

# **KİŞİSEL / SOSYAL REHBERLİK**

## Bireysel Rehberlik

Madde 9- Öğrencinin bireysel ve sosyal gelişimini desteklemek, duygusal sorunlarında yardımcı olmak üzere gerekli rehberlik ve psikolojik danışma hizmetleri verilir.

Bu hizmetlerde aşağıdaki hususlar temel alınır :

- a) Öğrencilerin davranış, duygu, düşünce ve tutumlarına karşı duyarlık gösterilerek gizlilik ilkesine özellikle dikkat edilir.
- b) Bireysel rehberlik etkinliklerinde öğrencilerin kendilerine ilişkin farkındalık düzeyini yükseltmelerine yardım edilir.
- c) Öğrenci herhangi bir sorun ifade ettiğinde, bu alanda psikolojik danışmanın vereceği hizmet, öğrencinin sorununu onun adına çözmesi anlamına gelmez.

## Bireysel Rehberlik

.

- d) Öğrenci, sorununu çözme sorumluluğunu üstlenmek durumundadır. Psikolojik danışman, öğrenciyi sorununu çözme çabasında, alanın bilimsel yöntemlerine göre destekler.
- e) Psikolojik danışma uygulamalarında, uygulamacının psikolojik danışma formasyonuna sahip olması esastır.
- f) Bireysel rehberlik; öğrencilerin sorunlarına yardımın yanı sıra, onların kişilik ve sosyal gelişimlerine ve olgunlaşmalarına destek olmayı ve bu amaca yönelik düzenlenmiş bireysel ve grup etkinliklerini de içerir.

# Tanım,;

- Eğitim sürecinde öğrencilerin “kişisel- sosyal” gelişim ihtiyaçlarını karşılamak ve böylece onların kişisel gelişim ve uyumlarına yardımcı olmak amacıyla yürütülen rehberlik hizmetlerine “kişisel rehberlik” denir.

Geleneksel rehberlik anlayışında  
**eğitsel ve mesleki** boyut ön plana  
çıkarılmışken  
gelişimsel rehberlik anlayışı;  
kişisel rehberliğin de  
aynı ağırlıkta önemsenmesini  
sağlamıştır.

# Kişisel rehberliği amacı

- Kişilerin kendilerini tanımları ve anlamalarına yardımcı olmak.
- KENDİNİ TANIMA
  - Güçlü yönlerini keşfederek geliştirme
  - Zayıf yönleri ile başa çıkabilme
  - Problem çözme becerilerini geliştirme

# Başlıca problem alanları

- 1. Biyolojik gelişmeye ve fiziksel sağlığa ilişkin problemler
- 2- Toplumsal ilişkilerle ilgili problemler ( Toplumsal, Yurttaşlık yaşamı, sevilen ve sevilmeyen diğer bireyler , toplumsal ilişkilerde uyum derecesi , kişisel mutluluk )
- 3- Eve ve aileye ilişkin problemler ( Değişik durumlarda duygusal yaklaşım ve eylemler , zihinsel korkulardan uzak olmanın derecesi, kendi kendine güven ve yeterli saymanın derecesi )
- 4- Amaçlara, hedeflere ilişkin problemler ( Okul, meslek, kariyer ve toplum yönlerinden )
- 5- Parasal konulara ilişkin problemler
- 6-Cinsel hayata ve evliliğe , kız-erkek arkadaşlığına ilişkin
- 7-İnançlara, ahlaka ve fikirlere ilişkin problemler.

- Kişisel rehberlik her eğitim kademesinde oldukça önemli bir yere sahiptir.



# KİŞİSEL REHBERLİK

- HER TÜRLÜ KİŞİSEL PROBLEMİN ÇÖZÜMÜNE YÖNELİK YARDIM HİZMETLERİNİ KAPSAR.

# KİŞİSEL REHBERLİK

- Fiziksel becerilerini geliştirebilme/Sağlıkla ilgili problemler
- Kendine yönelik olumlu tutumlara sahip olma
- Akranları ile anlaşabilmeyi öğrenme
- Uygun kadınsı ve erkeksi rolleri öğrenme
- Kişisel bağımsızlığını kazanabilme

# Sık karşılaşılan sorunlar

- İlişki problemleri
- Özgüven
- Korku ve kaygılar
- Kimlik ve kendini tanıma
- Karşı cinsle ilgili problemler
- Ailevi problemler
- Benlik tasarımı ile ilgili problemler

# Sık karşılaşılan sorunlar

- İlişki problemleri
- Özgüven
- Korku ve kaygılar
- Kimlik ve kendini tanıma
- Karşı cinsle ilgili problemler
- Ailevi problemler
- Benlik tasarımı ile ilgili problemler
- Değer yargıları ile ilgili problemler

# Kişisel rehberlik kapsamında neler yapılabilir?

- Stres ile başa çıkma
- Sosyal beceri eğitimi