehberlik ve psikolojik danışma kişiler arasında ayrım yapmadan, gizlilik sınırları içinde, kişi adına karar vermeden yürütülen bir süreçtir. Yargılayıcı ve suçlayıcı değildir. Şikayet etme birimi değildir.

**Rehberlik ve psikolojik danışma servisinden aşağıdaki konularda yardım alabilirsiniz;**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Kişisel-Sosyal Rehberlik** | **Eğitsel Rehberlik** | **Mesleki Rehberlik** |
| Arkadaşlık ilişkilerinde yaşanan sorunlar | Okul ve çevreye uyum | Meslek tanıtımı |
| Duygusal sorunlar (öfke, heyecan, kaygı vb.) | Okul kuralları | Liselere Geçis Sınavı ile ilgili bilgilendirme |
| Kendini tanıma | Üst öğrenim kurumları hakkında bilgi edinilmesi | Alan / dal seçimi |
| Ailevi konular | Verimli ders çalışma teknikleri | İlgi/ yetenek/ değerlerin belirlenmesi |
| Okul ile ilgili sorunlar | Başarısızlık nedenleri | Hedef belirleyememe |
| Sağlıkla ilgili konular | Çalışma alışkanlıkları ve plan hazırlama |  |
| Akran arabuluculuğu | Motivasyon |  |

 Bunlar dışında dikkat, zamanı etkili kullanma, davranış sorunları, iletişim problemleri, özgüven problemleri vb. birçok konuda ve bireysel psikolojik danışma desteği almak için başvurabilirsiniz.

 Rehberlik ve psikolojik danışma servisine hafta içi her gün 8:30-12:00 - 13:00-15:30 saatleri arasında ihtiyacınıza yönelik konuda konuşmak ve bilgi almak için başvurabilirsiniz.