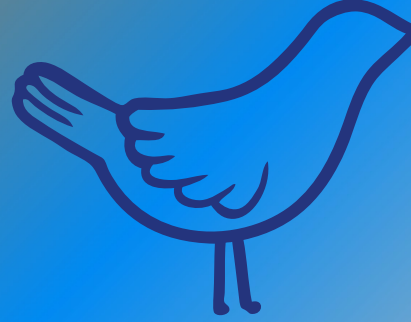


# Psikolojik Danışma ve Rehberliğin Temel İlkeleri

- Tüm bireyler içindir.
- Bireysel farklılıklara saygı esastır.
- Gönüllülük esastır.
- Gizlilik esastır.
- Birey merkezlidir.
- İnsana saygı duymak esastır.
- Eğitimin ayrılmaz ve tamamlayıcı bir parçasıdır.
- Sistemli ve profesyonel bir yaklaşımla yönetilir.
- Rehberlik bir süreçtir.



**Psikolojik Danışma ve  
Rehberlik Hizmetleri  
Öğrencilerin  
Her Yönden Gelişimine  
Katkı Sağlar.**

**ÇANKAYA  
REHBERLİK VE  
ARAŞTIRMA  
MERKEZİ**



**Çankaya Rehberlik ve Araştırma  
Merkezi**



[www.cankayaram.meb.k12.tr](http://www.cankayaram.meb.k12.tr)



@cankayaram



@cankayaram06



03124666776

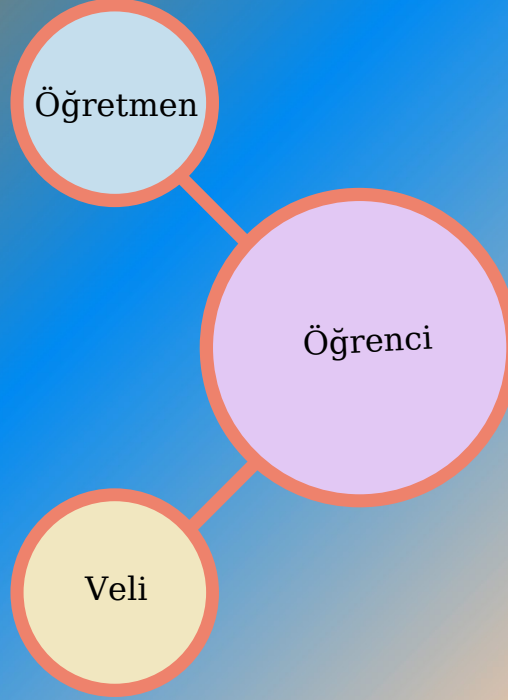
**REHBERLİK  
HİZMETLERİNİN  
TANITILMASI**



# Psikolojik Danışma ve Rehberlik Nedir?

Bireyin kendini anlaması, problemlerini çözmesi, gerçekçi kararlar alması, kapasitelerini kendine en uygun düzeyde geliştirmesi, çevresine dengeli ve sağlıklı bir uyum sağlaması, ve böylece kendini gerçekleştirmesi için uzman kişilerce verilen hizmetlerdir.

## Kimlere Yönelik?



## Hizmet Verilen Alanlar

### Kişisel Rehberlik

Amaç belirleme, plan yapma ve uygulama becerileri kazandırma  
Kaygı ile başetme becerilerini geliştirme  
Problem çözme ve karar verme becerilerinin geliştirme  
İletişim becerilerini geliştirme  
Özgüven ve özsaygı geliştirme  
İlgü ve yeteneklerini farketme

### Mesleki Rehberlik

Üst öğrenim kurumları hakkında bilgilendirme  
Meslekleri tanıma ve sınavlar hakkında bilgilendirme  
Alan Seçiminde Yönlendirme  
Hedef Belirlemede  
Kişisel niteliklere göre mesleki yönlendirme

### Eğitsel Rehberlik

Etkili ve verimli çalışma ve etkili zaman kullanımı  
Başarıyı artırma ve sınav kaygısı ile başetme  
Öğrenme engelleri ile başetme  
Zaman yönetimi ve motivasyon sağlamak

